

ERGEN ÇOCUKLARI OLAN VELİLERE TAVSİYELER

Ergenlik dönemi, birçok aile için sıkıntılıdır. Çocukların, ebeveynin her söylediğini yaptığı, onlara şartsız bağlı kaldığı, söz dinlediği çocukluk dönemi sona ermiştir. Onlar, artık, bağımsızlık ve özgürlük için taleplerde bulunmaya başlamıştır. Son derece doğal olan bu süreç, yanlış yaklaşımlarla hem aile hem de ergen için kâbusa dönüşebiliyor. Aile içi çatışmalar, intiharlar, evden kaçmalar, kötü alışkanlıklar en çok bu dönemde ortaya çıkıyor. Oysaki ergenin hangi yaşta nasıl bir değişim ve ruh hali içerisinde olduğunu bilmek, bu dönemin sorunsuz atlatılmasını sağlıyor. Npistanbul Etiler Polikliniği'nden ergen psikoloğu Orhan Gümüşel, gencin yaşadığı fiziksel ve duygusal değişimin bilinmesi durumunda hem ebeveyn hem de ergen için bu dönemin sakin ve huzurlu bir biçimde geçeceğini söylüyor.

Ergen geçirdiği fiziksel değişim ve kimlik sorgulamalarıyla baş etmeye çalışırken, bir yandan da hormonal değişikliklere bağlı olarak, kimsenin, özellikle de anne-babanın kendisini anlamadığını düşünür. Gümüşel, "Ergen, ailenin yönlendirmeleri ve uyarılarına karşılık olarak tepkisel davranışlar gösterir. Öfkelidir, sürekli tutum değiştirir, aynı olaya farklı tepki verebilir, çabuk değişir. Aile de bu tepkileri karşı gelme, söz dinlememe olarak algılar ve çatışmalar başlar. Oysaki ebeveyn, öncelikle 'Çocuğum değişiyor' düşüncesi yerine 'çocuğum büyüyor ve gelişiyor' fikrini benimsemeli." diyor.

Gümüşel, anne-babanın, ergenin ayrı birer kişilik olduğunu kabul etmesi ve kendi kimliklerini ortaya koymasına izin vermesi gerektiğini ifade ediyor. Gümüşel'e göre ebeveyn, ergenin hangi yaşta nasıl bir davranış sergileyeceğini bilirse bu zor süreçte sorunlar azalacaktır. Çünkü gencin erken ergenlik (12-14) aşamasındaki tutumu ile 18-21 yaşları arasındaki geç ergenlik dönemindeki davranışları aynı değildir.

Ergen hangi yaşta nasıl davranır?

11-13 yaş: Ergen, eski arkadaşlarından ayrılır, önceden zevk aldığı bazı faaliyetleri terk eder, söz dinlemez. Kızlarda hareketsizlik, huzursuzluk ve kararsızlık göze çarpar. Hiçbir şeyi beğenmezler, pasif ve tembeldirler. Erkek çocuklar ise kızların tersine, oyun faaliyetlerinde aşırı derecede kuvvet ve enerji sarf ederler. Ama bazen kız çocuklarında da erkek çocukların özelliğine benzer davranışlara rastlanır. 11-14 yaş arasında özellikle kızlar birbirlerine aşırı bağlıdır. Arkadaşlarına uyarlar, arkadaşının yediğinin, giydiğinin aynısını yemek ve giymek ister. Erkeklerde ise liderlik, spor faaliyetlerindeki üstünlükle ölçülür.

14 yaş: 13 yaşında iken kendilerinde hâkim olan durgunluk ve ürkeklikten sıyrılarak, dışa dönük bir özellik gösterirler. Aile içinde gülerek, konuşarak aktif faaliyette bulunurlar, pek çok şeyi eleştirirler. Ebeveyn, ergenden istediklerinin onun yararına olduğunu hissettirmeli. 14 yaş ergeni mutluluk psikolojisi içindedir ve kendine güvenir. Gencin yeni oluşan bu güven duygusu içinde olduğu bilinerek ona göre yaklaşılmalı, sorularına sorularla cevap vererek doğruyu bulması sağlanmalıdır.

15 yaş: Karmaşık bir dönemdir. Kendisini anlamak isterken başkalarının da kendisini anlamasını bekler. 15 yaş genci giderek donuklaşmakta, 14 yaşın tersine pek çok şeye kayıtsız tavırlar sergilemektedir. Ancak grup içi ilişkilerden hoşlanır, değişik konu ve tartışmalarda kendisini göstermek onu mutlu eder. Ergen, ebeveyn ve diğer büyüklerden kopma durumundadır. Aile toplantılarına, ailece düzenlenen piknik ve gezintilere katılmayı istemez. Bir yerlere zorunlu gidiyorsa da 'bunlarla beraber değilim' dercesine geriden yürür. Bu kopuşlar, kendi bağımsızlığı ve kişiliğini bulma yolunda atılan adımlardır. Ebeveyn, ergenin kapıyı vurup çıkması ve eleştirel yaklaşımından dolayı telaşa kapılmamalı. Onları ciddiye alın, başkaldırmalarına büyük tepki göstermemekle bu dönem kolaylıkla aşılabılır.

16 yaş: Genç, psikolojik bocalamalardan kurtulur. Kendini daha iyi yönetebilmekte, duygusal açıdan düzene kavuşmaktadır. İçe kapanıklık, hırçınlık yok olur. Anne-babayla daha önceki yıllarda çatışma söz

konusu olan problemlere, yumuşak bir yaklaşım gösterir ve ilişkiler düzelir. Fazla alınganlıktan sıyrılmıştır ve gereksiz endişelere kapılmaz.