

Aileye Düşen Görevler

- Ergen her şeyden önce anlaşılma ve değer görme duygusunu yaşamalıdır. Bu nedenle ebeveynin bu duyguları yaşatma adına söz ve davranışları konusunda hassas olması gerekir. Aksi takdirde ergen bu duygularını tatmin adına farklı çevrelere ihtiyaç duyacaktır.
- Ergenle fikir alışverişleri yapılmalı; ergen, aile konuları dışında tutulmamalıdır.
- Çeşitli sorun ve konularda ergen objektif bir biçimde saygıyla dinlenmeli ve ortak paydalar bulunmaya çalışılmalıdır.
- **Nasihatler genellikle işe yaramaz, sadece ergenin o an ebeveyni dinlemesini sağlar, uzun vadede çözüm değildir.**
- Ergenin arkadaşları eleştirilmemeli, ebeveyn bu konuda ergenin arkadaşlarını tanıma yoluna gitmeli ve bunu çocuğuna hissettirmelidir. Akabinde şayet hoş olmayan bir durum varsa bu, ergenle paylaşılabilir. Fakat tanımadan eleştirmek ergenin ebeveynini haksız bulmasından başka bir işe yaramaz.



- Sevgi eksik edilmemelidir.
- Evdeki genel ortamın gergin olmamasına dikkat edilmelidir.
- **Ergenlik dönemi çatışmalı ve gergin geçiyorsa bir uzmandan destek alınmalıdır.**

Dünyaya çocuğunuzun gözüyle bakmaya çalışın. Göreceksiniz daha çok içinizden geldiği gibi davranacak, daha ön yargısız, daha kararlı olacak ve çocuğunuzla daha sağlıklı ilişkiler kuracaksınız. **UNUTMAYIN!** Gencin sizi anlaması çok zordur, çünkü o hiç yetişkin olmadı. Ama sizler genci anlayabilirsiniz, çünkü sizler de genç oldunuz.

Çocuğunuzla birlikte olun, onunla vakit geçirin. Eğer siz ilgi ve sevgi göstermezseniz, genç kendine ilgi ve sevgi gösteren gruplar yada arkadaşlar bulacaktır. Bu gruplar her zaman sağlıklı olmayabilir.



CİHANBEYLİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA

Telefon: 3326734126
E-posta: cihanbeyliram@hotmail.com
Web Adresi: <http://cihanbeyliram.meb.k12.tr>
Adres: Karşıyaka Mahallesi, Bozkır Caddesi,
No:6 Cihanbeyli/KONYA, Posta Kodu: 42850

CİHANBEYLİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



ÇOCUĞU ERGENLİK DÖNEMİNDE OLAN ANNE VE BABALAR



Gençlik dönemi olarak da ifade edilebilen ergenlik, bireyin biyolojik ve duygusal süreçlerindeki değişikliklerle başlar, cinsel ve biyolojik olgunluğa doğru erişmesi ile sürer. Bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı belirlenmemiş bir zamanda tamamlanır. Kronolojik şekilde süren ergenlik, normal bir gelişim ve değişim dönemidir.

Ergenlik Dönemi Özellikleri

Vücutta ergenliğe yol açan hormonal değişikliklerin başlamasından sonra dış görünümdeki ilk değişiklikler kız çocuklarında 10 (8-13), erkeklerde 12 (9,5-15) yaşında ortaya çıkar. Değişikliklerin tamamlanması genellikle 3-5 yıl sürer. Ergenlik döneminin sonunda -kızlarda ortalama 16, erkek çocuklarda 18 yaşında- bireyin büyüme ve gelişmesi büyük ölçüde tamamlanmıştır.

Anne-baba bir anda duygu durumu değişen, kendilerini eleştiren, sorumluluk konusunda umursamaz davranan ve en önemlisi otoritelerini ve kurallarını sorgulayan çocukları ile baş etmekte zorlanabilirler. Eğer anne-baba çocukluk döneminde kullandıkları yöntemleri kullanmaya devam ederlerse ergen ile aile arasındaki çatışma artabilir. Ergen yeni taleplerde bulunmaya başlar, artık daha çok arkadaşları ile zaman geçirmek, istediği yere gitmek, istediği zaman dönmek, istediği gibi giyinmek, istediği müziği dinlemek için taleplerde bulunur. Anne-baba bu talepler karşısında nasıl tepki vereceğini şaşırabilir. Kimi sınırları gevşeterek ergenin istediklerini yapmasının en iyi yol olduğunu düşünür, böylece çatışma azalacaktır; kimi anne babalar ise isteklerin karşısına katı kuralları koyarlar, ergenin hayatını kontrol altına alarak ona zarar gelmesine engel olmaya çalışırlar. Aslında bu iki senaryonun ortasında yer almak, hem ergeni hak ve sorumluluklar konusunda sınırlar koyarak desteklemek, hem de kişiliğini geliştirmesi, kendini ifade etmesi için ona fırsatlar vermek en ideal çözümdür.



Ergen ne hisseder, nasıl davranmak ister?

1- Ergenin genel olarak duygularında istikrarsızlık olduğu görülür. Bir gün önce çok mutlu ve enerjik olan ergen ertesi gün kabuğuna çekilmiş ve bitkin olabilir. Duygular anlık olarak bile değişkenlik arz edebilir. Bu nedenle ebeveynin bunu kabul etmesi ve her defasında "Daha dün iyidindin, şimdi ne oldu?" türünde sorgulamalara ve baskıcı yaklaşımlara girmemesi gerekir.



2- Bu dönemde ergen duygularını çok dolu ve coşkulu yaşar. Gerek ses tonu ve vurgulamaları ve gerekse mimikleri önceki döneme göre duygularını daha fazla ifade ediyor niteliktedir.

3- Diğer dönemlere göre daha yoğun hayal kurar ve gerçekten zaman zaman uzaklaşır. Bu hayaller gelecek planlarını kapsayabileceği gibi genellikle karşı cinsle ilgili hayaller olabilmektedir.



4- Ergen zaman zaman yalnız kalma isteği içinde olabilir. Odasına çekilen ve yalnız kalmak istediğini söyleyen bir ergenin ciddi bir sorunu olduğu düşünülüp kaygılanılmamalıdır.

5- Ergen kendini yorgun hissedebilir, buna bağlı olarak çalışmaya karşı isteksizdir. Vücut enerjisi âdeta büyümeye harcanıyor gibidir.

6- Ergen yaşadığı bedensel değişimlere bağlı olarak çekinebilir ve kendini saklama ve bu değişimlerden çevreyi haberdar etmeme isteği içinde olabilir.

7- Bu dönemde arkadaş çok önemli bir noktadadır. Bu nedenle arkadaş seçimi konusunda ergenin dikkatli olması ve ailenin hassas davranması gerekir.

8- Bu dönemde ergenin fark edilme ve takdir edilme ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacını aile içinde gideremeyen ergen, farklı arkadaş gruplarında bu ihtiyacını giderebilir.

