



## "KARDEŞ KISKANÇLIĞI"

FAHRİ AKÇAKOCA ANAOKULU  
REHBERLİK SERVİSİ  
VELİ BÜLTENİ



## KARDEŞ KISKANÇLIĞI

### TANIM:

Kıskançlık, insanoğlunun en doğal, en evrensel duygularından biridir. Kıskançlık, sevilen birinin başkası ile paylaşılmasına katlanamamaktır. Ayrıca kıskançlık, beklenen ilgi, sevgi ve şefkat eksikliğine karşı verilen doğal bir yanıttır. Bireyin sakladığı kızma duygusu, gücenme olarak da tanımlanabilir.

Kıskançlığın içgüdüsel yani doğuştan getirdiğimiz genlerimize şifrelenmiş olduğu ileri sürülmektedir. Yaşamın her döneminde görülebilir, ancak çocuklukta biraz daha yoğun yaşanabilir. Bu duyguyla ilk tanışma iki yaş civarındadır. Doğal, evrensel ve insanı oldukça mutsuz eden bir duygudur. Önemli olan ne boyutta yaşandığıdır. Çocuk, herkesin kendisinden daha iyi olduğunu ve kendisinin herkesten daha az sevildiğini düşünmeye başlar. Özellikle küçük çocuklarda yeni doğan kardeşi kıskanma, kimi zaman yaşamı etkileyecek ve davranış bozukluğuna neden olacak derecede yoğun yaşanabilen bir duygu olabilmekte ve yardım gerektiren bir hal alabilmektedir.

Çocuk için en değerli varlık annedir. Onu, başkalarıyla bölüşmek kolay değildir. Küçük bir çocuk için kendisi varken, ikinci bir kardeşe neden gerek duyduğunu anlamak çok güçtür. Anne sevgisini yitirmek korkusu, yeni kardeş geleceğini öğrendiği anda içini sızlatmaya başlar.

## NEDENLER:

\*Doğal bir duygu olan kıskançlık, sevilen kişinin bir başkasıyla paylaşamamasından ve temelde güvensizlikten kaynaklanır. O ana kadar kendine yöneltilen ilgi ve dikkatin kardeşine yöneltilmesinden doğan rahatsızlık, en temel nedendir. Kardeşin doğmasıyla birlikte ona ayrılan zamanın azalması çocukta, bebeğe karşı gibi görünen; ama aslında ana babaya karşı olan kızgınlık, kırgınlık gibi duyguların artmasına neden olabilir. Çocuk kendini terk edilmiş, güvensiz ve desteksiz hissetmeye başlar.

\* Kıskançlık derecesinde rol oynayan bir başka etken de kardeşler arasındaki yaş farkıdır. Yaş farkı az olan kardeşlerde kıskançlığın görülme sıklığı, yaş farkı fazla olanlara oranla biraz daha yüksektir.

\*Dışarıdan insanlar da akrabalar da bazı olumsuz düşüncelerin doğmasına neden olabilirler. Kendisinden büyük bir kız kardeşi olan çocuğa, saçlarının neden ablası gibi kıvrıcık olmadığını sormak, ablaya da kardeşinin boyunun onu yakaladığını ve yakında onu geçebileceğini söylemek (sanki bunlar kötü bir şeymiş gibi) hem gereksiz hem de olumsuz etkileri olan yaklaşımlardır. Çocukların birbirleriyle rekabete girmelerine, kızgınlık duymalarına neden olabilir.

\*Cinsiyete göre de bazı farklılıklar yaşanabilir: Çocuk kız ve doğan kardeş erkek ise, ana-babanın kendi cinsiyetinden hoşnut olmadığını düşünebilir. Ailelerin cinsiyete ilişkin tercihi varsa ve bunu yansıtıyorlarsa, cinsiyete göre kıskançlık yaşanması kaçınılmaz hale gelir.

\* Bazı çocuklar mizaçlarından dolayı daha kıskançtır.

