

ERGENLİK DÖNEMİ  
ve  
ERGENLE İLETİŞİM

# EYVAH!!! ÇOCUĞUM BÜYÜYÖR

- ▶ *Doğduğunda size Dünyaları verdi,*
- ▶ *İlk adımı attığı zaman,sevinçten uçtunuz,*
- ▶ *İlk Anne ve Baba dediğinde ne yapacağınızı şaşırdınız,*
- ▶ *Büyüdükçe problem yaşamaya başladınız,*

**“ARTIK ÇOCUĞUMU  
ANLAYAMIYORUM”  
DEMEYE BAŞLADINIZ DEĞİL  
MI?**

★★Korkmayın çocuğunuz kendini arıyor.



# ERGENLİK DÖNEMİ

## (12- 21 Yaş)

ERGENLİK, çocukluktan çıkıp gençliğe adım atma dönemidir.

ERGENLİĞİ, zamanı biraz farklı olsa da herkes yaşar.

ERGENLİK büyümenin doğal bir parçasıdır.

ERGENLİK, fiziksel değişimlerin yanı sıra, düşünsel ve duygusal değişimleri de beraberinde getirir.

# ERGENİN;

- ▶ Duyguları hızlı iniş çıkışlar gösterir.
- ▶ Tepkileri önceden kestirilmez.
- ▶ Derslerine ilgisi azalmıştır.
- ▶ Dikkati dağınıktır.
- ▶ Evde durmak istemez,
- ▶ Önerilere aldırılmaz,
- ▶ Beslenmesi düzensizdir.

- ✓İlgileri artmış gelgeç hevesleri çoğalmıştır.
- ✓Başkaları tarafından nasıl görüldüğünü merak eder.
- ✓Dinlediği müzik, beğendiği sanat etkinlikleri değişir.
- ✓Uzun uzun düşler kurar.
- ✓Hatıra defteri tutmaya başlar.
- ✓Şiir, öykü yazmaya özenir.
- ✓Yazdıklarında gizliliğe dikkat eder.



- ✓ Kulaktan dolma ödünç alınmış fikirleri savunur. Büyükleri ile tartışır.
- ✓ Anne babasına karşıt düşünceler ileri sürmeye dikkat eder.
- ✓ Karşı çıkmış olmak için karşı çıkar.
- ✓ Bu dönem için çelişkili duyuş ve davranış özellikleri olağan sayılır.
- ✓ Bazı gençler çalkantıyı daha az yoğunlukta yaşayıp çabucak uyum sağlarlar.
- ✓ Bazıları ise ileri derecede uyumsuzluklar gösterip bu tür davranışlarda ileri yaşlarda da bulunabilirler.

Yaşıtlarının da benzer problemlerinin olması gençler arasında **gruplaşmalara** yol açar.

Bir grup içinde olmak gence **güven** verir.

**Onaylamasa** bile grubun bazı davranışlarına katılır.

Bu konuda anne-babaya düşen görev genci evde fazla **sınırlamamak** olmalıdır.

Çünkü bunalan genç dışarıda daha **etkin** arkadaşlarının peşinden gidebilir.

Evinde **kabul gören** ergen zamanla ailesine daha kolay bağlanır



Gençlik çağı beğenilerin, **özentilerin**, **tutkuların**, **hayranlıkların** yoğun olduğu bir dönemdir.

Ergenler bir yandan **bağımsızlıklarını** kazanmaya çalışırken bir yandan da **model** ararlar. Modellerinin **meziyetleri** kadar **kusurları** da **taklit edilir.**

