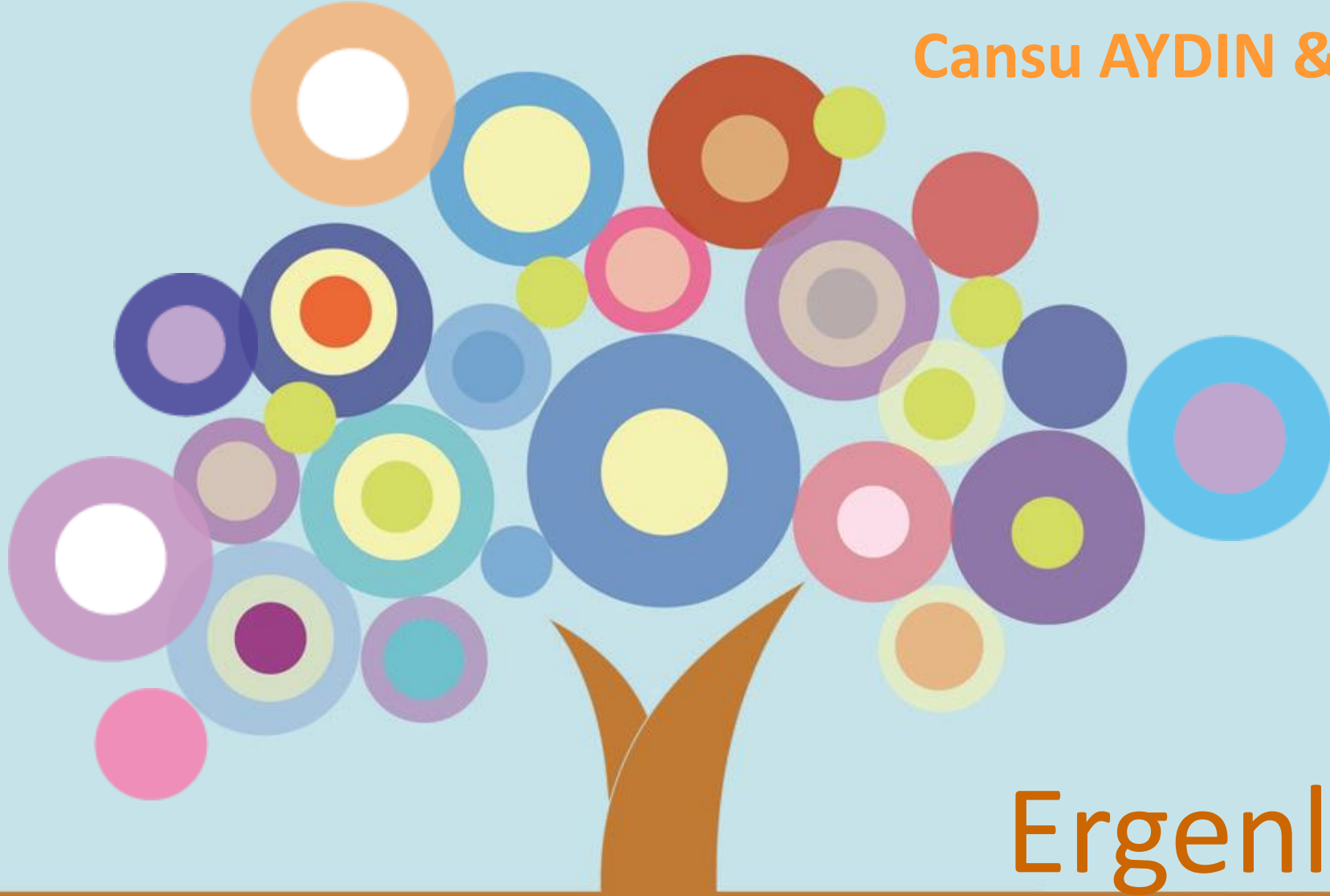


Cansu AYDIN & Rengin ORMAN

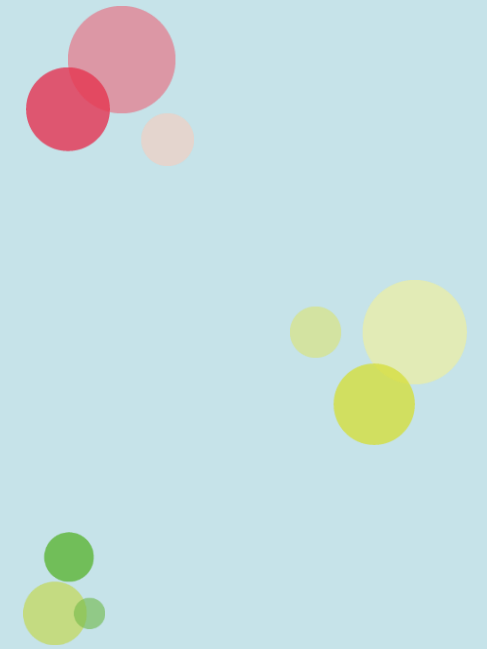


Ergenlerle İletişim

# Nelerden Bahsedeceğiz?



- Ergenlik diye bir şey var mıdır?
- Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?
- Ergenlikte Ailenin Önemi
- Anne Babalara Düşen Görevler