## BELİRTİLER:

\* Kardeş kıskançlığı, kendine acıma, üzüntü, küçük düşme korkusu, can sıkıntısı, öfke, nefret ve intikam alma düşüncelerinin yanı sıra sevgi, koruma ve yakınlık hissetme isteği gibi karışık duyguların kompleks yapısından oluşmaktadır. Bu duygulardan en etkili olanları öfke, kendine acıma ve üzüntü duygularıdır.

\* Yeni bir kardeşin doğumu çocukta ilgi ve koruyuculuk, sıkıntı ve kıskançlık gibi çelişkili duygular yaşanması neden olur. Artık eskisi kadar sevilmeyeceği korkusu daha anne hamileyken başlayabilir. Annenin gebeliğinin son aylarında ağırlaşmasıyla isteksiz ve yorgun oluşu, kucağına almayışi çocukta sevilmediği duygusunu yaratmaya başlar. Tedirgin bir bekleyiş içinde çocuk, annenin sevgisini sınamaya başlar. Çevresinde dolaşır, olmadık isteklerde bulunur. Huysuzlaşır, ağlar, tutturur.

\* Çocuk, o güne kadar evde kendisi ilgi ve sevgi odağıyken birden ikinci plana itilmiş gibidir. Artık sevgi ve ilgiyi kardeşiyle paylaşmak durumundadır. Sevilmediği düşüncesiyle anneden tamamen uzaklaşır, içe kapanır, yemek yememeye ve zayıflamaya başlayabilir.

\* Birkaç gün geçince: "Bebeği sevdik, artık geldiği yere gitsin." diye bir yoklama yapar. Bebeğin gitmeyeceğini anladığında kıskançlık belirtileri su yüzüne çıkmaya başlar. Bebek emzirilirken o da anne kucağına tırmanır. Biberonla beslenmeye başlar. Yemeğini kendi başına yerken annesinin yedirmesi için direnir. Böylece onun pabucunu dama attıran yumurcağa benzeyerek, annenin ilgisini üstünde tutmaya çalışır. **Bebeksi konuşmaya** özenir. İtmeler, vurup kaçmalar başlar. Sert tepkiyle karşılaşınca tavırlarının şiddetini arttırır.

\* Bazı çocuklar kıskançlık duygularını açıkça ortaya koyarak kardeşine vurma, onun oyuncağını kırma, "Ondan nefret ediyorum." deme gibi davranışlar gösterirken bazıları da bu duygularını bastırır ve aşırı sevgi gösterir. Bu davranışın altında çoğu zaman ana-babanın sevgisini kaybetme, tepki görme korkusu yatar.

\* Anne babaya sık sık onu sevip sevmediklerini sorma ve sevgilerinden bir türlü emin olamama yaşanabilir.

\* Kabus gördüklerini, tuvaletlerinin geldiğini bahane ederek ilgiyi kendi üzerlerine çekmeye çalışırlar. **Altını ıslatma, parmak emme** gibi davranışlarla önceki gelişim evresine gerileme (regrasyon) görülebilir.

\* Hem gün içinde hem de geceleri aşırı sinirli olurlar. Huzursuz bir görünümeleri vardır, sakinleşmekte zorlanır ve kimi zaman çevrelerindeki insanlara öfkeli davranabilirler. Kendine ya da eşyalara yönelik saldırgan davranışlarda bulunabilirler.

\* Evden ayrılmayı reddetmeyle birlikte (Örn: okula gitmek istememe) baş ağrısı, mide bulantısı gibi psikosomatik belirtiler, (emin olmak için fiziki muayene yaptırılmalıdır) huzursuzluk, isteksizlik ve diğer stres belirtileri sık sık gözlemlenebilir.



### ANNE-BABA OLARAK NELER YAPABİLİRSİNİZ?

\* Öncelikle rahatlayın, çocuklar etraflarındaki yetişkinlerin davranışlarından etkilenirler. Büyük çocuğunuzun kardeşine nasıl tepki göstereceği konusunda endişeliyseniz, çocuğunuz da gergin olacaktır.

\* Gebeliği aile bireyleri ve yakın çevre ile paylaşmaya başladığınız ilk günden itibaren çocuğunuza söyleyin.

\* Kardeşinin olmasının, onun sevilmeceği anlamına gelmeyeceğini, onu her zaman çok sevdiğinizi ve hep seveceğinizi tekrar tekrar ifade edin.

