

KARDEŞ KISKANÇLIĞI



Kıskançlık hepimizin yaşadığı içgüdüsel bir duygudur. Biz bu duyguyu dengeli bir biçimde yaşadığımız zaman sorun yoktur ama kendimize, çevremize, sosyal ilişkimize zarar verebilecek boyutta yaşadığımızda, yani kıskançlığın dozunu kaçırıp yıkıcı olduğumuzda, hem kendi iç dünyamızda, hem de ilişkilerimizde “deprem” yaratabiliriz.

Temelinde güven eksikliği yaratan kıskançlıkta, çocuklarımız iki yaş gibi erken bir yaşta karşılaşıyorlar. Kendisine ait olan, ilgisini , sevgisini asla paylaşmaya katlanamayacağı anne ve babasını herkesten kıskanan çocuk, bu duyguyu en yoğun olarak kardeşinin doğumuyla yaşamaktadır. Kardeş kıskançlığı sadece çocuğun yaşamında değil, insanın yaşamında en yoğun olarak yaşanan kıskançlık duygusudur. Bu duygu, yıkıcı, davranış bozukluğuna neden olabilecek boyutta yaşanırsa ileride başkalarına yönelik yeni kıskançlıkların doğmasına neden olabilir.

Bazı çocuklar , bebek daha doğmadan, kaygılanmaya, sevilmediğini düşünmeye başlarlar. Anne gebeliğin son aylarındadır ve ağırlaşması nedeniyle yorgundur. Çocuğa yeterince ilgi göstermez. Bu da çocuğu huzursuz eder. Sürekli, annenin ilgisizliğinin nedenlerini araştırır. İlgiyi kendine çekmek için olmadık isteklerde bulunur. Annenin tepkisi olumsuz olunca kaygıları iyice artar.

Bebek olduğunda, anne ve babasının, akrabalarının, komşuların ilk günlerindeki bebeğe yönelik ilgileri, onunla ilgili olarak kullandıkları hayranlık ifadeleri çocuğun geri plana itildiği duygusunu yaşamasına neden olur.

Çocuk, doğan kardeşinin cinsiyetiyle ilgili bazı sonuçlarda çıkarabilir. Çocuk erkekse, yeni doğan kardeşi de kızsaa, onun kız olduğuu için sevildiğini düşünebilir. Kardeşi erkekse, bu seferde neden ikinci bir erkek çocuğa ihtiyaç duyulduğunu sorgular. İlk günlerde kıskançlığını, kardeşinin belki de sürekli kendisiyle kalmayacağı ümidiyle belli etmeyebilir. Zamanla onun gideceğinden ümidini kesince kıskançlığı iyice su yüzüne çıkar.





Ailenin bakımına , ilgisine gereksinimi yüksek olan yeni doğan çocuk, kendisini tahtından indiren bir düşmandır artık. Her fırsatta ona karşı öfkesini açığa vurabilir ya da küssüp içine kapanabilir. İkinci plana itildiğini, unutulduğunu, yıldızının söndüğünü düşündüğü için, ilgi ve sevgiyi tekrar kazanmak için değişik davranışlar göstermeye başlar.



KISKANÇLIK DUYGUSUNU İLERİ BOYUTLARDA YAŞAYAN ÇOCUKLAR ŞU DAVRANIŞLARI GÖSTEREBİLİRLER:



Kardeşinin davranışlarını taklit ederek ilgiyi sağlama yolunu seçebilir. Parmak emme, alt ıslatma, emekleme gibi gelişimine uymayan davranışlar gösterebilir.



Geceleri birçok bahane uydurarak anne ve babayla birlikte yatmak isteyebilir.



Çocuk kendini güvensiz ve desteksiz hisseder. Bunun da fizyolojik bir nedeni olmadan sık sık hastalanmasıyla, sinirli, tedirgin halleriyle belli eder.



