

Uzman Pedagog Doktor
Adem Güneş

**ERGENLİK
DÖNEMİNDE**

100

TEMEL KURAL



ERGENLİK DÖNEMİNDE 100 TEMEL KURAL

Adem Güneş

Yayına Hazırlayan: Gonca Anıl



1

“ SESSİZ ERGEN
YOKTUR, İLETİŞİM
BECERİSİ OLMAYAN
EBEVEYN VARDIR ”

Ergenliğin en önemli özelliği sürekli konuşma isteğidir.

Ergenlik sürekli bir dürtü halidir...

Bu bir yandan kıpır kıpır olmaya sebep olduğu gibi, diğer yandan sürekli bir konuşma ihtiyacı içinde olma halidir...

Yaşadığı her şeyi anlatmak ve paylaşmak istemesi ergenin en belirgin özelliğidir...

Bundandır ki ergenin sessizliği, “acaba?” denilecek bir durumdur...

“Acaba bir sorun mu var?”... “Acaba çözemediği bir problem mi yaşıyor?”

Ergenlerin birçoğu, aile içinde konuşacak bir kişi bulamadığı için sessizdir... Kendini olduğu gibi kabul edecek ve eşlik edecek bir duygusal yakını olmadığı için suskundur...

Ergen, dışa karşı sustukça, kendi içinde konuşmaya başlar... veya konuşacak başka birilerine ihtiyaç duyar...

Ergen çocuğunu kaybetmek istemeyen yetişkinler, ergen ile iletişim kurma becerisi kazanmalı, onlarla bağlarını kuvvetlendirmelidir. Bu hem kendilerine, hem de ergen çocuklarına iyi gelecektir.

“Ne garip çocuksun sen. ‘Sınavın nasıl geçti?’ diyorum, ‘İyi’ diyorsun. ‘Okul nasıl gidiyor?’ diyorum, ‘İyi’ diyorsun. ‘İyi’den başka laf bilmez misin?” **demek yerine;**



“Kızım bugün dikkatimi çekti, hep okuldan eğitimden konuştuk. Gel biraz da birbirimizi konuşalım...” **demelidir.**

2

“

ERGENİN EN
SİNİR OLDUĞU
ŞEY, TANIMADIĞI
ORTAMLARDA
KENDİNDEN
BAHSEDİP KONUŞMAK
ZORUNDA
BIRAKILMAKTIR

”

Ebeveynler çok defa çocuklarını kendi dostları ile tanıştırmak isterler...

Bunun için bir araya geldikleri zamanlarda, ergeni onlarla konuşmaya teşvik ederler... Ergenle kendisi hakkında konuşmaya çalışırlar... Onun yaptığı faaliyetlerden, iyilik ve güzelliklerden bahsederler...

Kimi zaman da çocuklarının yeteneklerini başkalarına göstermeleri için zemin oluştururlar... Böyle yaparak çocuklarının daha sosyalleşeceğine inanırlar.

Halbuki böylesi bir ortam ergen çocuk için oldukça sıkıcıdır...

Zira ergen, yetişkinlerle beraber olmaktan hoşlansa da, yetişkinlerin ilgi alanına girmekten hoşlanmaz... Kendi acemiliklerinin, yetersizliklerinin ortaya çıkacak olmasından endişe eder...

Ergene yapılacak en büyük iyilik, onu yetişkin ortamlarında bulundurmak ve gözlem yapmasına fırsat vermektir...

“Kızım, sen de söyle... Okulda hangi sertifikaları almıştın, hadi anlatsana...”

demek yerine;



“Boşverelim çocukları birbiriyle kıyaslamayı, senin işler nasıl gidiyor, sen onu anlat...”

demelidir.

3

“ ŞİMARACAK
KİMSESİ
OLMAYANIN
ERGENLİĞİ
OLMAZ **”**

İnsanın en özgür olacağı dönem çocukluk dönemidir..

Çocuksu coşku, yetişkinlikte erişilecek genişliğin temel taşıdır..

Çocukluk döneminde sürekli kısıtlanmış, engellenmiş, “şımartılmamış” çocuklar, ergenlik dönemine “istemsiz bir olgunluk”la girerler..

Çocuk, ancak kendisine yanında şımaracak kadar özgürlük tanıyan bir yetişkinle büyüdüyse ergenliğe sakın geçer.

Daha da ötesi, kendisi ile birlikte şımaracak bir yetişkin ile çocuk kendini geliştirir, ergenliğe istemli bir olgunlukla girer..

Ondandır ki ergenlik dönemi problemlerine bakıp, o kişinin nasıl çocukluk geçirdiği anlaşılabilir..

“Bu çocukları sen şımartıyorsun, yarın laf söz dinlemezlerse görürüz o zaman...”

demek yerine;



“Senin yanında olup ben de senin gibi keyifli olmak isterdim. Koş özgürce kızım...”

demelidir.

