



Öğretmen Mehmet Aras İlkokulu



Rehberlik Servisi

Kardeşler Arasındaki Çatışmalarda Ebeveynin Rolü Ne Olmalı?

-Aile Rehberi -2-



Sevgili Aileler;

Evde kalmanın hem kendi sağlığımız hem de çevremizdeki insanların sağlığı açısından çok önemli olduğu bu günlerde, sabırlı olmak ve evde yaşanan kardeş çatışmalarını doğru yönetmek anne babalar açısından oldukça zorlayıcı olabilmekte.

Rehberlik servisi olarak yaşanması olası bu durumla ilgili faydalı olacağını düşündüğümüz birkaç bilgiyi siz velilerimizle paylaşmak istedik.

Kardeşlik ilişkisi, çocuklara paylaşma duygusunu öğreten ilk deneyimlerdenidir. Normal koşullarda kardeşlerin küçükken ufak tefek meselelerden kavgalar çıkarmaları, birbirlerini kıskanmaları doğaldır.

Ülkemizde yaşanan salgın nedeniyle hem biz yetişkinlerin hem de çocukların alışık olduğu düzenlerinin değişmiş olması doğal olarak duygu durumlarının da karışmasına neden olmuştur. Sürekli evde olmamız gereken bu süreçte çatışmaların artmış olması da oldukça normal bir durum.

Peki ebeveyn olarak bu çatışma durumlarında ne yapmalıyız, nasıl yaklaşmalıyız?

Ebeveynlerin kardeşler arasındaki atışmaların, alayların, çekişmelerin ve “Ama bu haksızlık!” çığlıklarının bitmesini istemeleri son derece makul. Ancak kardeş sevgisini açığa çıkarmanın en iyi yöntemlerinden biri, çatışmaları sonlandırmak yerine onları kullanmayı öğrenmekten geçiyor.

Kardeş çatışmaları çoğu zaman normaldir ve yaşanması beklenir: Ev ortamı, sosyal dinamikler için güvenli bir deneme alanı görevini görür. Kardeşler genelde birlikte oynamak isterler, ama aralarında yaş farkı varsa bunun için biraz beceri ve sabır gerekir.

Bir “maç anlatıcısı” gibi davranın

Çocuklarımıza, onları gördüğümüzü ve duyduğumuzu belli etmek bizim görevimiz, ancak kardeşleriyle aralarında yaşadıkları çatışmaları çözmek tam olarak bizim işimiz sayılmaz (**yoksa çatışmalar konusunda yeterli pratik yapamazlar**). Didişmeler başladığında, bir maç anlatıcısı olduğunuzu hayal edin ve taraf tutmadan, yargılamadan gördüklerinizi anlatın. Bu kolay uygulama sayesinde çocuklarınız çatışmalarını kabul ettiğinizi ve onlara saygı duyduğunuzu, ancak hızlı bir çözümle onlara müdahale etmek istemediğinizi bilirler.

Örneğin: Çocuklarınızın bağrıışlarını duyduunuz ve odalarına gittiğinizde birbirlerine kızgın olduklarını gördünüz.

*“Hey, sakin olun! Ahmet, bu sefer ne yaptın?” **demek yerine,***

“Buradan çok yüksek sesler geliyor. Ali, oldukça sinirli görünüyorsun. Ahmet, sen de gülüyorsun. Legolarda yerlere saçılmış.” diyebilirsiniz.

Neler olduğunu anlatın. Çocuklarınızın size söylediklerini tekrar edin. Tarafsız olmaya çalışın.

“Ah, anladım. En iyi legoları hep onun aldığıını söylüyorsunuz. Oyunun patronu oymuş gibi hissediyorsun. Anlıyorum. Ahmet, sen hep oynadığınız oyunu oynamak istedin ama Ali kuralları değiştirmek istedi. Ali, sen de buna sinirlendin ve legoları fırlattın. Doğru anlamış mıyım?”

UNUTMAYIN!!

Çocuklarınızın birbirleriyle ilgili şikâyetlerini onların yanında tekrar etmeniz, birbirlerini anlamalarına ve kendi çözümlerini bulmaya çalışmalarına yardım eder.

Kardeşlerin birbirlerine kızmalarına izin verin

Ebeveynlerin, çocuklarının birbirlerine iyi davranmaları konusundaki ısrarları veya zor ve hoş olmayan duyguları düzeltmeye çalışmaları, aslında bir reflekstir. Kardeşlerin birbirlerine sevgi, öfke, hayal kırıklığı ve bağlılık gibi farklı duyguları aynı gün içinde hissedebilecekleri unutulmamalı. Ebeveynleri olarak sadece olumlu duygularını kabul ettiğimiz fikrine kapılırlarsa, ya onların farkına varmamız için karanlık duygularına daha çok yönelirler ya da bu duygularını

bastırıp bizden saklarlar. Bu iki durum da iyi sonuç vermez. Negatif duyguları yargılamadan kabul edin. Sıcak ve şefkatli duygular zaten kendiliğinden ortaya çıkacaktır.

