

ERGENLİK DÖNEMİ ÖZELLİKLERİ VE PROBLEMLERİ

*Halil Bekmezci Anadolu Lisesi Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık Servisi*

Ergenlik çağı çocukluktan yetişkinliğe geçiş hazırlıklarını içine alan bir gelişme dönemidir. Bu dönemle ilgili yaş sınırları toplumdan topluma veya toplumun bir kesiminden diğerine farklılık göstermektedir.

Ergenlik hızlı büyüme ve gelişmenin olduğu kız-erkek cinsel özelliklerinin belirlediği ilk gençlik dönemini kapsar.

Gerek ergenlik gerekse gençlik dönemleri insan yaşamının en güzel, en mutlu ve en güçlü dönemleri olurken, aynı zamanda birer kriz ya da bunalım dönemleridir.

Ergenlik Döneminde;

- ❖ FİZİKSEL GELİŞMELER
 - ❖ DUYGUSAL GELİŞMELER
 - ❖ ZİHİNSEL GELİŞMELER
 - ❖ SOSYAL GELİŞMELER
- yaşanır.

Ergenlik ilk çağlardan beri büyük bocalamalar ve fırtınalarla dolu bir dönem olarak adlandırılır.

Ergenlik her bireyde farklılık gösterse de genellikle kızlarda 10-14, erkeklerde 11-15 yaşları arasında başlar.

ERGENLİK DÖNEMİ GENEL ÖZELLİKLERİ

- Duyguları değişkendir ve iniş çıkış gösterir.
- Zıt duygular yaşarlar, bir an öfkeliyken az sonra sevinçli olabilirler.
- Pek çok şeyi sorun yapabilirler ve tepkileri önceden kestirilemez olur.
 - Hayal kurar.Şiir,öykü yazma denemelerinde bulunur.Yazdıklarında gizliliğe dikkat ederler.
- Anne babasına karşı çıkar bazen sadece karşı çıkmış olmak için fikir yürütürler.

- Soyut Düşünme Yeteneğini bu dönemde kazanırlar.
 - Değer Yargılarını, Toplumsal Değerleri, İdeolojileri, İnançları merak eder ve tartışırlar.
- Hiçbir şeyi beğenmezler, sürekli şikâyet ederler, kendisine yapılan eleştirileri kabul etmezken sürekli eleştirmeyi severler.
 - Ana babalarına tepki gösterip, ters cevaplar verirler.

- Odası varsa odasına kapanıp saatlerce vakit geçirebilir, hatta anne babanın girmesini engellemek için kapısını kilitli tutmaya özen gösterirler.
- Ergenler için, arkadaşları vazgeçilmezdir. Kendi aralarında gruplar oluştururlar ve muhakkak bir gruba dahil olmak isterler.
- Arkadaşlarının kendisi için ne düşündüğü çok önemlidir ve onlar tarafından onaylanmak ihtiyacı ortaya çıkmıştır.

- Derslere olan ilgisi azalmıştır, derslerine konsantre olmakta ve dikkatini toplamakta zorlanmaktadır.
- Odası veya çalışma masası genellikle dağınıktır.
 - Ders çalışırken bazen zamanını ayarlayamamakta veya ders dışı başka şeylerle fazlaca ilgilenmektedir.
- Özgür ve bağımsız olmak, dışarıda saat sınırlaması olmadan vakit geçirmek isterler.

EBEVEYN OLARAK ERGENLİK DÖNEMİ İLE BAŞ ETMEK

- Unutulmamalıdır ki gencin yaşadığı bu değişimler bağımsız kişilik geliştirilmesine yardımcı olan, normal gelişmelerdir.
- Anne ve babalar bu davranışların bir süre sonra geçeceğini bilmeli ve sabırlı davranmalıdır. Ailesinden kabul gören ergen zamanla ailesine bağlanmaktadır.
- Gençler aileleri ile her ne kadar çatışma içinde olsalar da anne ve babalarının onların arkasında olduğunu bilmek isterler.

- Kuşak farkını ve günümüz dünyasının özelliklerini gözeterek «Ben senin yaşındayken veya bizde genç olduk gibi» ifade ve söylemlerden kaçınınız.
- Çocuğunuza karşı anne-baba aynı tutum içinde ve tutarlı olunuz.
- Yaşlarına uygun, yeteri kadar özgürlük sağlamak, gelişmelerini olumlu yönde destekleyecektir.

- Gencin bazı özellikleri hoşunuza gitmese bile,onu sürekli eleştirmeyin ve olduğu gibi kabul edin.
- Onu başka çocuklarla ve kardeşi ile kıyaslamayın.
- Özgürlük ihtiyacını destekleyecek ve kendine olan güveninin artmasını sağlayacak görev ve sorumluklar verin.

- Nasihat veya öğüt verici bir iletişim yerine onu da dinleyip kendisini ifade edebileceği açık, dürüst ve samimi bir diyalog geliştirmeye özen gösterin.
- Çocuğunuza ilgi ,zaman ve sevgi vermeyi unutmayın. Herkes anne-babası tarafından önemli olmak ve sevilmek ister.
- Gence otoriter veya baskıcı olmayan bir denetim uygulayın. Görüştüğü arkadaşları veya gittiği yerleri bilin.

- Bu dönemin geçici bir dönem olduğunu çocuğunuzun kişiliğinin ve normal gelişiminin bir parçası olduğunu unutmayın.
- Bu süreç sonunda ergenliğin sona ermesi ile büyük çatışmalar yaşanmamış ve kopmalar olmamışsa, genç anne ve babasının değerlerine yaklaşmakta ve daha bilinçli, gerçekçi değerlendirmeler yapmaktadır.