

www.moodisthastanesi.com

kar des kiskancılığı

Moodist'te
çözüm var!

MOODİST
PSİKİYATRİ & NÖROLOJİ HASTANESİ



Bilimsel Yenilikçi Yaklaşımlar





“Moodist Psikiyatri ve
Nöroloji Hastanesi
Bilgilendiriyor”

Kardeş kıskançlığına çözüm var mı?

Kardeşi yeni doğmuş çocuğunuzdan şu sözleri duymak sizi şaşırtır mıydı? “Keşke o hiç gelmeseydi” ya da “Baba, kardeşimi çöpe atalım”. Çocuklarda kıskançlık, ebeveynlerin titizlikle yönetmesi gereken bir süreçtir. Çocuğunuzla nasıl iletişim kurmanız gerektiğini Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi uzmanlarından dinleyebilirsiniz...

Çocuklarda kardeş kıskançlığı yaygın olarak görülen bir durumdur. Büyük çocukta kıskançlığın en büyük nedeni; en değerli varlığını, yani anne ve babasını yeni gelen kardeşle paylaşmak istememesidir. Fakat düşünüldüğü gibi kardeş kıskançlığı, sadece büyük ya da ilk çocukların sonradan gelen çocuğu kıskanmasından ibaret değildir. Küçük kardeş de büyüdükçe, büyük kardeşin becerileri karşısında kendini yetersiz bulabilir ve ona tanınan ayrıcalıkların farkına vararak, kıskançlık duymaya başlayabilir.

Dolayısıyla bu süreci yönetmek, ebeveynler için zorlayıcı olabilir.

Bu süreçte çocuğunuzun yanında ve onun destekçisi olmalısınız. Yapmanız gerekenleri öğrenmek ve çocuğunuza özel bir yaklaşım geliştirmek için Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi uzmanlarına istediğiniz zaman ulaşp, danışabilirsiniz.

Kardeş kıskançlığının belirtileri nelerdir?

Sözcüklerle ifade etme: Bazı çocuklar kardeşlerine duydukları kıskançlığı dile getirirler. “Keşke hiç gelmeseydi” ya da “Anne/Baba, kardeşimi çöpe atalım” gibi.

Regresyon / Geriye dönüş: Kardeşin doğumuyla birlikte bazı çocuklarda, bebeklik döneminde gösterdikleri davranışlara geri dönme olabilir. Örneğin; emzik emmek isteme, bez takmak isteme biçiminde.

Kendini geri çekme: Kardeşin doğumuyla birlikte bazı çocuklar, artık sevilmediklerini veya yetersiz olduklarını düşünebilir, dolayısıyla içlerine kapanabilir ve sessizleşebilir.



Zarar verme: Kıskançlığı yoğun olarak yaşayan çocuklarda kardeşlerine fiziksel zarar verme gözlenebilir. Örneğin; çimdiklemek, severken canını acıtmak gibi.

Siz anne ve babalar nasıl davranmalısınız?