Kardeşine duyduğu nefretle, her fırsatta onun canını acıtarak, ona vurarak, uyurken gürültü yapıp uyandırarak öfkesini belli eder. Bazı çocuklar anne ve babalarının sevgisini kaybedecekleri endişesiyle kardeşlerine olan nefretlerini, anne-babanın yanında açığa çıkaramazlar. Kardeşlerini sever görünürler. Ama, kardeşleriyle yalnızken öfkelerini ifade edici davranışlar gösterebilirler.



Çocuk, o ana kadar yapabildiği şeyleri, anne ve babasına yaptırmaya başlar. Sözelimi, annenin yemeğini yedirmesini, tuvalete götürmesini isteyebilir. Amacı anne ve babanın kendisiyle ilgilenmesini, kardeşiyle daha az ilgilenilmesini sağlamaktır. Bu nedenle, onunla rekabete girer.



Her iki yaşlarda kıskançlığının şiddeti daha da artar. Kardeşine olan nefretini zaman zaman öfke patlamalarıyla, kardeşine yönelik olarak saldırgan davranışlarıyla açığa vurur. Çocuk bazen, kendisinin sevilmediğini, kardeşinin sevildiğini ya da daha çok sevildiğini açıkça haykırır. Onunla hiçbir şeyini paylaşmak istemez. Kardeşini, anne ve babasının gözü önünde küçük düşürmek için sık sık yalana başvurur. Her fırsatta kavga çıkarır ve suçu ona yükler. Amacı, kardeşini, ona göre geldiği ilk günden beri kurulduğu tahtından indirmektir.



Çocuktaki kıskançlık duygusu, fark edilmez ya da göz ardı edilirse, daha ciddi problemlere dönüşebilmektedir. Çocuk, ileriki yaşlarda bu duygusunu, hem kardeş rekabeti ve geçimsizliği biçiminde, hem de arkadaşlarını kıskanarak, onların

öğretmenlerinin gözü önünde küçük düşmesini sağlayarak, onlarla ilgili yalan söyleyip asılsız suçlamalarda bulunarak göstermektedir.



Zamanla kıskançlık, yaşamın her anında hissedilen, bireyin kendisini, annesini ve çevresini mutsuz eden kronikleşmiş bir soruna dönüşebilmektedir. Kişi, güvensizlik, yetersizlik duygusu içinde sürekli kendini başkalarıyla karşılaştırarak, çevresindeki kişilerin, ona göre, üstün yönleri karşısında eziklik duymakta ve kendine acımaktadır. Böylece, eşine, yakın çevresindeki iş yaşamındaki kişilere kıskançlık duyarak sağlıklı ilişkiler yaşamaktadır.



ANNE BABA OLARAK BİZ NASIL ÖNLEMLER ALABİLİRİZ?



İnsan yaşamında en yoğun olarak yaşanan davranış bozukluğu haline gelecek kadar şiddetli olabilen kardeş kıskançlığını önemli bir sorun olarak görmeliyiz.



Çocuğumuzu, kardeşi henüz doğmadan önce psikolojik olarak bu duruma hazırlamalıyız. Bunun için:



Onun anlayabileceği bir dille kardeşinin olacağı anlatılabilir.



Bebeklerin ortak özelliklerinden söz edilebilir. Kendisinin de bir zamanlar bebek olduğuna dikkat çekilerek, onun bebekliğiyle ilgili yaşantılar paylaşılabilir. Bebekliği sırasında, bakımı ve ihtiyaçlarının neler olduğu hakkında konuşulabilir. Kardeşinin de aynı ihtiyaçları olduğunu anlaması sağlanabilir.



Kardeşinin bakımında anne ve babaya yardım edebileceği hakkında konuşulabilir. Neler yapabileceği hakkında çocuğun fikir yürütmesi istenebilir. Böylece, çocuğun anne ve babası tarafından geri plana itilmeyeceğini, bebeğin bakında sorumluluklar alabileceğini, çünkü bu evde bir yeri olduğunu düşünmesini sağlayabiliriz.