- ***ERGENLİK GERÇEK Mİ?***

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Arkadaşlarına çok önem verirler:**
  - Arkadaşlarını hoşlanmıyorsanız bunu ona belli etmeyin. Yaşantılarına dahil olmaya çalışın. Böylece yakından takip etme şansı yakalarsınız. Arkadaşlarını eve davet edin, tanışmak için fırsatlar yaratın, ısrarcı görünmeyin.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Anne-babası ile kavga ederler:**
  - Atalarımız der ki ; “Deliyle deli olunmaz”. Bu söz çok doğrudur. O sinirliyken siz de sinirli olursanız iletişim kopar. İsteklerinizi, beklentilerinizi o sakinken iletin. Sinirliyken üstüne gitmek sizi olumlu sonuca asla götürmeyecektir.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Çelişkileri vardır:**
  - Henüz kafasında hiçbir konu tam olarak oturmamıştır. Yaklaşık 20'li yaşların ortasına kadar da fikirleri sürekli değişim gösterecektir. Bugün ateşli bir biçimde savunduğunu yarın kötü bir fikir olarak değerlendirebilir. Bu nedenle ortaya attığı her fikri ciddiye alıp tartışmanıza gerek yok. Bir süre sonra kendiliğinden fikri değişecek, ilgisi başka yöne kayacaktır.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Sabırsızdır:**
  - Ergene göre o dünyanın merkezidir. Her söylediği hemen yapılmalı ve asla bekletilmemelidir. Henüz olgun ve sabırlı olması için çok zamana ihtiyacı vardır. Siz sabırlı olarak ona örnek olun.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Özgürlüklerine son derece düşkündürler: Belli etmeden kontrol edin**  
Çok serbestlik de çok sıkı olmak da kötü sonuçlar doğurur. Ona kontrol edildiği ve halen çocuk olduğu hissini yaşatmadan dengeli bir biçimde davranın.
- **Sınır koymayı bilmez** : Henüz böyle bir yeteneği yoktur ve sınırları gereksiz bulur. Bu konuda örnek olmalısınız.



# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Sorumlulukları başkalarına yükler:**
  - Sorumluluk almaktan kaçır, gereksiz bulur. Hayatında zaten yeterince sorumluluk ( okul, ev ödevi, oda toplama...) vardır ve yenilerine ihtiyaç yoktur. Kesinlikle ona verilen sorumlulukları üstlenmeyin, onun yerine yapmayın. İleride sorumsuz bir yetişkin olmasına katkıda bulunmuş olursunuz. Fiziksel yeterliliğine ve becerilerine uygun sorumluluklar verin ve yüreklendirin.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Kendisine hiç zarar gelmeyecek sanır :**  
Ergenler henüz yeterince deneyim sahibi olmadıklarından ve içinde buldukları dönemin bilişsel yanılması sebebiyle kendilerini yenilmez, ölümsüz, çok güçlü, çok akıllı sanırlar. Başlarına asla bir şey gelmeyeceğini düşündüklerinden olaylara, sonucunu düşünmeden atlarlar. Tehlikeli durumlara girmek, arkadaşları arasında prim toplayacağından çekici gelir. Yaşadıklarını da abartarak anlatma eğilimindedirler. Her anlattığını gerçek sanıp heyecanlanmayın. Yine ona fazla belli etmeden, nasihat vermeden, belki geçmişinizden veya duyduklarınızdan örnekler vererek yönlendirmeler yapabilirsiniz.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Şiddete ve suça eğilim gösterebilir:**

•Yaşadıklarını anlatmasından vazgeçmesini istemiyorsanız açıkça eleştirmekten kaçının, anlattıkları şiddet içeriyorsa bile. Yine de tepkisiz de kalmamalısınız. Tepkisizliğiniz ergende, davranışında bir yanlışlık olmadığı algısına sebep olabilir. Anlattığı olayı, karşı tarafın bakış açısından aktarabilir ve sonuçlarını ortaya dökebilirsiniz. Yapılanın hoş olmadığı konusunda kafasında bir soru işareti oluşturduğunuzda gerisini ergenin kararsız ve çelişkili beyni halledecektir. Hoşlanmadığınız durumları da dürüstlikle belirtin. Her konuda olumlu ebeveyn olacağım derken kendi fikirlerinizi kaybetmemelisiniz. Fikir ve davranış konusunda dürüstlük sergilerseniz çocuğunuz da sizi örnek alacaktır.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Ergen zaman zaman yalnız kalma isteđi içinde olabilir**

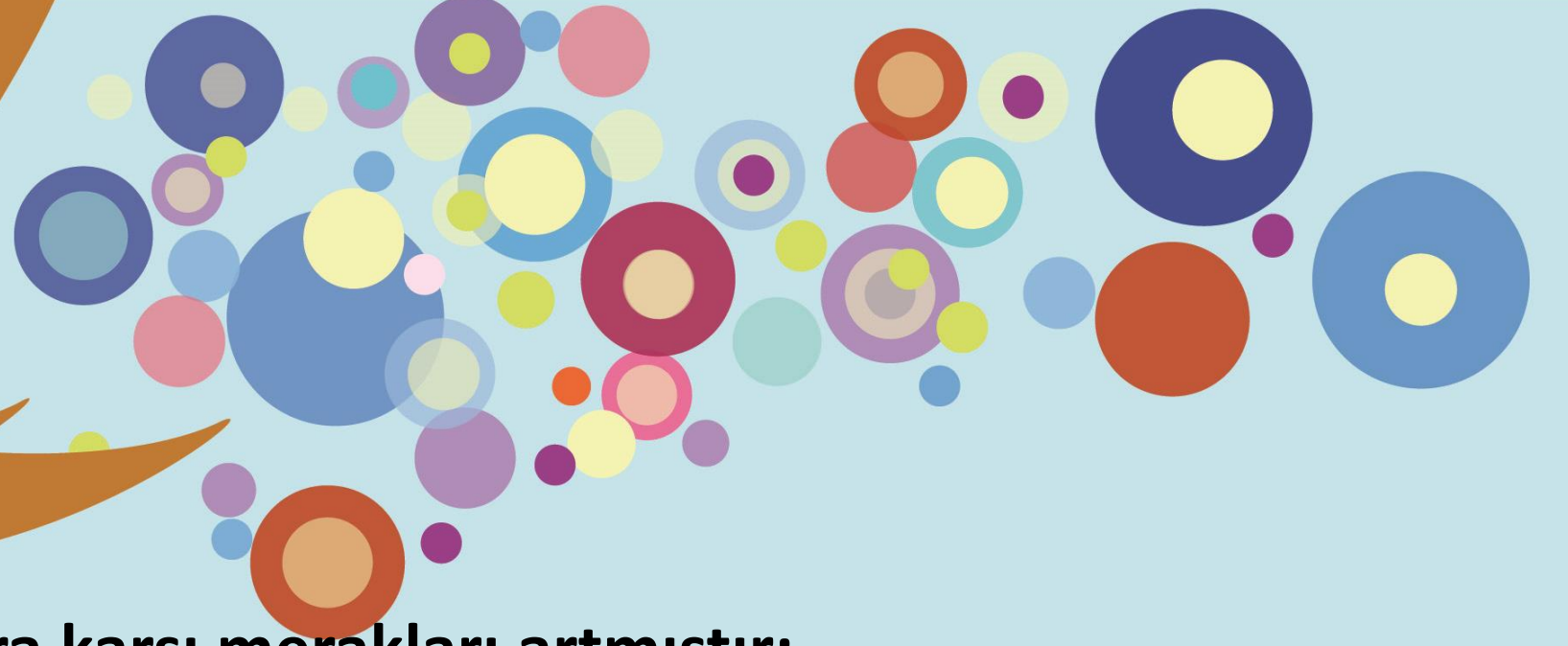
Ergen zaman zaman yalnız kalma isteği içinde olabilir. Odasına çekilen ve yalnız kalmak istediğini söyleyen bir ergenin ciddi bir sorunu olduğu düşünölüp kaygılanılmamalıdır. Ergen kendisi ile baş başa kalıp yaşadıklarınının muhasebesini yapma ihtiyacı hissedebilir.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Kendini daha fazla inceler, eleştirileri çabuk kabul edemeyebilir**  
Dış görünümüne çok önem gösterir ve ayna karşısında daha fazla vakit geçirirler. Genç burada kendine yakışanı keşfetme ve kendine olan güvenini kazanma çabasındadır. Gencin dış görünümüne karşı eleştirici bir tavır takınmamalı. Bunun yerine yol gösterici olmalıdır. Anne ve babalar kendi gençlik dönemleriyle çocuklarının dönemini kıyaslamamalıdır.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Cinsel konulara karşı merakları artmıştır:**

