VALİMEHMET K L ÇLARANAOKULU REHBERLİKSERVİSİ

VELİBÜLTENİ

SAYI:5 MART 2023

BU AY GÜNDEM:

KARDEŞ KISKANÇLIĞI İÇİNDEKİLER:

1. Giriş
2. Kardeş kıskançlığı normal midir? 3.Kardeşler arası kriz durumları 4.Ebeveynlere öneriler

HAZIRLAYAN:Psk.Dan. Nazlıcan KÖSEOĞLU



# Yaşamımızın ilk yıllarındaki ilişkilerimizin; kişiliğimiz,

benlik kavramımız ve bütün hayatımız boyunca

# yapacağımız seçimler

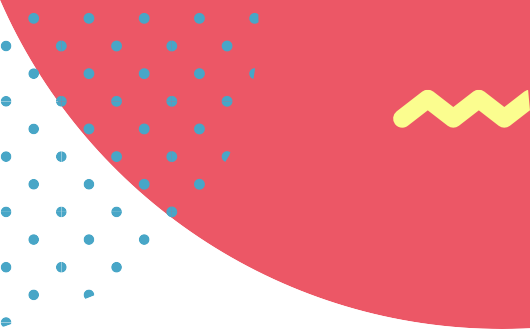
üzerinde çok önemli etkileri

# vardır. Çocuklar ilk önce anne babaları ve kardeşleri ile ilişki kurar.

‘hep kardeş istiyordu; onun için 2. çocuğu yaptık, kardeşten sonra huyu çok değişti, ne ayrı ne de birlikte olabiliyorlar, hem birbirlerini çok seviyorlar; ayrı kalamıyorlar, hem birlikte iken sürekli kavga halindeler





KARDEŞ KISKANÇLIĞI NORMAL MİDİR?

Kardeşler arasındaki rekabet onların birbirlerine karşı olumsuz duygular hissetmelerinden değil, anne baba tarafından daha fazla sevilme ihtiyacından kaynaklanmaktadır. Her çocuk en çok ve en iyi şekilde sevilmek ister. Çocuklar arasındaki mücadeleyi kamçılayan da anne babanın paylaşılamayan sevgi, onay ve ilgisidir. Bu nedenle kardeş rekabeti son derece doğal olduğunu kabul etmek, nedenlerini anlamak baş etme becerilerini geliştirmek son derece önemlidir.

Özellikle anne, çocuğun dünyasıdır, en değerli varlığıdır. Onu bir başkası ile paylaşıyor olmak çocuk için zor bir durumdur.

Bazı çocuklar kardeş istediklerini söylerler. Bu durum, anne ve babaları rahatlatır.

Ancak, kardeşin doğması ile sorunlar baş göstermeye başlar. Burada öncelikle, çocukların isteklerinin, değişkenlik gösteren bir doğası olduğu unutulmamalıdır. Ayrıca, çocuklar kardeş kavramını bilmezler. Onlar, aslında kendilerine bir oyun arkadaşı isterler. İstediği zaman oynayabileceği, istemezse evine gönderebileceği, hayatını paylaşmak zorunda olmadığı bir oyun arkadaşı sadece…

İlk çocuk , kardeşi olana kadar, anne ve babasının ilgisini, sevgisini tamamen üzerinde hisseder, bunları kimseyle paylaşmadan büyür. Kardeşin dünyaya gelmesi ile beraber kendi üzerinde toplanan bu ilgi ve sevginin azaldığını görür. Çünkü yeni doğan çocuk en azından fiziksel temel ihtiyaçları nedeniyle daha çok zaman ve enerji harcamayı gerektir ki bu durum, büyük olan çocuğun önceden kendisine sunulan zaman, ilgi ve emeğin kısıtlanmasına neden olur.