4

“ ERGENİN DÜZENİ,
EVİN YÖNETİMİNDE
ROL SAHİBİ
OLMASIYLA
BAŞLAR ”

Ailesinin kontrolünden çıkamamış ergenin en belirgin özelliği kendi eşyasını kontrol edememesidir...

Ne odasını... Ne çantasını... Ne ödevlerini...

Anne babalar, ergen çocuklarını kontrol altında tutmak yerine, onlara kendi kontrolünde olan alanlarda rol vermelidir...

Ergenin odası kendi odasıdır, kendi odası ona gerçekten verilmelidir...

Ergenin eşyası kendi eşyasıdır, kendi eşyasını kendisinin alması için ona gerçekten fırsat verilmelidir.

Ergenin ödevi kendi ödevidir, o ödevi yapabilmesi için kendisine aile içinde sessizlik fırsatları verilmelidir.

Sürekli eleştirmek ve onun kendi alanlarını oluşturmasına katkı sağlamamak, ergeni dağınık ve sorumsuz yapar...

“Ya ne kadar sorumsuzca isteklerin var. Bu ay ne kadar zor durumda olduğumuzu göremiyor musun?”

demek yerine;



“İstersen aile bütçesini sen hazırla, gelir gider hesabını sen yap. Böylece ailemize katkı sağlamış olursun...”

demelidir.

5

“ ERGEN
KIZ ÇOCUĞU,
BABASINDAN KOPUK
OLDUĞU KADAR
ERKEK ARKADAŞA
YATKIN OLUR **”**

Çocuklar anneden ayrı, babadan ayrı duygular tadar...

Anneden sevgi temelli duygular alırlar; şefkat, muhabbet gibi...

Babadan ise, emniyet ve sığınma ihtiyacını giderir çocuklar...

Sevmek ve sevilme gibi "birine sığınmak" ve "emniyette hissetmek" de insanın en temel ihtiyacıdır.

Kızlar, erkek çocuklara nazaran daha güçlü ihtiyaç duyarlar, sahip çıkılmaya ve kendini emniyette hissetmeye...

Bu duyguları babasından gideremeyen çocuk, kendini korunaksız hisseder... Sığınılacak bir limana ihtiyaç duyar...

Bu duyguları karşılayan başka kişilere zaaf hisseder... Onun yanında kendini emniyette hisseder, onun kendisine sahip çıkması ile duyguları dinginleşir...

Bu yakınlık babaya ihtiyacı azaltır... Çocuk aileden uzaklaştığı gibi, "yanıltıcı" bir duygunun tesiri ile hareket eder...

Bundandır ki, kız çocuğu olan babalar, çocuklarının kendilerine doyasıya ihtiyaç içinde olduğunu bilmeli... Onu dinlerken, onunla sohbet ederken, dertleşirken, çocuğunun duygularını beslediğini unutmamalıdır.

"Benimle konuşmak istiyorsun kızım anladım da, ne konuşabiliriz ki biz? Ne arabadan anlıyorsun, ne siyasetten..."

demek yerine;



"Sen babanı ne zannettin... Tabii ki ben de en az senin kadar genç kızların bu seneki tarzını biliyorum..."

demelidir.

6

“ ERGENLİĞİNİ
SERT BİR ANNEYLE
GEÇİREN KIZ
ÇOCUĞU, KENDİSİ
ANNE OLDUĞUNDA
ÇOCUĞUNA KARŞI
TAHAMMÜLSÜZ
OLUR **”**

Sert bir annenin kız çocuğunda oluşturacağı en büyük hasar; çocuğun duyarsızlaşmasıdır. Çocuk annesinin otoriter tavrından zarar görmemek için duygularını kapatmayı, hissizleşmeyi öğrenir...

Duygularını kapatmış, kendini korumayı duyarsızlaşmayla öğrenmiş kişi, evliliğinde eşine ve çocuğuna karşı tahammülsüz olur...

Zira eş ve çocuk, duygu ile beslenir... Eş, eşin duygularına erişmeye çalıştıkça, duyguları kapanmış eş, buna tepki gösterir... sevginin içselleşmesini istemez... Çocuk, annesinden duygusal yakınlık isterken, anne kapanmış duygularını açmamak ve kendini teslim etmemek üzere bu yakınlık ihtiyacına tepki ile karşılık verir...

Zira duyarsızlar, duygusal yakınlık isteklerine karşı tepkiseldirler...

Bundandır ki, bir annenin kızıyla ilişkisi, çocuğunun anne olma becerisine tesir edecek bir ilişkidir.

Kızının geniş ve tahammül sahibi bir anne olmasını isteyen anneler, onu duyarsızlaştıracak davranışlardan uzak durmalıdır.