Ergenlik döneminde gencin cinsel konularda öğrenmek ya da paylaşmak istediği konular olacaktır. Bu konular ayıp, yasak ya da günah olarak gence işlenmemelidir. Cinsel gelişim, öz bakım konularında anne ve babalar bilgi verici olmalıdır. Aksi takdirde genç öğrenmek istediği konuları çevredeki yanlış kaynaklardan öğrenmeye çalışabilir, bu durum da gencin ilerideki cinsel hayatını olumsuz yönde etkileyebilir.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?

- **Genç bu dönemde duygusal ve romantik ilgi, hoşlanma ve aşk ile tanışır:**
  - Daha önce hissetmediği duygularla tanışmaya başlamıştır. Bu durum genç için oldukça doğal bir durumdur. Ailenin böyle bir anda takınacağı tavır çok önemlidir. Genç karşı alınan yasaklayıcı tutum gencin ailesinden uzaklaşmasına yol açacaktır. Karşı cinse ilgi duyma devresinde genç aileden yeterli desteği alamadığında sorumluluklarını ihmal edip, melankolik bir tavır içine girebilir. Bu da okul başarısını ve geleceğini etkileyebilmektedir. Ebeveynler genç karşı bu konuda yasaklayıcı bir tavır sergilememeli, yol gösterici, paylaşımcı olmalıdır. Genç bu dönemde karşı cinsi tanımak ister. Bunun normal bir durum olduğunu unutmamak gerekir. Anne ve baba genç karşı güven verici bir tavır sergilemelidir. Genç ailesine karşı güven hissettiği takdirde duygularını paylaşabilir.

# Ergenlik Döneminde Genç Nasıldır?



- **Ergen bu dönemde kimlik arayışındadır.**

Belli bir gruba dahil olmak ister, çevresindeki insanlar tarafından kabul görmek ister. Aile içi problemler yaşayan genç arkadaş gruplarına daha fazla önem verir. Alkol, sigara, uyuşturucu vb maddelerin kullanımı bu yaş grubunda başlar. Ergen kendini çevreye ispat edebilmek için bu maddeleri kullanıp, büyüdüğünü ispat etme çabasıdır. Aile genci kontrol etmeli. Ama bunu yaparken baskıcı bir tavır takınmak yanlış olacaktır. Aile çocuğunun öğretmenleri ile görüşmeli ve devamsızlık durumunu takip etmelidir. Ayrıca arkadaşlarıyla da tanışmak önemli bir noktadır.



# ERGENLİKTE AİLENİN ÖNEMİ



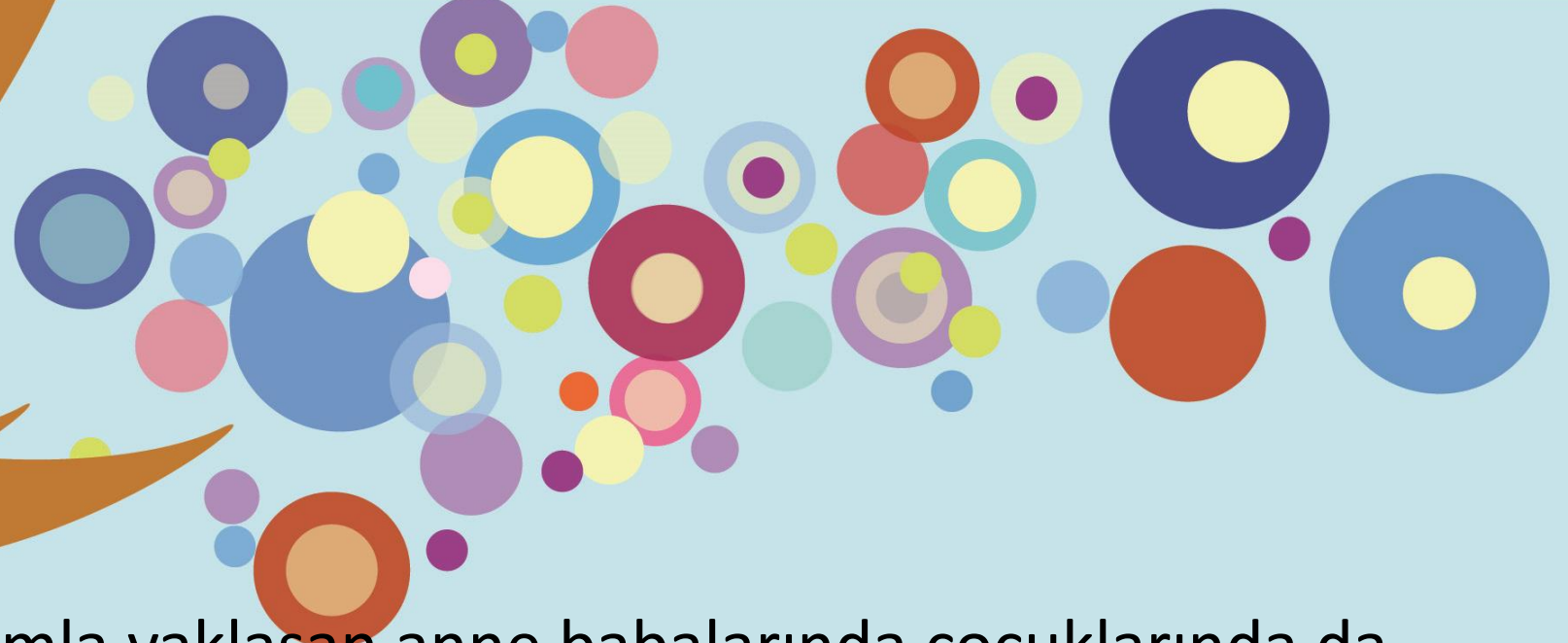
- Ergenlik dönemi hem ergen için ve hem de ergenin ailesi için zor dönemdir. Aile ergeni anlamakta güçlük çekerken, ergen anlaşılma duygusunu tam olarak yaşayamadığını düşünür. Ebeveyn bu dönem, çocuğunu ne iyi kadar tanır ve bu dönem özelliklerine hakim olabilirse ebeveyn-ergen çatışmaları o denli az olur.