- Kardeş kıskançlığının evrensel ve doğal bir duygu olduğunu kabul edin.
- Çocuğunuzu, hissettiği duygudan ötürü suçlu hissettirmeyin veya cezalandırmayın.
- Çocuğunuzun yeni kardeşini, sizlerin yaptığı gibi, büyük bir sevinç ve heyecanla kabul etmesini beklemeyin.
- Doğumdan önce yeni bir kardeşin geleceği bilgisini çocuklarınızla paylaşın ve olası yeni düzen ve değişiklikleri çocuklarınıza açıklayın.
- Kardeşin gelişyle, sizin ona karşı sevginizin hiçbir şekilde değişmeyeceğini çocuğunuza açıklayın.
- Çocuğunuz, kardeşi doğduktan sonra "artık sen ablasın, abisin veya kardeşini artık sen koruyacaksın" gibi cümleler kurmamaya özen gösterin, onun da bir çocuk olduğunu unutmayın.
- Çocuğunuzun olumlu davranışlarını destekleyin. Örneğin size yardım ettiğinde teşekkür edin.
- Çocuklarınızı kıyaslamayın. 'Sen daha akıllısın, daha yaramazsın vb.' cümleler yerine, onları oldukları gibi kabul ettiğinizi ve sevdiğinizi çocuklarınıza hissettirin.
- Bebek ile ilgili konularda çocuğunuzun da fikrini almanız, aile bütünlüğünüzün vurgulanması açısından önemlidir. Örneğin: çocuğunuzun bebek için düşündüğü ismi sormak vb.
- Bebeğin gelişyle, çocuğunuzun alışık olduğu düzenin bozulmaması önemlidir. Özellikle doğum sonrasında annenin, bebeğin bakımıyla meşgul olduğu zamanlarda babanın, çocuğun düzenini sürdürmesini sağlaması önemlidir. Örneğin; uyku saati, parka gitme gibi.
- Çocuğunuz, kardeşine zarar veremeyeceği konusunda yaşına uygun net kurallar koyun. Çocuğunuzun, öfkesini sözcüklerle ifade etmesine olanak sağlayın.
- Çocuğunuz, kardeşi hakkında güzel şeyler söylemesi için zorlamayın. Böyle durumlarda çocuğunuzun gerçek duygularını söylemesini engellemiş olursunuz. Bu da çocuğunuzun duygularını



MOODİST
PSİKİYATRİ & NÖROLOJİ HASTANESİ

yıkıcı şekillerde ifade etmesine sebep olur. Bu yüzden çocuğunuzun hoş olmayan şeyleri de söylemesine izin verin. Bunları söylediğinde onun hissettiklerini anlayışla kabul edin.

Olayları seyrine bırakmayın!

Kardeş kıskançlığı olağan bir durumdur fakat duyarlı ebeveynlikle çocuğunuzun yaşadığı öfke ve kıskançlık duygularını azaltabilirsiniz. Ailenin bütün üyelerinin stres altında olabileceği gerçeği, büyük çocuğunuza yeterli ilgi ve zamanı ayırmanızı zorlaştırabilir. Fakat eğer çocuğunuzun hissettiklerine anlayış gösterirseniz ve çocuğunuza duygularını özgürce ifade etme fırsatı vererseniz, hem yaşadığınız stres azalacak hem de çocuklarınız arasındaki ilişkiyi güçlendirmiş olacaksınız.

Referans

Schaefer, C. E., & DiGeronimo, T. F. (1994). How To Talk to Your Kids about Really Important Things: For Children Four to Twelve. Specific Questions and Answers and Useful Things To Say. Jossey-Bass, Inc., Publishers, 350 Sansome Street, San Francisco, CA 94104.

Kardeş kıskançlığı bazen çocuklarda çok yoğun yaşanabilmektedir. Böyle durumlarda sürecin en iyi şekilde yönetilebilmesi ve profesyonel destek almak için Moodist Nöroloji ve Psikiyatri Hastanesi'nin çocuk psikologlarıyla istediğiniz zaman görüşebilirsiniz...





Uzman Kadro, Yenilikçi Yaklaşımlar,
Güvenli ve Konforlu Bir Hastane

Uzman Kadro, Yenilikçi Yaklaşımlar, Güvenli ve Konforlu Bir Hastane:

MOODİST

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, yenilikçi sağlık hizmetlerinin simge kurumlarından biri olarak; Erişkin Psikiyatrisi, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi, Bağımlılık, Nöroloji ve Acil Psikiyatri alanlarında uzman kadrosuyla 2016'dan beri İstanbul Acıbadem'de hizmet veriyor.

