

Ergen; başkalarının yanında uyarılmaktan, öğüt almaktan **HİÇ HOŞLANMAZ**. Bu tür davranışları ve uyarıları kendi varlığına bir tehdit olarak algılar ve sonuç olarak anne babaya düşmanlık duyguları besler.

- ❖ Her ergen bir arkadaş grubuna ait olmak ister. Bu dönemde onlar için en önemli şey arkadaşlarıdır.
- ❖ İlgi çekme çabasındadırlar.
- ❖ Kıyaslanmaktan nefret ederler.
- ❖ Kısıtlama değil özgürlük isterler.



Anne Babaların Ergen Çocukları Hakkında Söylediği Ortak Şeyler

Asi ve Hırçın
Evde huysuz, alıngan, ters
Karamsar
Kendi başına buyruk ve sorumsuz
Olur olmaz her şeye ağlıyor
Ders çalışmıyor
Süse düşkün
Çok geziyor

Gençlerimizin sorumluluk sahibi, başarılı, mutlu, olumlu, kendilerini ve yaşamayı seven insanlar olarak yetişmelerini istiyorsak; onlara nasıl davranmamız gerektiğini bilmemiz gerekir. Her anne-baba çocuğunu sever fakat nasıl davranacağını bilemeyebilir. Bu nedenle anne babaların aşağıdaki önerileri dikkate alması yararlı olacaktır.



ERGENLİK DÖNEMİNDE ÇOCUĞU OLAN ANNE-BABALARA ÖNERİLER

- ✘ Çocuğunuza vereceğiniz en değerli hediye **ilgi, zaman ve sevgidir**. Aileden ilgi ve sevgi göremeyen çocuk, ilgiyi başka yerlerde arar ve bulamazsa ümitsizliğe düşer. Unutmayın herkes anne-babası tarafından önemli olmak ve sevilmek ister.
- ✘ Çocuğunuza öğüt vermek yerine ona örnek olun. Anne-baba arasındaki ilişki olumlu ise, çocukta olumlu ilişkileri öğrenecektir.
- ✘ Aşırı koruyuculuk çocuğun her işini yapma, onun yerine karar verme çocuğunun gelişmesini engeller. Yapmanız gereken onun çabalarına saygı göstermek, kendine güvenmesine olanak sağlamaktır. Unutmayın, çocuğunuza hep çocuk olarak davranırsanız, o da hep çocuk olarak kalır.

- ✘ Hangi yaşta olursa olsun, her fırsatta çocuğunuzun fikirlerini sorun ve fikirlerine önem verin.
- ✘ Çocuğunuzu dinleyin, duygularını paylaşın, çocukla ve onun sorunu ile ilgilendiğinizi gösterin. Eğer onu dinlemezseniz, bir süre sonra onunda sizi dinlemediğini fark edersiniz.
- ✘ Çocuğunuza söz verdiğiniz zaman, sözünüzü yerine getirin ya da yerine getiremeyecekseniz söz vermeyin.
- ✘ Çocuğunuzu başka çocuklarla ve kardeşi ile kıyaslamayın.
- ✘ Çocuğunuzun hatasını asla başkalarının yanında konuşmayın.
- ✘ Çocuğunuzu her yaptığı yanlıştan dolayı eleştirmeyin. Çünkü sık eleştirilen çocuklar içe kapanık ve kendine güvensiz olur.
- ✘ Ergenlik dönemindeki çocuğunuzun kimlik arayışına, büyüme çabalarına destek olun ve saygı gösterin.
- ✘ Çocuğunuza karşı anne-baba aynı tutum içinde ve tutarlı olun.



- ✘ Sınırları ve özgürlükleri hakkında çocuğunuza bilgi verin. Sürekli denetim altında tutmayın aşırı serbest de bırakmayın.