## ERGENLİKTE AİLENİN ÖNEMİ



- **ANNE- BABANIN YAKLAŞIMINA GÖRE FARKLILAŞAN KİŞİLİK YAPILARI**  
Anne ve babanın, yaklaşımları çocukların ileride nasıl bir birey olacağını da etkilemektedir. Çocuklarını kontrol ve aşırı koruma altına almaları sonucunda, onların başkalarına bağımlı, kendine güveni olmayan bir kişilik oluşmasına sebep olabilirler. Bunun tam karşıtı olan, hiçbir hareketi sınırlandırılmayan, her olumlu davranışı abartılan, yani aşırı hoşgörü ortamında büyüyen kişiler ise bencil yetişebilir. Bunun sonucunda da daima başkalarının dikkatini çekmek isteyen ve karşı taraftan hizmet bekleyen bir tutum içine de girebilirler.

## BERGENLİKTE AİLENİN ÖNEMİ



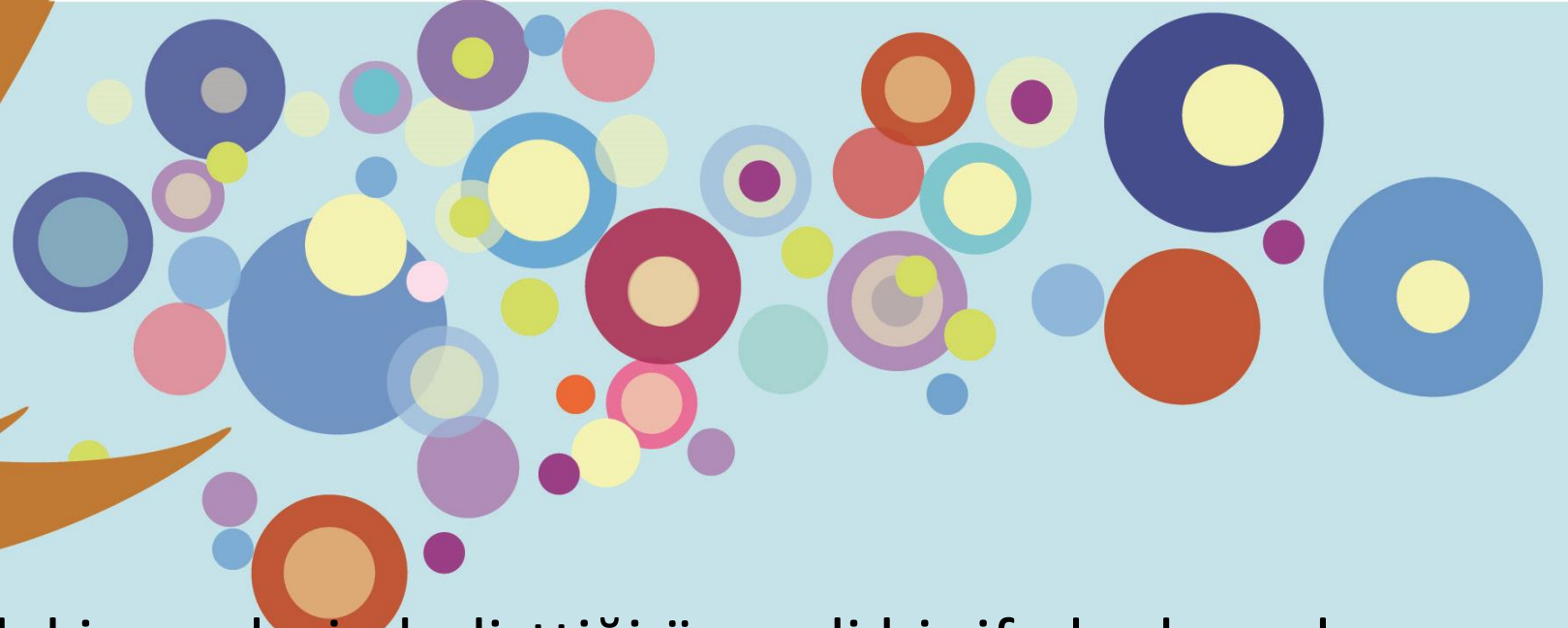
- Baskıcı bir tutumla yaklaşan anne babalarında çocuklarında da başkalarının ne düşündüğüne fazlaca önem veren, pasif, girdiği ortamlarda hep geri planda kalan bir kişilik yapısı görülebilir. Bütün bu istenmeyen durumları önlemek amacıyla çocuğa başarabileceği görevler veren, yenileri için onu cesaretlendiren ve ona yeni karşılaştacağı durumlarda oluşabilecek problemleri çözebilmesine yarayacak beceriler kazandıran ailelerin çocukları gerçek hayatla karşılaştıklarında başarıyı yakalayabilmektedirler.