MOODİST'i farklı kılan değerler

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, Türkiye'de ruh ve sinir hastalıkları alanında yenilikçi ve öncü yaklaşımlarıyla öne çıkıyor. Dünyada kabul görmüş tanı ve tedavi yöntemlerini uygulayan Moodist, kendi geliştirdiği ve Türkiye'de ilk kez uygulanan tedavi programlarıyla da alanında öncülük üstleniyor. Moodist'in imza attığı bu yenilikçi programlar arasında; Bağımsız Kuşak Programı, İnternet Bağımlılığı Tedavi Programı, Kumar Bağımlılığı Tedavi Programı yer alıyor.

İnsan odaklı, bilime ve etik değerlere bağlı, özgün bir hastane kültürüne sahip olan Moodist, Türkiye'nin psikiyatri alanında en uzman kadrolarından biriyle çalışıyor.

Kurduğu Moodist Akademisi'nde uzmanlarının mesleki bilgi ve birikimlerini birbirleriyle paylaşmasını sağlayan Moodist, bu akademide üst uzmanlık eğitimleri, ulusal ve uluslararası konferanslar ile sempozyumlar da düzenliyor.

Toplum ruh sağlığına değer katacak yenilikçi, bütüncül sağlık çözümleri üreten, tanı ve tedaviler uygulayan Moodist, hastalar ve yakınlarına Türkçe, İngilizce ve Arapça hizmet sunuyor.

Türkiye'nin en fazla yatak kapasitesine sahip psikiyatri hastanesi olan Moodist'te, bebekler ve çocuklardan başlayarak, her yaş grubu için tıbbi hizmetler mevcut.

Hasta ve hasta yakınlarının mahremiyeti, güvenliği ve rahatlığı, çalışanların ve yönetimin hassas olduğu ve özenle yaklaştığı konular arasında...

İstanbul Anadolu Yakası'nın seçkin semti Acıbadem'in kalbinde yer alan Moodist, konumu itibarıyla İstanbul'un en merkezi noktalarından birinde yer alıyor. Hem ana yollara hem metro hatlarına hem de köprüye yakınlığıyla ulaşımı son derece kolay bir ulaşım imkanı sağlıyor.

Ruh ve sinir hastalıklarında uzmanlık ve deneyim

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi
ruh ve sinir hastalıkları alanında uzman ve deneyimli kadrosuyla, şu alanlarda tedavi çözümleri sunuyor:

Erişkin Psikiyatrisi

Bu alan, 18 yaşını geçmiş erişkin bireylerdeki ruh sağlığı ve hastalıklarının teşhis, tedavi ve önlenmesiyle ilgilenir. Bireylerin 'iyi olma' haline odaklanan 'Erişkin Psikiyatrisi', biyolojik, psikolojik, sosyolojik etmenlerin birleşimiyle yani 'biyopsikososyal' olarak çalışan tıp bilimi ve ruh hekimliği alanıdır. Erişkin Psikiyatrisi'nin tanı ve tedavisini gerçekleştirdiği başlıca hastalık grupları şöyledir:

- Akut ve Posttravmatik Stres Bozukluğu • Alkol ve Madde Bağımlılığı
- Anksiyete Bozuklukları • Bipolar Bozukluk • Cinsel İşlev Bozuklukları (Vajinismus, Premature Ejekülasyon, Psikojenik Erektile Disfonksiyon, Kadınlarda ve Erkeklerde Cinsel İsteksizlik vb.) • Depresyon • Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite • Disosiyatif Bozukluklar • Kişilik Bozuklukları • Obsesif Kompulsif Bozukluk • Somatoform Bozukluklar • Şizofreni ve Diğer Psikotik Bozukluklar • Uyku Bozuklukları

Erişkin Psikiyatrisinde doğru tanı ve tedavinin vazgeçilmezi olan; Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI), Rorschach Testi (Mürekkep Lekesi Testi), Nöropsikolojik Değerlendirme, Sürekli Dikkat Testi (MOXO), Tematik Algı Testinin (TAT) yanı sıra Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi tarafından geliştirilen MoodCog: Moodist Kognitif Test ve MoodSoft: Moodist Test Programı testleri de kullanılmaktadır.

