

KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Birden çok çocuk sahibi olan tüm ebeveynlerin ortak kaygılarından biri var olan çocuğun yeni geleni kıskanacak olmasıdır. Bu sebeple birçok ebeveynin ikinci bir çocuk yapmaktan kaçındığı, hatta vazgeçtiği bile görülmektedir. İlk çocuğu üzmemek, ona sunulan fırsatları, kaynakları kısıtlamamak adına çoğu aile tek çocuk sahibi olmayı tercih etmektedir. Birden fazla çocuk yapmaya karar veren aileler ise kardeş kıskançlığıyla er geç yüzleşirler. Kardeş kıskançlığı sadece abi ya da abla olanın kendinden sonra geleni kıskanması değildir, yeni gelen de bir süre sonra abi ya da ablasını kıskanabilir. Ancak genellikle yeni doğandan sonra ilk çocukta ortaya çıkan gerileme davranışları (bebeksi konuşmak, biberonla süt içmeyi istemek, altına kaçırmak) ya da yeni doğan bebeğe karşı gösterilen agresif tutum anne babayı paniğe sürükler.

Oysa kıskanmak son derece içgüdüsel ve olağandır. Korkulması ya da paniklenmesi gereken bir durum değildir. İlk çocuk yeni doğanla beraber o zamana dek sahip olduğu statüyü kaybetmektedir. Üstelik aile üyelerinin bir çoğu da yeni doğanla ilgilenmektedir. Bu, ilk çocuğun o ana dek hiç tatmadığı bir duygudur. O zamana kadar sadece kendisine yöneltilen ilgi ve alaka artık bir başkasına da yöneltilmektedir. Bunu kabullenebilmesi ve uyum sağlayabilmesi için çocuğun ihtiyacı olan şey sadece biraz zaman ve anne/baba tarafından gösterilecek anlayıştır. Zaman içerisinde çocuk kendisinin de hala çok sevildiğini anlayacak ve yeni durumu kabullenecektir. Bu süre zarfı içinde çocuğa ‘kardeşini kıskanmana gerek yok’, ‘bebeklik etme’, ‘kıskanmak hiç doğru değil’, ‘kardeşini çok sevmelisin’ gibi cümleler kurmak onu daha çok suçlu hissettirmekten ve öfkeliendirmekten başka bir işe yaramaz. Bunun yerine anne/babanın çocuğunun duygularını anlaması gerekir. Örneğin ‘sanırım onunla bu kadar yakından ilgilenmem seni kızdırdı’, ‘onu senden daha çok sevdiğimi düşündün’, ya da ‘seninle eskisi kadar vakit geçirmememize üzüldüğünü görüyorum’ demek çocuğun tüm kıskançlık duygularını ortadan kaldırmayacak, ancak ona anlaşıldığını hissettirecektir.

Çocuklar bu süreçte kardeşlerine zarar verme eğiliminde de olabilirler. Bu tür durumlar bazen severken sıkıştırma, öperken ısırma gibi dolaylı yoldan sergilenirken, daha direkt olarak da görülebilir. Anne/babanın bu durumlarda tavrını çok net olarak ortaya koyması ve bebeği koruması gerekmektedir. Ancak bunu yaparken de çocuğun yanlış davranışının arkasındaki duygu mutlaka isimlendirilmelidir. Örneğin ‘kardeşine zarar verdiğini görüyorum, sanırım ona kırgınsın’, ‘onu sevmediğini/istemediğini söylüyorsun bunu anlıyorum, ancak o bizimle kalacak ve senin ona zarar vermene izin veremem’ gibi. Burada esas amaç ‘duygunu anlıyorum ama davranışını onaylamıyorum ve böyle davranmana izin veremem’ mesajını vermektir.

Çoğu aile kıskançlık sorunuyla baş etmek adına çocuğa sorumluluk vermek, onu bakım sürecine dahil etmeyi tercih eder. Bunun yapılmasında bir sakınca yoktur, ancak bunu yaparken de dikkat edilmesi gereken bir takım hususlar bulunmaktadır. Örneğin buna dahil olmayı isteyip istemediği çocuğa sorulmalıdır: ‘Kardeşinin altını değiştirirken bana yardımcı olmak ister misin?’, ya da ‘kardeşinin mamasını beraber hazırlayalım mı?’ gibi. Her çocuk kardeşinin bakımına yardımcı olmaktan hoşlanmayabilir ve bu konuda çocukları zorlamak doğru değildir.

Unutmamak gerekir ki kıskançlık, özellikle kardeş kıskançlığı, Habil ile Kabil’e kadar uzanan eski ve insani bir duygudur. Önemli olan bunu yaşantılaşma şeklidir. Anne babanın üzerine düşen görev ise bu duyguyu normalize etmek, zamanı ve ilgiyi mümkün olduğunca eşit dağıtmaya çalışmak ve büyük olan çocuğun da halen bir çocuk olduğunu unutmamaktır.

Uzman Klinik Psikolog Sevda ARSLAN POYRAZ