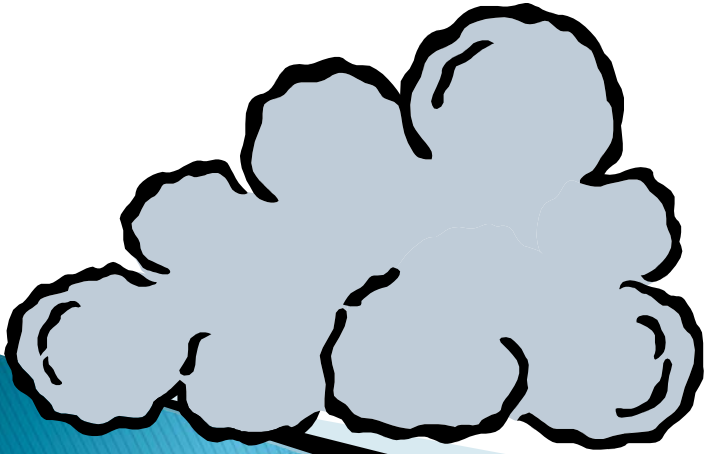
Model sık sık değiştirilebilir, her modelden alınan bir örnek gencin kişiliğine bir ilave yapar. Bu nevi denemeler ergenlik sonuna kadar sürer.





Gençlik, bocalama ve fırtınalar içinde geçen bir dönemdir. İkinci doğuş olarak kabul edilir.

Fırtına ve gerginlik dönemi olarak da açıklanabilen ergenlik hangi toplumda olursa olsun, her bireyin yaşadığı bir evredir.





**ÇABUK ÜZÜLÜR.**

**Çabuk**

**sinirlenir.**

**OLUR OLMAZ**

**HERŞEYİ SORUN**

**YAPAR.**

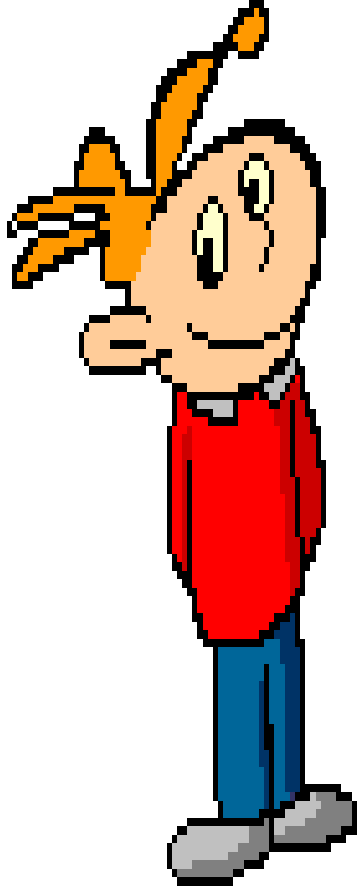
İlgileri artmış, gelgeç hevesleri çoğalmıştır.

Gürültülü müziğe bayılır



Süse ve giyime düşkünlük gösterir. Genç kız ayna karşısında saatler geçirir.





Her Őeye olur olmaz karşı  
çıkarken **eleŐtiri ve yorumlara**  
yönelir.

Her Őeyi bir anda  
düzeltecek kolay çözümler arar.  
Bunun için **çabuk kandırılabilir.**

Evinde uyumsuz olan genç bu uyumsuzluğunu okula da yansıtır.

Derslere ilgisi azalır, başarısı düşer.  
Hep bağıırır çağırır, kırar döker.

Bu davranışları art niyetli önderler vasıtası ile saptırılıp hırsızlığa, zararlı eyleme, toplum suçlarına yöneltilebilir.

Gençler toplum kurallarını hiçe sayıp kural dışı yaşamak isterler.

# AİLELERİN ERGEN HAKKINDAKİ DÜŞÜNCELERİ

- ✓ Hırçınlaştı. Ders çalışmıyor. Sorumluluk duygusu yok. Canım sıkılıyor diyor. En küçük isteklerini sert bir dille bildiriyor. Kardeşlerini kızdırmaktan zevk alıyor.
- ✓ Okuduğunu anlamıyor gibi.
- ✓ Durgunlaştı, dalgınlaştı.
- ✓ Çabuk karamsarlığa düşüyor.
- ✓ Ara sıra hiç yoktan huysuzlaşıyor.
- ✓ Sert karşılıklar veriyor.



✓ İleri derecede alingan. Derslerinde gene başarılı ama oyuna, eğlenceye çok düştü. Olur olmaz her şeye ağlıyor. Evde huzursuz, dışarıda sıkılğan

✓ Her istediğini yaptırmak istiyor. Aşırı süsleniyor. Siz bana karışamazsınız diyor. Babasından çekindiği için dolambağlı yollara sapıyor.