Kıskançlık duygusunu yaşayan çocuğun önünde bebeğe olan sevgimizi göstermemiz, çocuğun bu duygusunun şiddetinin artmasına neden olabilir. Anne ve baba işbölümü yaparak soruna çözümler bulabilir. Annenin bebekle ilgilendiği zamanlarda, çocukla da baba ilgilenebilir. Anne ve baba mümkün olduğunca çocuğa, onunla baş başa geçirebileceği özel saatler ayırmalıdır.



Çocuk kardeşiyle ilgili olumsuz duygularını dile getirdiğinde, suçlanmamalıdır. Bu , onun kardeşine daha çok öfke ve nefret duymasına neden olur. Anne ve babanın göz önünde değerinin olmadığını düşünen çocuk, bunun sorumlusu olarak gördüğü yeni doğana saldırganca davranışlarda bulunur. Bu nedenle çocuk, kardeşiyle ilgili olumsuz duygularını ifade edince, anne ve baba, onun bu duygularını anladıklarını belli edebilir. Bu yönde geribildirim verebilirler. Onu sevdiğini söz ve davranışlarıyla her fırsatta göstererek, sevilmediğini düşünen çocuğun bu şüphelerini, korkularını azaltabilirler.



Çocuğun bebeğe karşı saldırganca davranışları olduğunda , anne ve baba aşırı tepkiler vererek, onu cezalandırmamalı ama bebeği incitmesine de asla izin vermeyeceklerini kararlılıkla ifade etmelidirler.



Bazen düşmanlığını anneye yönelik olarak gösteren çocuk söz dinlememe, yatağını ıslatma, yemek yememe davranışlarıyla hem bunu belli eder, hem de annenin dikkatini, ilgisini çekmeye çalışır. Annesinin bağırması, azarlaması, onu cezalandırması bile onun için olumsuz da olsa, ilgidir ve bir amacı da annenin kardeşiyle geçireceği zamanları azaltmak, bebeğe ilgisini engellemektir.



Kardeşler arasında kıyaslama, bir kardeşin üstün görülen yönünün diğerine örnek gösterilmesi, anne ve babanın sıklıkla yaptığı davranışlardandır. Bu hatalı tutum kardeş kıskançlığını iyice artırmaktadır.



Anne ve baba her çocuğun özel olduğunu kabul etmeli, söz ve davranışlarıyla bunu göstermelidir.



Kardeş kavgalarının birçoğu ileriki yıllarda, oyuncaklarını, eşyalarını, odasını, dolapların vb. şeyleri paylaşma zorunluluğunda ortaya çıkar. Aşağıdakine benzer davranışlarla soruna yapıcı çözümler getirebiliriz:



Oyuncaklarını paylaşmak istemediği zaman, sırayla oynamalarını sağlayacak şekilde planlamalar yapılabilir. Oynama zamanı ve süresi belirlenebilir.



Çocuğun ve kardeşinin odasının eşyalarının kendilerine özel olması sağlanabilir. Sözelimi, odada farklı renklerle boyanarak bölünebilir, eşyalar farklı renklerde seçilebilir.



Haftanın günleri paylaşılabilir. Belli günlerde çocukların özel isteklerini yerine getirmelerine, ilk olmalarına imkan sağlanabilir.



Paylaşma ve adalet duygusunu büyük çocuğa bazı sorumluluklar vererek öğretebiliriz. Bir elmayı ortadan bölme gibi (Bir kendisine, diğeri kardeşine) yada meyveleri anne,baba, çocuk ve kardeşi arasında paylaşılabilir.



Kardeşler arasındaki sorunların çözümünde “kaybeden yok” yöntemi uygulanabilir. Çocuklar sorunları birlikte çözebilmeye, düşünerek, fikirler üretmek ortak bir noktada uzlaşmaya gitmeye yönlenebilir. Çocuklar bunu ilk başta başarmasalar da, en azından tartışma, “birlikte çözüm arama” eylemine dönüşmüş olacaktır.

KAYNAKÇA:

- Lansky, Vicki Anne Babalık Rehberi beyaz Yayınları , İstanbul-1998
- Öz, İlkin Çocukta Uyum ve Davranış Bozuklukları
- Yavuzer, Haluk Anne-Baba ve Çocuk İstanbul-1997