Ayrıca, gelen çocuğun cinsiyeti, annenin yükünün azaltılması için büyük çocuğun kreşe başlaması, odasının ayrılması vb. değişiklikler çocuğun hayatında bir çok yeniliğe, çocuk için olumsuz değişikliklere uyum sağlamak zorunda kalmasını sağlar. Bu durum çocukta uyum sorunarını ortaya çıkartır ki çocuklar, sıradan rutin düzenlerinin bozulmasında bile uyum güçlükleri gösterirler. Çünkü, rutin, bir diğer ifadeyle, bir adım sonrasını bilmek onlara güven verir.

*Kardeşler arası yaş farkı ne kadar az ise kıskançlığın şiddeti o derece büyük olur. Çünkü, 3-4*

*yaş öncesi, anneye duyulan yoğun ilgi dönemidir. Bu dönemde annenin ilgisini paylaşmak zorunda kalan çocuğun kardeşine ve annesine karşı tepkisi büyük olur.*



## rekabet

Çocukların kıskançlık

duygusu yetişkinlerde olduğu gibi gelişmiş değildir.Sadece sevildiğini; kardeşi kadar

sevildiğini hissedemeyen

çocuk haset duyar ve sürekli kardeşiyle çatışır.



## herkes sırayla

Oyuncaklar paylaşılamadığında

herkesin sırayla oynaması gerektiğini özellikle dört yaş altındaki çocuklar

anlamayabilir.Öncelikle çocuğunuzu

suçlamadan ona bu durumla baş etmesi ve anlaması için yardımcı

olmalısınız.Size örnek bir uygulama

'Kardeşinin oynadığı gibi oynamayı çok istiyorsun değil mi? diyerek empatiyle yaklaştıktan sonra beklerken neler

yapabilirsin bakalım bir bakalım şeklinde durumu

somutlaştırabilirsiniz.'hoplayabilirsin, zıplayabilirsin,şarkı söyleyebilirsin ya da bir alarm kurup sırayla süreli

oynayabilirsiniz

## oyuncakları paylaşamama

Büyük çocuğun oyuncakları paylaşmak istememesinin

sebebi bencillik değildir.Sadece çocuğunuz başkalarıyla

arasındaki sınırları keşfetmeye başlamıştır.Senin benim

kavramları tam olarak

oluşmadığı için kendi alanını kendi oyuncaklarını koruma

çabasındadır.'Benim o' cümlesi biz yetişkinlerin anladığı

türden bir sahip olma

durumunu tam olarak ifade etmez.



## bölge çatışmaları

Küçük kardeş doğası gereği her şeye dokunur ve büyüğün alanına

girer.Büyük kardeş bu durumu hoş karşılamaz.bunun sebebi genellikle küçüğün büyük kardeşin eşyalarına

düzgün kullanmaması elinde olmadan zarar veriyor olmasıdır.

aynı oda yada oyun alanını paylaşıyorlarsa her birine

mobilyalarla,yastıklarla,çizgilerle

çatışmaların olduğu durumlarda oyun bölgeleri yaratılabilir.



**Kardeşi doğduktan sonra büyük çocuğa nasıl davranalım?**

Büyük çocuğun yeni doğan kardeşiyle ilgili duygularını tanımlayın. ‘kardeşin olduğu için çok şanslısın’ gibi belki de onun hiç katılmadığı ifadeler yerine onun zor durumunu anladığınızı gösteren ‘Bebek uyurken sessiz durmanın senin için çok kolay olmadığını biliyorum’ demek daha uygundur.

Bütün suçu bebeğe atmayın. Sürekli olarak ‘şimdi parka gidemeyiz çünkü bebek uyuyor….’denilmesi Çocukta ‘bebekten başka bir laf duymuyorum, bebek yüzünden eğlenceli bir şey yapamaz olduk’ isyanına neden olur. Başka bir neden bulun. örn.‘parka baban gelince gidebiliriz’ gibi .