✓ Derslerinde başarılı. Hiç sorun çıkartmayan bir çocuk. İki kez okula gitmemiş. Arkadaşlarıyla gezmiş. Sorunca yalan söyledi. Bu davranışı bizi çok şaşırttı.

✓ Çok harçlık istiyor. Çok geziyor, eve girmek istemiyor. Spora çok düştü. Derslerine boş veriyor. Banyoya sokamıyoruz. Ellerini bile yıkamıyoruz. Saçını kestiremiyoruz.

✓ Son derece asi ve hırçın olmaya başladı. Başına buyruk olmak istiyor. Dayak, kötü söz, tatlı söz hiçbirisi sonuç vermiyor. Bir psikologla mı görüşmeliyim.



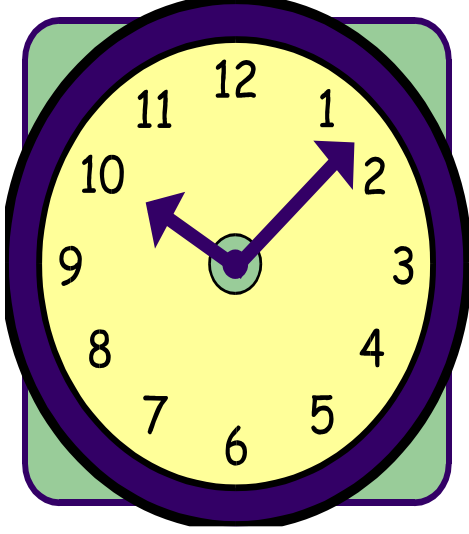
ERGENLE İLETİŞİM



**GENÇ  
ÇOCUĞUNUZUN  
DURUMUNA  
İÇTEN İLGI  
GÖSTERİN!**

**ÇOCUĞUNUZA  
ZAMAN  
AYIRIN !**





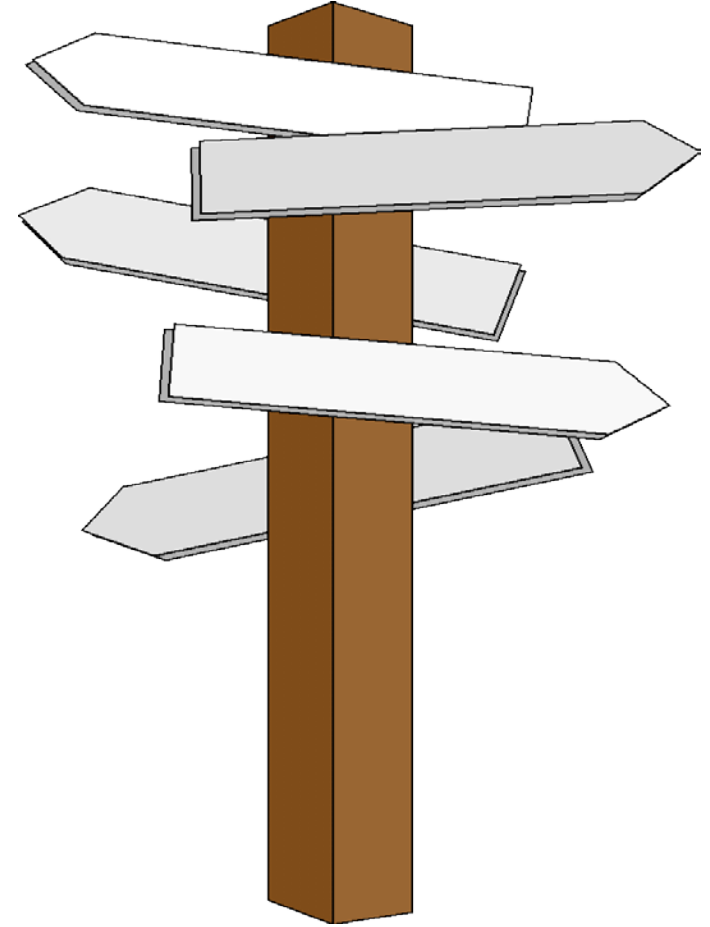
# Zaman harcamak dinlemek

Aklınıza ne gelirse her  
konudan konuşmak!