Örnek: “Her şeyi mahvediyor! Ondan nefret ediyorum!”

“Hey, sözlerine dikkat et. Sakinleşmeli ve kardeşinden özür dilemelisin.” **demek yerine,**

“Vay canına, kardeşine gerçekten de çok sinirlisin. Canını bu denli sıkı sıkıya tutan şey nedir?” **diyebilirsiniz.**

Örnek: “Ben bu bebeği istemiyorum. Keşke hiç doğmasaydı.”

“Hayır, Gerçekten böyle düşünüyor olamazsın. Bak gör, onu seveceksin.” **demek yerine,**

“Seni anlıyorum. Her şey artık çok farklı. Eskiden sadece üçümüzüzdük ama şimdi işler değişti. Ben de bazen bu değişimi hissediyorum!” **diyebilirsiniz.**

Ne zaman müdahale edeceğinizi bilin

Çocuklarınızın ilişkisinde duygusal veya fiziksel bir istismar söz konusuysa, erken müdahalede bulunmak ve gerekli olduğunda onları ayırmak önemli. Ama yalnızca birbirleriyle didişiyorlarsa, durup onları dinlemeniz gerekiyor. Sesler yükseliyor ve çatışmanın yoğunluğu artıyorsa araya girmeniz gerekebilir. Önce “Yardıma ihtiyacınız var mı?” ya da “Burada neler olduğuyla ilgili beni bilgilendirir misiniz? gibi sorularla başlayabilirsiniz.

Çocuklar becerikli problem çözücülerdir, en küçükleri bile. Konuyla ilgili iyi fikirlere sahip olduklarını varsayın ve desteğinizi sunun.

Buzdağının görünmeyen kısmını hatırlayın

Çocukların sözleri ve davranışları buzdağının görünen kısmıdır yalnızca. Bunlar en kolay gözlemlenebilen ve düzeltilebilen kısımlardır. Genellikle sözlerin ve davranışların altında yatan başka sebepler vardır. Kardeşlerden biri ötekini yalnızca onu rahatsız etmek için itmez; öfkeli olduğu, sınırlarını test ettiği, kendisi de okulda itildiği, yorgun olduğu, aşırı uyarıldığı veya dikkat çekmek istediği için iter. Çocuklarımıza aile kurallarını öğretiyor ve bunları savunuyorken daha derine bakmayı da ihmal etmemeliyiz.

Duruma merakla yaklaşmak sorunun köküne inmenize yardımcı olur ve aynı zamanda aile bireylerini yakınlaştırarak öğrenilen derslerin kalıcı olmasını sağlar.

Sınırları belirleyin

Çatışmaları gerçekten sonlandırmak için daha fazlasına ihtiyacınız var. “**Ayak uydurma, sınır koyma ve problem çözme**” olmak üzere üç adımdan oluşan bir strateji mevcut. Ayak uydurma anlayışla hareket ettiğiniz anlamına gelirken; sınır koymak kuralları ve gerçekleri belirler. Son olarak problem çözmek de alternatifler ve çözümler sunduğunuzu ifade eder.

“Ah! Çok acıdı sanırım. İyi misin diye bir bakayım. Çok sinirlenmiştin ve kapıyı kardeşinin koluna mı çarptın? Hadi bana neler olduğunu anlat. Tamam, anlıyorum. Sinirliydin ve kardeşinden uzaklaşman gerekiyordu.” **(Böylece iki çocuğa da ayak uyduruyorsunuz.)**

“Kapıları kesinlikle çarpmamalıyız, çünkü bu çok tehlikeli. Unutmayın ki bu, evin bir kuralı.” **(Sınır koyma.)**

“Kardeşinin kolu için biraz buz getirelim. Yalnız oynamak istediğinde bunu net ve güçlü bir şekilde nasıl ifade edebilirsin? Hadi bunları yazalım, çünkü sinirlendiğin zaman bir şeyleri hatırlaman güçleşebilir.” **(Problem çözme).**

Tabi tüm bunlardan önce;

- Sabırlı olun,
- “Hiç çatışma yaşanmasın” gibi bir beklenti içerisinde olmayın,
- Anne baba olarak çocuklarınız arasında ayırım yapmadığınıza emin olun,
- Çocuklar arasında kesinlikle kıyaslama yapmayın,
- Küçük olanı korumayın. (Bazen küçükler büyüklerden çok daha zalim olabilirler.)
- Büyüğü ezdirmeyin, haklarına saygı gösterin. Buna kardeşinin de uymasını sağlayın.
- Çocukların kişiliklerine, yaşlarına, ihtiyaçlarına uygun tavır ve tutumlar sergileyin.



Evde kalın, sağlıcakla kalın.