\* Kardeşinin isim seçiminde onun da fikrini sorun.

\* Doğacak bebeğe yapılan hazırlıklara onu da katın. Bebeğin eşyalarını birlikte hazırlayın. Doğacak bebeğe eşyalar alırken ona da hediyeler alın.

\* Hamilelik döneminde baba büyük çocuğun bakımıyla ilgili yemek yedirme, banyo yaptırma, uyutma gibi işlere başlayabilir. Böylece anne hastanedeyken ya da bebekle ilgilenirken, çocuk kendini ihmal edilmiş hissetmez ve yaşantısının değiştiği fikrine kapılmaz.

Bir bebeğin ihtiyaçlarının neler olacağı hakkında onu bilgilendirin.

\* Çocuğunuza kızmak yerine kardeşiyle ilgili düşünce ve duygularını sorun. Onu dinleyin. Anlamaya çalışın.

\* Eşiniz bebekle ilgilenirken, siz de diğer çocuğunuzla baş başa geçireceğiniz bir zaman ayırın.

\* Bebeğin bakımında onun yardımını isteyin. Ona eğlenceli ufak sorumluluklar verin. Onun yardımından haz aldığınızı söyleyin, onu övün.

\* Bebek için bir oda hazırlayacaksanız bunu onunla paylaşın ve birlikte karar verin.

\* Eğer bebeğe onun giysilerini verecekseniz, bunu ona danışın.

\* Bebek için söylenen: "Ne kadar yaramaz, sürekli ağlıyor ve beni yoruyor oysa ben seni daha çok seviyorum." gibi bir cümle, çocuk tarafından inandırıcı bulunmayıp, tam tersine onu kandırmayı istediğiniz inancı verebilir. Bu da en başta çocuğun size olan güvenini zedeleyecektir.

\* Bebeğe sürekli "bebek" demek yerine doğrudan adını söylemeye başlamak bebeğin bir nesne değil de canlı bir varlık olduğunu anımsatacaktır. Bebeğe "benim" değil "bizim" diye başlayarak hitap etmek ve "Sessiz ol, kardeşin uyuyor." gibi sözlerle çocuğun yaşantısını bebeğe göre ayarlamak kıskançlığı tırmandıracaktır.

\* Aşırı kaygı içeren tavırlarla çocuğu bebekten uzaklaştırmaya çalışmak, yapılabilecek en büyük hatalardan biri olacaktır.

\* Anne-baba çocuğa: "Kardeşin doğdu; ama senin dünyanda değişen bir şey yok, sana olan sevgimizde bir azalma yok." mesajını sadece sözcüklerle değil davranışlarla da iletmelidir. Baba, çocuğuyla yüz yüze iletişimi gerçekleştirir, ona zaman ayırır, ortak faaliyetlere girerse anne; "Alışverişi seninle daha rahat yapabiliyorum, senin yardımına ihtiyacım var." diyerek çocuğa sorumluluk yükleyip, birebir ilişkiye girerse, süreç içinde çocuk "statü" kaybına uğramadığını fark edecek, özgüvenine yeniden kavuşacaktır.

\* Çocuğunuza: "Sen artık ablasın-ağabeysin." demekten kaçının. Çocuğunuzu birdenbire büyütmeyin. Bırakın o da çocukluğunu doya doya yaşasın. Çocuğunuzun bir ismi var onu abla - abi şeklinde etiketlendirmeyin.

\* Çocuğunuzun yanında bir diğerini övmeyin, kıyaslamayın.

\* İki kardeşin oyunlarına karışmayın, tartışmalarda taraf tutmayın, ufak sorunlara da müdahale etmeyin.

\* Kardeşler arasında bir kavga çıktı ise, "Kim başlattı?" sorusunu sormayın. Kavganın içinde olan her çocuğa, kavganın başlamasına sebep oldukları için eşit şekilde sonuçlarına katlanabilecekleri bir yaptırım uygulanmalıdır. Örneğin:

Ortada paylaşılmayan bir top varsa: "Siz aranızdaki problemi çözene kadar bu top bende kalacak" diyerek onları çözüm aramaya teşvik edebilirsiniz.