Ayrıca EKT (Elektrokonvulsif Tedavi) ve TMS (Transkranyal Manyetik Stimülasyon) tedavi yöntemleri de kullanılmaktadır.

Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi

Çocuk ve ergenler kendileri ve çevreleri için önemli sorunlara neden olabilecek duygu, düşünce ve davranışlar deneyimleyebilir. Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi bu sorunları tanımlamayı, tedavi etmeyi ve/veya önlemeyi hedefler.

Çocuk Ergen Psikiyatrisi polikliniğimizde Çocuk ve Ergen Psikiyatristlerimiz ve Gelişim Psikologlarımızla ile birlikte hizmet verilmektedir.



Tedavi süreci medikal tedavi, psikoterapi, psikoeğitim, aile desteği ve okul görüşmelerini kapsamaktadır. Çocukların işlevselliğini arttırmak ve tedaviden daha fazla yarar sağlamak için tedavi sürecinde, çocuk, aile, okul ve tedavi ekibi iş birliği içinde çalışmaktayız.

Wechsler Çocuklar için Zeka Ölçeği IV (WISC-IV), Beier Cümle Tamamlama Testi, CAT (Çocuklar İçin Tematik Algı Testi), AGTE (Ankara Gelişim Tarama Envanteri), DENVER, MOXO gibi geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış testlerin yanı sıra Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi tarafından geliştirilen MoodCog: Moodist Kognitif Test ve MoodSoft: Moodist Test Programı testleri de Çocuk ve Ergen Psikiyatrisinde kullanılmaktadır.

Bağımlılık

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi Bağımlılık Merkezi, etik ve bilimsel yöntemler uygulayan, insan odaklı yaklaşıma inanan, T.C. Sağlık Bakanlığı'nın verdiği AMATEM (Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezi) ruhsatına sahip olan bir merkezdir.

Bağımlılık tedavisi bir yolculuktur. Bu yolculukta mutlu sona psikolog ve psikiyatrlar, hasta ve ailenin ortaklaşa çalışmasıyla ulaşılabilir. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, tüm bağımlılık türleri için profesyonel ve deneyimli bir ekiple tedavi hizmeti sunar. Bağımlılıkta üç basamaklı bir tedavi modeli hayata geçirilir. Doğru tanı ve değerlendirme çok önemlidir. Tedavi hizmeti hem yatarak hem de ayakta verilebilir. Tedavi sürecinde aile bireyleri de unutulmaz ve onlar da desteklenir. İlaç tedavileri eksiksiz biçimde uygulanır. Süreçte yoğun bir psikososyal tedavi programı söz konusudur.

Nöroloji

Nöroloji genel olarak beyin, beyin sapı, omurilik ve çevresel sinir sistemiyle kasların hastalıklarını inceleyen, teşhis tedavi uygulamalarını

içeren tıp bilimi dalıdır. Epilepsi, hareket bozuklukları, beyin damar hastalıkları, bunamalar, uyku bozuklukları, baş ağrıları, baş dönmeleri, inmeler, şuur değişikliği, el ayak uyuşmaları, çeşitli kas güçsüzlükleri de nörolojinin alanına girer.

Modern nöroloji uygulamalarında gelişmiş laboratuvar çalışmaları önemli bir yere sahiptir. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi son teknolojiye sahip laboratuvarları ile nöroloji hastalıklarının tanı ve tedavi uygulamalarında kesintisiz hizmet vermektedir.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi Nöroloji polikliniğimizde tanı amaçlı EEG, EMG, manyetik uyarmı tetkikleri de yapılmaktadır.

Uyku apnesi gibi uyku bozukluklarının tanısında kullanılan uyku testi ya da polisomnografi ile gece uykusu sırasında hastanın beyin dalgalarını, göz hareketlerini, solunum faaliyetlerini, kanındaki oksijen miktarını ve kas aktiviteleri ölçülmektedir.