Ülkemiz genelinde gerçekleştirilen araştırmalara göre gençler, aileleriyle olan anlaşmazlıklarının başlıca sebeplerini řu ifadelerle açıklamaktadırlar

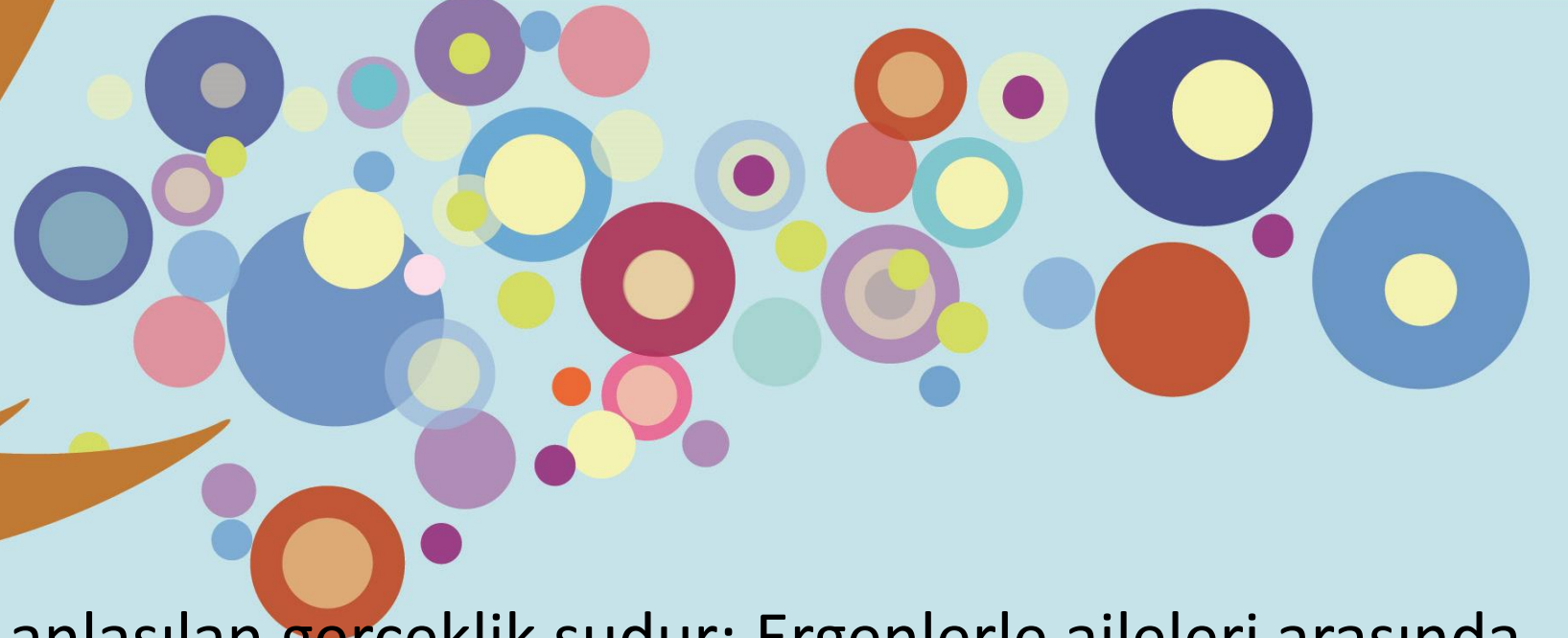
**Ailem benden çok fazla şey bekliyor.  
Ailem beni her konuda kısıtlıyor.  
Ailem tarafından çocuk yerine konuluyorum.  
Bana hiç söz hakkı vermiyorlar.  
Bana karşı çok eleştirici ve hoşgörüsüzler.  
Ailem eve geç gelmeme kızıyor.  
Hata yapınca onlara söylemeye çekiniyorum, çünkü beni cezalandırıyorlar.**

## ERGENLİKTE AİLENİN ÖNEMİ



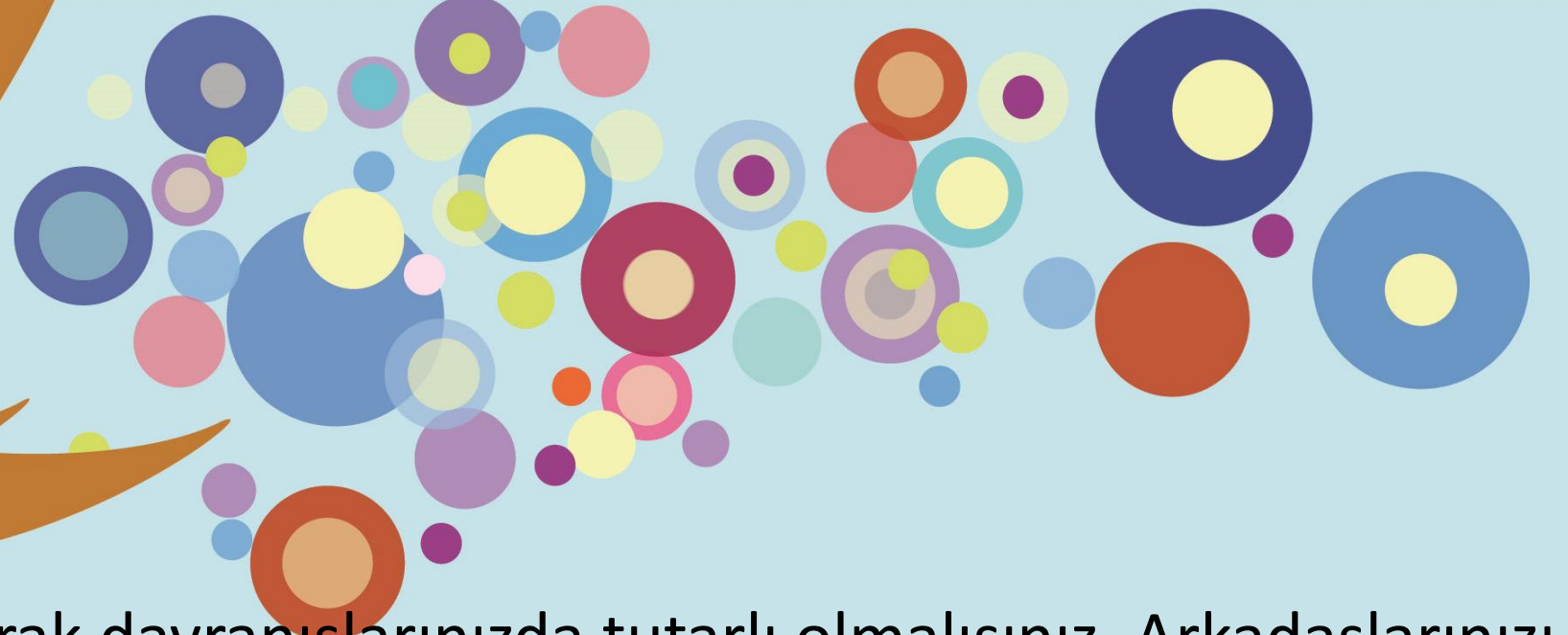
- Ergenlik çağındaki gençlerin belirttiği önemli bir ifade de şudur: <<Ailelerimiz kendi yetiştikleri zamanın gereklerini yerine getiriyorlar. Ayrıca kendileri nasıl yetiştiyse, bizi de öyle yetiştirmek istiyorlar. Oysa zamanla çok şey değişti ve onlar gibi olmamız imkânsız.>>