**Çocuğunuzun hangi  
etkinliklerle ve  
deneyimlerle ilgili  
olduğunu  
öğrenmeye çalışın**

Aynı görüşte  
olmasanız bile  
*söylediklerinin ve*  
*hissettiklerinin sizin*  
için önemli olduğunu  
bilmesini  
sağlayabilirsiniz.

**Dürüst bir  
geribildirim  
yoluyla  
karşılıklı  
anlayış  
sağlamaya  
çalışabilirsiniz.**

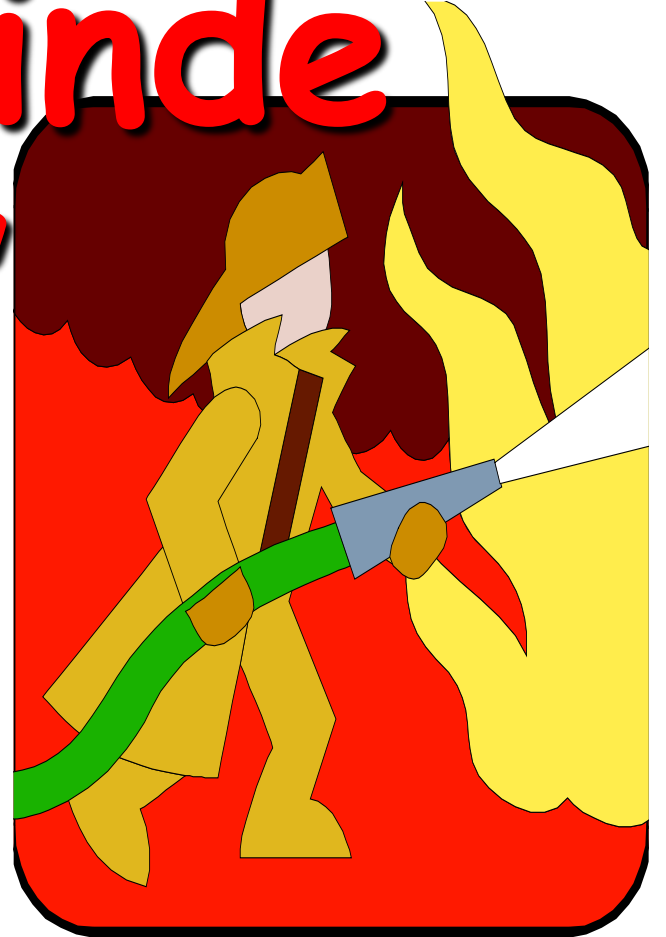


**DUYGULARINIZI  
DENETLEYİN**





Duygular çok  
alevlendiğinde  
bir "mola"  
verin.



Çocuğunuzun üzücü  
davranışına, tepeniz  
atmadan önce olumlu bir  
davranışla karşılık verin.



En iyi annelik-babalık  
görevlerinizi,  
dinlenmiş olduğunuzda  
yapabileceğinizi  
unutmayın.

**Karşılıklı saygıyı teşvik  
etmeli, bunun içinde  
çocuğumuzun duygularını  
kabullenebilmeliyiz...**

**Çocuğun duygularını  
görmezlikten gelen, tıkayıcı  
cevaplar vermekten kaçının.**

**Bu tarz bir dinleme  
çocuğumuzu işitmediğimizi  
ve anlamadığımızı belirtir...**

**Çocukların öğrenmesine izin  
verin.**

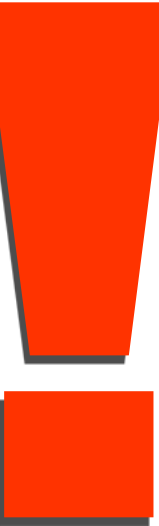
**Kendi çözümlerimizi onlara  
empoze etmekten kaçının...**

*Armağanlarla  
çocuđunuzu  
geçici olarak  
kazanabilirsiniz*





Ancak asıl  
armağan sürekli  
ilgi ve  
sevginizdir





**İLGİYLE DİNLEDİĞİNİZ İÇİN  
TEŞEKKÜR EDERİM.**



**REHBERLİK SERVİSİ**