Acil Psikiyatri

Acile başvuran hastaların yaklaşık yüzde 3 ila 12'sini psikiyatrik bozukluklar oluşturur. Hastalar acil psikiyatriye duygu, düşünce ve davranış alanındaki belirtilerle başvurmakla birlikte, fizyolojik belirtilerle de başvurabilir. Acil psikiyatri belirtileri, bazen müdahalelerle giderilebilecek şikayetler olabileceği gibi, hayati önem arz eden durumlarla da karşılaşılabilir. Örneğin; intihar düşüncesiyle veya madde kullanımına bağlı zehirlenmeyle başvuran hastalarda acil müdahale çok önemlidir.

Kadın Ruh Sağlığı

Toplumda oluşmuş ve kalıplaşmış yanlış yargılar, kabuller, kadınlarda ruh sağlığı sorunlarının oluşmasına zemin hazırlar. Dünya Sağlık Örgütü, sağlığı sadece hastalık veya sakat olmama hali olarak değil, kişinin beden, ruhen ve sosyal yönlerden tam iyilik hali olarak tanımlar. Kadınların önemli sağlık sorunlarından biri de ruh sağlığıdır.

İnsan odaklı bir hastane, Bilime adanmış uzmanlık

Moodist Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, Şubat 2016'dan bu yana, 10 bin 200 metrekare kapalı alana sahip, 8 katlı modern binasında hizmet veriyor. Moodist, 75 yatak kapasitesi, suit ve konforlu hasta odaları, erişkin ve çocuk poliklinikleri, bağımlılık, kadın ruh sağlığı, acil psikiyatri bölümleri, EKT, TMS, EGG ve tüm psikolojik tanı testleriyle, ruh sağlığına yönelik bilim ve teknolojinin gerektirdiği koşulları sağlayan, tam teşekküllü özel bir psikiyatri hastanesidir.

Moodist'in akademik kimliğe sahip profesör, uzman hekim ve psikologlardan oluşan hekim kadrosunda ayrıca; anestezi, iç hastalıkları, nöroloji uzmanı, diyetisyen ve tecrübeli sağlık personeli de bulunuyor.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, akademik ve uzman kadrosunun kanıta dayalı, bilimsel mesleki bilgi ve birikimlerini, meslektaşları ile paylaştığı bir platforma; Moodist Akademi'ye de sahip. Burada psikiyatri, psikoloji ve nöroloji alanlarında üst uzmanlık eğitimleri sunuluyor, klinik ve uygulamaya yönelik beceriler geliştiriliyor. Ayrıca ulusal ve uluslararası konferanslar ile sempozyumlar düzenleniyor, bilimsel gelişmeler, bilgi ve deneyimler tüm sağlık profesyonelleriyle paylaşılıyor.

Moodist Akademi, Bağımlılık Sempozyumu ve Ruh Sağlığı Sempozyumu ile birlikte; Bağımlılık, Travma, Psikopatoloji, Psikofarmakoloji, Cinsellik, Test Eğitimleri gibi alanlarda da eğitimler düzenliyor.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi'ne www.moodisthastanesi.com adresi üzerinden ulaşabilirsiniz.

Ve sosyal medya hesaplarımızı takip ederek güncel gelişmeleri ve haberleri takip edebilir ve bilgilendirme videolarımızı izleyebilirsiniz:

📞📧📱/moodisthastanesi ☎️+90 551 694 17 00



TAKİP ET



KARAR VER



RANDEVU AL



MOODİST'E GEL



MUAYENENİ YAPTIR!



SAĞLIKLI VE MUTLU YAŞA



w w w . m o o d i s t h a s t a n e s i . c o m

kar des kıskançlığı

Moodist'te
çözüm var!

0216 912 17 00

    /moodisthastanesi

MOODİST
PSİKIYATRİ & NÖROLOJİ HASTANESİ