## ERGENLİKTE AİLENİN ÖNEMİ



- Bu ifadelerden anlaşılan gerçeklik şudur: Ergenlerle aileleri arasında kuşak çatışması dediğimiz problem durumu yaygın bir biçimde görülmektedir. Ve bu durumu ortadan kaldırmak için anne-baba ve çocukların dengeli ve sürekli bir iletişim kurmaları şarttır. Birbirlerini iyi tanıyan ve dinleyen aile bireyleri arasında bu tür anlaşmazlıkların yaşanması çok ender rastlanan bir durumdur.

## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:



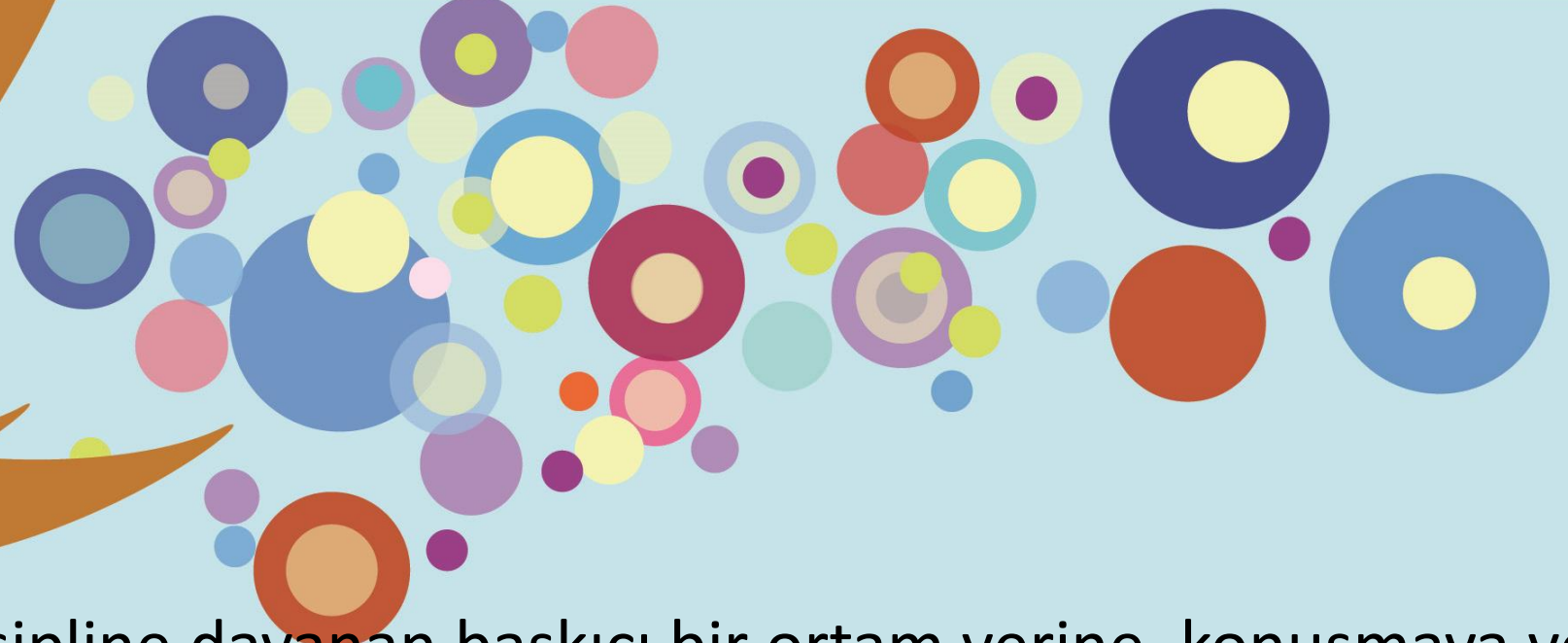
- Anne-baba olarak davranışlarınızda tutarlı olmalısınız. Arkadaşlarınızı iyi seçmeli, zararlı alışkanlıklardan uzak olmalısınız. Kusursuz bir çocuk isteyen anne-babaların, öncelikle kendilerinin de kusursuz olmaları gerekmektedir. Nasihat vermek yerine örnek olmalısınız. Çocuklarınız arasında rekabet ortamı yaratmamalı ve onları diğer çocuklarla karşılaştırmamalısınız. İyi bir insanın, faydalı bir vatandaşın nasıl olması gerektiğini çocuklarınıza anlatınız ve onları daima iyi şeylere karşı özendiriniz.

## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:

- Çocuklarınızın başarılarını abartmamalı fakat başarısızlıklarında da ona destek olmalısınız. Sık sık başarısızlıkları ve hataları yüzüne vurulan çocuklar, giderek hayattaki hedeflerinden koparlar.Çocuklarınızın okulla ilgili sorumluluklarını üzerinize almayınız. Onların arkasında veya önünde değil daima yanlarında bulununuz.



## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:



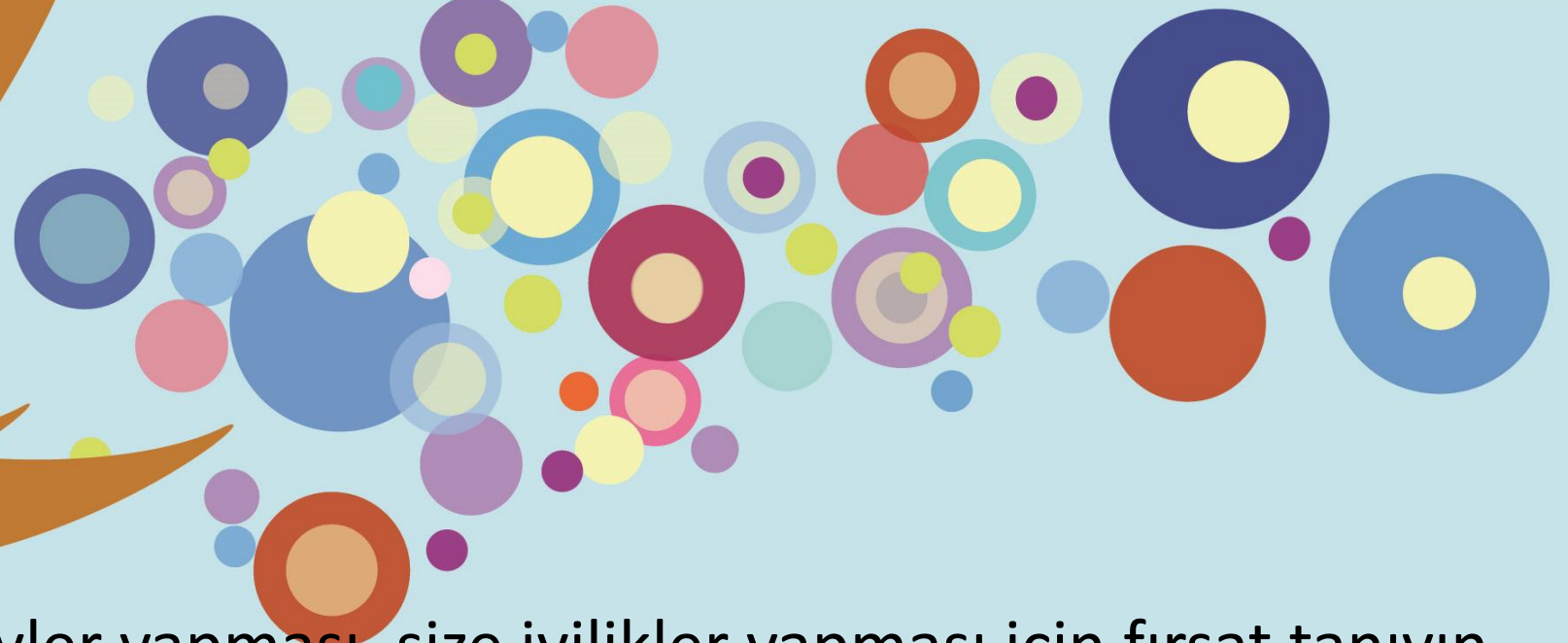
- Evde sıkı bir disipline dayanan baskıcı bir ortam yerine, konuşmaya ve anlaşmaya açık, demokratik bir ortam oluşturmalıdır.. Böylece çocuklarınız sorunlarını arkadaşları ile olduğu kadar, sizlerle de paylaşabilecektir. Onların da en önemli isteklerinden biri de budur.Dışarıya açılmakta olan genci kısıtlamaya çalışmak daha çok dışarı itme anlamına gelir. Aile ortamını kendisini rahat ifade edebileceği bir şekilde sunmak son derece önemlidir.

## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:



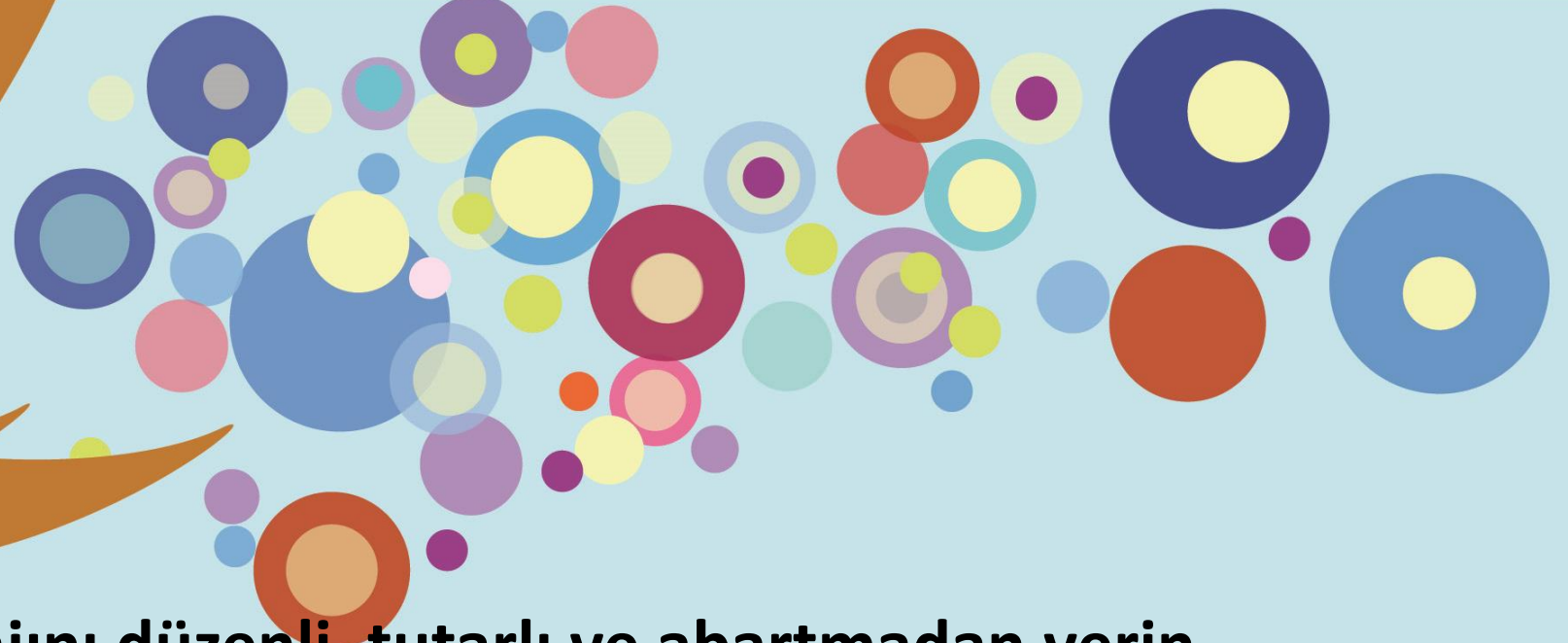
- Ergenin arkadaşları eleştirilmemeli, ebeveyn bu konuda ergenin arkadaşlarını tanıma yoluna gitmeli ve bunu çocuğuna hissettirmelidir. Şayet hoş olmayan bir durum varsa bu, ergenle paylaşılabilir. Fakat tanımadan eleştirmek ergenin ebeveynini haksız bulmasından başka bir işe yaramaz. Eleştirinin yönünü ve dozunu iyi ayarlayın. eleştiri yapılan hata ile ilgili olmalıdır. Kişiliğe müdehale anlamına gelebilecek olan "Sen dili" kullanımı suçlama gibi algılanabilir.

## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:



- Sizin için bir şeyler yapması, size iyilikler yapması için fırsat tanıyın. Sizler çocuk için oldukça önemlisiniz ancak çocuğunuz da sizin için değerli olduğunu ve kimi zaman onu yardımına ihtiyaç duyduğunuzu hissetmek ister.Özelinizden bir şeyler paylaşın ki o da sizinle paylaşabilsin

## ANNE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER:



- **Sevildiđi mesajını düzenli, tutarlı ve abartmadan verin.**  
Güçsüz yönleri üzerinden çok eleştirmeyin güçlü yönlerini beraberce tanımaya uğraşın. Herkesin hata yapabileceği ilkesine gerçekten inanın.

**ANNE BABALARA  
DÜŞEN GÖREVLER:**

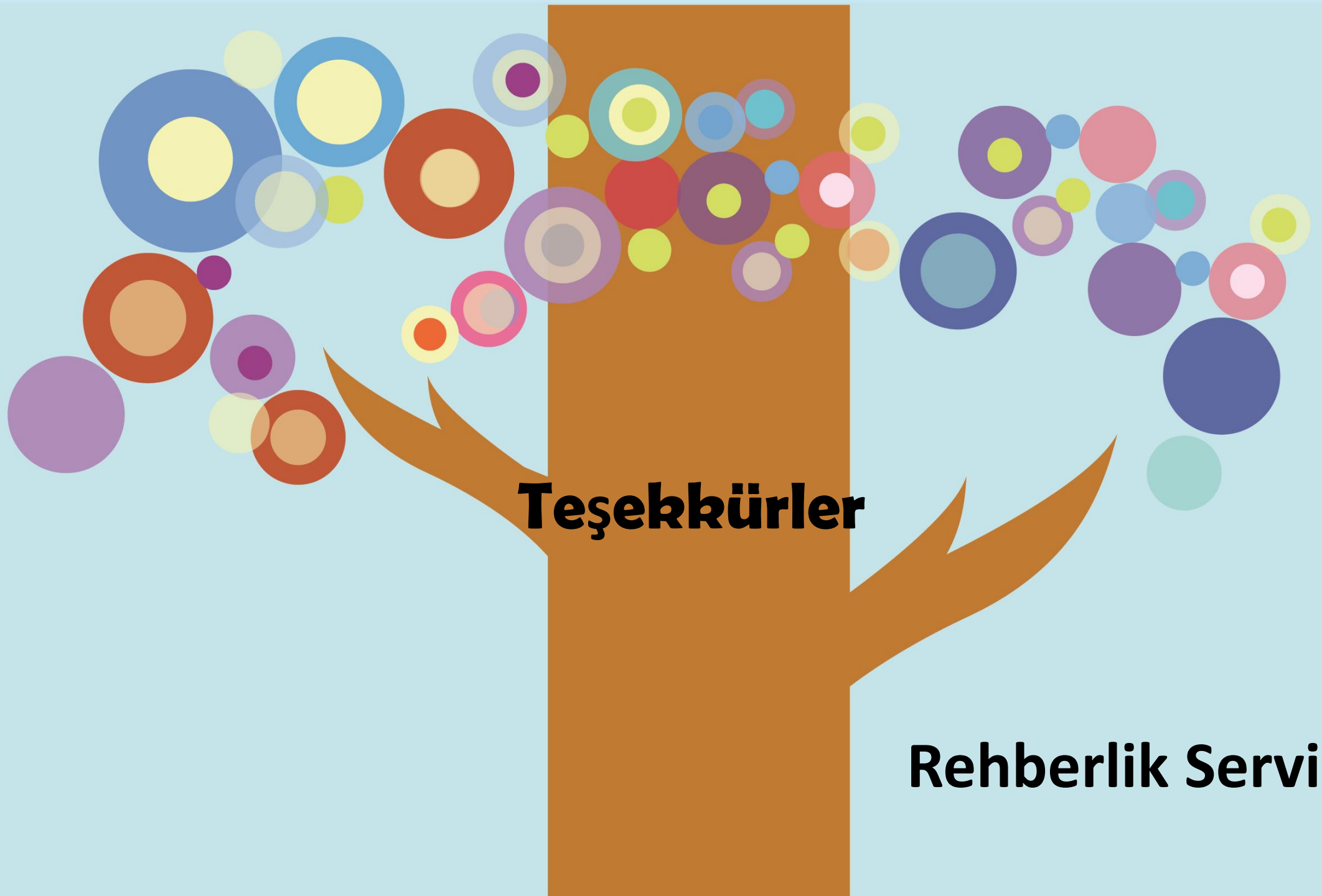


- **Zorlamayın. İkna edin!**
- **Emretmeyin. Rica edin!**

ANNE BABALARA  
DÜŞEN GÖREVLER:



- **Unutmayın !! Sevgi ve ilgi sizi çocuklarınıza yaklaştırır ve etkili bir iletişimi beraberinde getirir.**



**Teşekkürler**

**Rehberlik Servisi**