“Ne odanı toplamış, ne derslerini yapmışsın... Bıraksam sabahtan akşama kadar evin içinde aylak aylak gezeceksin...”
demek yerine;



“Farkındayım kızım sabahtan beri birbirimizi çok bunalttık. İstersen sana bir kahve yapayım da birlikte içelim mi?”
demelidir.

7

“

BİR ERGENİN EN
ZORDA KALDIĞI
AN, KENDİSİNİN
BİR BAŞKASINA
YAKIŞTIRILDIĞI

ANDIR

”

Yetişkinler, ergenler birazcık serpilip büyüdükçe evlilikten bahsetmeyi, onu birilerine yakıştırmayı marifet zannederler... Onların tepkisine gülerek, hafife alarak karşılık verirler...

Halbuki, bir ergenin kendini en kötü hissettiği an, kendisinin birilerine yakıştırdığı andır... Bunu kalabalıklar içinde yapmak, çocuğu aşağılamaktan başka bir şey değildir...

Ergen çocuk, kendinin birine yakıştırılmaya çalışılmasından duygularının önemsenmediği izlenimi edinir, değersizlik hisseder...

Unutmamalıdır ki, ergenlik dönemi, evlenme dönemi değil, çocuğun duygusal desteğe ihtiyaç duyduğu dönemdir...

Onu bu destekten mahrum bırakıp yeni yeni duygularla tanıştırmak ergene yapılabilecek büyük haksızlıktır.

“Bizim komşunun oğlunu bir görsen, ağzı var dili yok, çok saygılı, valla yerinde olsam hiç kaçırmazdım...”
demek yerine;



“Elâleme değil, sen kendi duygularına bak kızım, ısmarlama sevgi olmaz...”
demelidir.

8

“ AGRESİF ERGENİ
İLAÇ DEĞİL, SAKİN
DURAN EBEVEYN
İYİLEŞTİRİR ”

Günümüz ebeveynlerinin en büyük hatası, çocuklarının davranışlarını ilaç ile düzenleyebilecekleri yanılgısıdır...

Derste biraz hareketlenen çocuğa hiperaktivite ilacı istemek... sınavda başarısız olduğunda konsantrasyon ilacı aramak... anne babaya asi olsa antidepresana yönelmek...

Halbuki her davranışın bir duygusal kökeni vardır... İnsanın duyguları zarara uğradıkça davranışları anormalleşir...

Bir çocuk, hiperaktivite ilacı kullandıkça değil, anne ile yakın temasa geçtikçe sakinleşir...

Aile içinde huzurluysa konsantrasyonu artar...

Babası ile iyi ilişki içinde ise olgunlaşır, sakinleşir...

Ebeveynler nörolojik ve biyolojik kökenli sorunları olmadığı halde çocuklarının davranışlarını ilaçla düzenlemeye çalıştıklarında, onların haklarına girdiklerini unutmamalıdır...

Çocuğun en iyi ilacı ebeveyni ile kuracağı duygusal bağıdır...

“İlaçlarını içmedin herhalde yine ki saçma sapan bağırımaya başladın...”

demek yerine;



“Öfkeni anlıyorum oğlum, şöyle yanıma gelip bir sarılır mısın bana? Benim de ihtiyacım var şu an sana...”

demelidir.

“ ZAYIF ERGENİN
EN BELİRGİN
ÖZELLİĞİ KENDİNİ
BÜYÜK GÖSTERME
ÇABASIDIR ”

Ergen hem yetişkin hem de çocuk gibi olsa da onun asıl isteği yetişkin olarak kabul edilmektir.

Bundandır ki ergenler kendilerinin çocuk gibi görülmesinden hoşlanmazlar...

Birçok zayıf ergen, çocuk gibi görünmemek için yetişkin gibi davranmaya çalışır...

Bıyıkları çıkmadan, babası gibi tıraş olmaya...

Yürümei beceremese de yüksek ökçeli ayakkabı giymeye...

Yürürken kasılmaya, konuşurken yetişkin gibi konuşmaya çalışırlar...

Ergenin bu hali çoğu defa oldukça dikkat çekici bir yapaylık barındırır...

Ebeveynlerin eleştirisi oklarını üzerine çeker...

Halbuki ergenin bu hali, eleştirisi ile değil, duygusal destek ile aşılmalıdır. Çocuk ebeveyninden değer gördükçe, büyüklük gösterilerinden vazgeçecek, kendi gibi olacaktır...

Bir ergenin en değer gördüğü an, anne babası ile insan insana konuşabildiği andır...

“Saçma sapan konuşup durma, sen kim milyoner olmak kim?”

demek yerine;



“Paranın önemli olduğunu biliyorum oğlum, ama sen beş parasız olsan da benim için değerlisin...”

demelidir