**KARDEŞ KISKANÇLIĞI**

**Belirtileri:**

* Anne, baba tarafından eskisi kadar sevilmeyeceği korkusu.
* Sık sık “Anne, baba beni seviyor musunuz?” sorusu(güvensizliğin bir göstergesidir).
* İçe kapanıklık, yemek yememe.
* Küçük yaştaki çocuklarda yalnız uyumak, yemeğini kendi yemek istememe. Daha büyük yaşlarda korktuğu için uyuyamadığını söyleyerek ilgi çekmeye çalışma.
* Saldırgan ve etrafını huzursuz eden davranışlar (öfke nöbetleri vb.)
* Psikosomatik belirtiler(nedensiz baş ağrıları, karın ağrıları vb.)
* Kıskanılan kardeşe karşı aşırı sevgi ya da aşırı saldırgan tavırlar.

**Öneriler:**

*Doğumdan Önce,*



* Çocuğun yaşına uygun bir dille, aileye yeni bir üyenin katılacağı, evdeki ortamın her zamankinden daha kalabalık ve heyecanlı olacağı(Örn: Eve sürekli misafirlerin gelip gideceği), annenin yeni kardeşin ihtiyaçlarını karşılarken yorgun olabileceği ancak; her bebeğin belli gereksinimlere ihtiyacı olduğu açıklanmalıdır.
* Kızınız ya da oğlunuz doğduğunda da aynı heyecanın yaşandığı bebeklik fotoğrafı, videoları gösterilerek paylaşılabilir.
* En temelde, çocuklara daha küçükken paylaşmayı öğretmelidir. Anne babaların bu konuda model olması gerekmektedir.
* Bebeğe isim bulma, odasını hazırlama konusunda büyük çocuktan yardım istenebilir.
* Bebek doğduğunda olacak olanları anlatmak için son an kadar beklenmemelidir.

*Doğumdan Sonra,*

* “Kardeşinin olması sana olan sevgimizin azaldığı anlamına gelmez. Seni seviyoruz.” mesajı sadece sözlerle değil davranışlarla da gösterilmelidir.
* “Ayy ne kadar yaramaz bir bebek, sürekli ağlıyor, uyumuyor, sen hiç böyle değildin. Seni daha çok seviyorum” gibi yapmacık sevgi gösterilmemelidir. Yaşı kaç olursa olsun çocuklar gerçek ile sahteyi ayırt etmeyi bilir. İyi bir şey yaptığınızı düşünürken çocuğunuzun onu sevdiğinize olan güvenini kaybedebilirsiniz.



* Çocuklarınıza EŞİT DEĞİL ADİL DAVRANIN! Her çocuğun ihtiyacı farklıdır. Verdiğiniz harçlık, ayırdığınız zaman adil olmalıdır.
* Kıskanmasın diye çocuğa aşırı ilgi ve normalde izin verilmeyecek durumlarda esneklik gösterilmemelidir. Diğer kardeşler de aşırı ilgi gösterileni örnek alarak kıskançlık göstermeye ve daha farklı problem davranışlara neden olabilir. Ev kuralları ve düzenin korunmasına özen gösterilmelidir.
* Kavga eden çocuklar arasında hakem rolü oynamayın. Küçük çocuğu korumaya çalışmayın. Bu, büyük çocukta küçüğüne karşı kine neden olabilir. Fiziksel şiddetin olmadığı durumlarda kardeşler anlaşmazlıklarını, konuşarak kendileri halletmelidir. Siz bu durumda tarafsız, sadece iletişimlerini kolaylaştıracak anahtar bir rol üstlenmelisiniz.
* Kavga eden kardeşleri birbirinden uzaklaştırmak yerine, daha da yakınlaştıracak ortamlar sunulmalıdır.
* Kardeşler ayrı kaldıklarında birbirlerini özlerler. Bu durum, ilişkileri bozuk olsa da aslında birbirlerini sevdiklerinin bir göstergesidir.
* Çocuğunuza ait bir şeyi asla ona sormadan kardeşine ya da bir başkasına vermeyin.
* Çocuklarınızı birbiriyle karşılaştırmayın. Çünkü bu çocuklar arasında yarışma ortamı yaratır.
* Mümkün olduğu kadar nitelikli zaman geçirin. Sadece çocuğunuzla baş başa sohbet ederek, onu anladığınızı hissettirerek geçireceğiniz 15 dk bile çok önemlidir. Birlikte yapılan bu etkinlikleri yeni kardeş doğduktan sonra da devam ettirin.
* Anne, babanın sevgisini kazanmak yarış malzemesi olmamalıdır. Onlara koşulsuz sevgi ve kabul gösterin. Koşulsuz sevileceğini bilen çocuklar kendilerine de daha çok güvenirler ve daha mutlu bireyler olarak yetişirler.