\* Çocuk kardeşini sevmek zorundaymış gibi bir duyguya kapılmamalıdır. Olumsuz duygularını dışa vurunca suçlanmamalıdır. "Kardeşimi hiç sevmiyorum" diyen bir çocuğa: "Aman o nasıl söz? O sana ne yaptı? Böyle şirin kardeş sevilmez mi?" demek, çocuğun kardeşine karşı öfkesini daha da arttırır. Çocuk kıskançlığını açıkça belli etmeden anne bu duruma tercüman olabilir. "Kardeşin geldiğinden beri onunla uğraşıyorum diye seni sevmediğimi düşünebilirsin; ama ben seni eskisi kadar seviyorum. Benim de kardeşim olduğu zaman öyle sanmışım. Hem anneme hem de kardeşime kızmışım. Ama bunun böyle olmadığını çok geçmeden anlamıştım." gibi sözler anneye çocuğu yakınlaştırır, çocuğun kafasındaki kuşkuları siler.

\* Çocuğun duyguları anlayışla karşılanmalı, ancak kardeşine vurmasına izin verilmeyeceği de kesin bir dille anlatılmalıdır.

\* Anne ve evdeki herkes bebeği, çocuğun önünde gösterişli bir biçimde sevip okşamaktan kaçınmalıdır. Annenin küçük çocukla uğraştığı bir sırada babanın büyük çocukla ilgilenmesi çok uygun olur.

\* Annenin sevgisini kanıtlamak için aşırı çaba göstermesi gerekmez. Örneğin, baştan beri kendi odasında yatmaya alıştırılan çocuğun, yeni kardeş geldiğinde yanlarına alınması uygun bir davranış olmaz. Oda ayırma işlemi bebek doğmadan önce yapılmalıdır.

\* Çocukla kardeşi arasındaki yaş ayrımı ne kadar azsa kıskançlığın o denli büyük olduğu doğrudur. Kendisi üç yaşında olan, ana-babanın bakımı ve desteğine gereksinimi henüz bitmemiş çocuğun yeni gelen kardeşe tepkisi büyük olur. Oyun ve okul çağında ki çocuklar kardeşlerini daha çok benimserler. Ancak bu her zaman geçerli olmayabilir. Örneğin; sekiz yaşına kadar evin tek çocuğu olarak bütün sevgiyi üstünde toplamış ve şımartılmış bir çocuk, kardeşini kolay kolay bağrına basamayacaktır.

\* Ailenin bütün olduğu duygusu herkes tarafından hissedilmelidir. Bunun için bütün ailenin birlikte yapabileceği, gezinti, piknik, alışveriş, film izleme gibi etkinliklere yer verilmelidir.

\* Aile içinde birlikte olma mesajları verilmelidir. Bazı konularda çocuklarla birlikte hareket etmeli, onların da fikirleri alınmalı ki karşılaşılan problemlerin konuşarak ve birlikte hareket edilerek çözülebildiğini çocuklar kavrayabilsinler.

\* Kardeşler arasındaki iyi geçinmeler ödüllendirilmeli ve çocuklar: "Aferin size çok güzel anlaşıyorsunuz." şeklinde övülmelidir.

### KAYNAKÇA

- \* NAR, E. (2006). Anne, Baba ve Öğretmenim Beni Anlayın, Babıali Kültür Yayıncılığı, İstanbul
- \* SAYGILI, S. (2005). Çocuklarda Davranış Bozuklukları, Elit Yayınları, İstanbul
- \* TÜR, G. (1995). Çocuğun Eğitimi 3 (3-6 yaş arası), Seha Yayınları, İstanbul
- \* YAVUZER, H. (1998). Çocuğunuzun İlk 6 Yılı, Remzi Kitabevi, İstanbul
- \* YAVUZER, H. (1999). Ana-Baba ve Occur, Remzi Kitabevi, İstanbul
- \* YÖRÜKOĞLU, A. (1986). Occur Ruhr Sağlığı, Turkey İş Bankası Kültür Yayınları, Ankara