- × Çocuklarınız vücutlarındaki değişim ile ilgili size soru sorduklarında onları ayıplamadan, utandırmadan ve terslemeden yalın bir şekilde cevaplayın.
- × Çocuğun sürekli eksiklerine ya da başarısızlıklarına odaklanmayın. Başarılı olduğu yanlarını görüp takdir edin.
- × Çocuğunuza karşı sevginizi gizlemeyin.
- × Okul ve öğretmenleriyle sürekli iletişim halinde olun.



Anne-babaların ergene zaman zaman çocuk, zaman zaman yetişkin gibi davranması, ergenlerin rolleri ve bunlara ilişkin beklentilerdeki belirsizliği arttırır ve çocuğun kafasındaki çelişkilere yenilerinin eklenmesine neden olabilir. Ergen, bir yandan büyüüp yetişkin sorumlulukları almak ister, bir yandan da çocuk kalıp çocukluğun güvenli, korunan sıcaklığı içinde yaşamak ister. Yetişkinlik ve çocukluk arasında gidip gelen ergen, yoğun, karmaşık duygular içinde zaman zaman uygun olmayan davranışlar da gösterebilir. Anne babanın, gencin içindeki bu çatışmaların farkında olması iki taraf için uzlaşmacı bir ilişkinin gelişmesinde ilk adımdır.

Kelebeğin Hikayesi

Bir gün, kırlarda gezintiye çıkan bir adam, kenara oturduğu otlardan birinin dalında küçük bir kozanın varlığını fark etti. Koza açıldı açılacak gibiydi. Adam, bunun bir kelebek kozası olduğunu tahmin ediyordu. Böyle bir fırsat bir daha ele geçmez diye düşündü; ve bir kelebeğin dünya yüzü gördüğü ilk dakikalara şahit olmak istedi. Dakikalar dakikalara kovaladı ,saatler geçmeye başladı ,ama henüz kelebeğin küçük bedeni o delikten çıkmadı. Sanki ,kelebeğin dışarı çıkmak için çaba harcamaktan vazgeçmiş olabileceğini düşündü. Sanki kelebek elinden gelen her şeyi yapmış da artık yapabileceği bir şey kalmamış gibi geldi ona. Bu yüzden, kelebeğe yardımcı olmaya karar verdi. Cebindeki küçük çakıyı çıkarıp kozadaki deliği bir cerrah titizliğiyle büyütmeye başladı. Böylece, bir iki dakika içinde kelebek kolayca dışarı çıkıverdi. Fakat bedeni kuru ve küçücük, kanatları buruş buruştu.

Adam kelebeği izlemeye devam etti; çünkü kanatlarının her an açılıp genişleyeceğini ve narin bedenini taşıyacak kadar güçleneceğini umuyordu. Ama bunlardan hiçbiri olmadı. Kelebek, hayatının geri kalanını, kurumuş bir beden ve buruşmuş kanatlarla yerde sürünerek geçirdi. Ne kadar denese de asla uçamadı.

Bazen, hayatta tam olarak ihtiyaç duyduğumuz şey çabalardır.

Çocuklarınızla sevgi dolu bir iletişim kurmanız dileğiyle...

ETLİK ANADOLU LİSESİ
PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK SERVİSİ

ERGENLE İLETİŞİM

Ergenlik Dönemindeki Çocuğunuzu Tanıyamıyor musunuz?

Ergenlik, bocalama içinde geçen bir dönemdir. Fırtına ve gerginlik dönemi olarak da açıklanabilen ergenlik hangi toplumda olursa olsun, her bireyin yaşadığı bir evredir.

Aile ile iletişim, ergenlik dönemindeki bir genç için her zamankinden daha önemlidir. Anne babası tarafından eleştirilmeden, yargılanmadan, sorgulanmadan dinlenmeye ihtiyacı vardır.

ANLAŞILMAK ve ÖNEMSENMEK ergen için çok önemlidir. Ailesiyle kurduğu iletişimlerinde bu ihtiyaçlarının karşılanmasını bekler.