Hayır yapma dur demeyi sözlüğünüzden çıkarın; Çocuklarda ki bebeğe karşı pek de yumuşak olmayan bir şekilde dokunma isteğine karşı, ‘hayır dur’ demektense, çocuğun bizim kontrolümüzde kardeşine dokunmasına ve hissetmesine izin vermek, eğer zarar veriyorsa çocuğun ilgisini başka bir yöne çekerek bebekten uzaklaştırmak daha doğrudur.

Kardeşiyle ilgili doğru bir davranışta bulunduğunda olumlu şeyler söyleme fırsatını kaçırmayın. ‘’kardeşine ne kadar güzel dokunuyorsun, bak o da sana gülümsüyor ‘’ demek kardeş ile ilgili olumlu duyguları pekiştirir.

Çocuğunuzu sevdiği bir kişiden anne baba yada hayatındaki önemli bir yetişkinden her gün özel bir zaman geçirmesini sağlayın çocuk evdeki yerinin güvende olduğunu ne kadar bilir ve sevildiğini ne kadar çok hissederse kardeş rekabeti de o kadar az problem olur.

Kardeşler arasında sevgiyi arttırın. Kardeşlerin birbirleri için yaptığı ufak ta olsa olumlu şeyleri abartın. Örn. Biri diğerinin ödevine yardım ederse ‘kardeşine yardım etmen çok olumlu bir davranış’ deyin. Birini canı yandığı zaman diğeri ona ilgi gösteriyorsa ‘ sen çok sevecen ve tatlı bir ablasın’ deyin. Biri oyunda sırasını kardeşine verirse, bu hareketi ‘kardeşinin önce yapmasına izin vermen çok güzel bir davranış’ diyerek pekiştirin.

Çocuklarınızdan biriyle alışveriş yaparken, diğer çocuğunuzun çok hoşuna gidecek bir şey görürseniz, ‘ şu…. kardeşinin ne kadar hoşuna gider, değil mi? Ne dersin bunu alsak sen de ona sürpriz yapsan, sen kardeşinin nelerden hoşlandığını en iyi bilen kişisin’ diyebilirsiniz.

Çocuk her istediğinde kısa da olsa ona zaman ayırırsanız onun kendisine yeterince zaman ayrıldığı hissine kapılmasını sizden daha kolay ayrılmasını sağlayabilirsiniz. ‘Benimle oynar mısın?’ diye sorunca ‘evet seninle 5 dk oynayabilirim’ deyin. Saatlerinizi ayırmanız gerekmez. 4-5 dakikalık bölünmemiş bir ilgi bile çocuğu rahatlatır. Bu süre sonunda onu öpün, ‘seninle zaman geçirmek çok eğlenceliydi, ama şimdi işime dönmem lazım’ diyebilirsiniz.

Problemi çözebileceklerine dair olumlu ifadeler kullanın. ‘neden devamlı kavga ediyorsunuz’ yerine ‘eminim ki kendi aranızda problemlere çözüm bulacaksınız’ demeniz daha doğrudur.

Büyük çocuğa ‘sen büyüksün idare ediver demeyin’

Küçük çocuk bunu kullanarak en ufak anlaşmazlıkta basar çığlığı ‘anne abim bana vurdu’. Genellikle küçük çocuk büyükle yarış halindedir, büyüğe gücü yetmediği için onu kızdırmaya çalışır, ezilmişlik rolüyle anne babayı çağırır. Büyük çocuğa küçüğü korumak adına kızarsak, ‘annem babam hep onu tutuyor, onun yüzünden hep azar işitiyorum’ düşüncesiyle kardeş rekabeti ve ona karşı öfkesi daha artacaktır.

Akşamları ‘Aile oyunu’ için zaman ayırın.



kaynakça:FILLIOZAT.,I(2022),Denemediğim Yol Kalmadı,Kuraldışı Yayınları,İstanbul.

https://madalyonklinik.com/gundem/kardes-kiskancligi/ https://[www.cocukpsikiyatrisiizmir.com/kardes-kiskancligi](http://www.cocukpsikiyatrisiizmir.com/kardes-kiskancligi)