

ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ ERGENLE İLETİŞİM YOLLARI



Çocukluk ile yetişkinlik arasındaki dönem olan ergenlik çoğunlukla hem anne-babalar hem de çocuklar için oldukça zor bir dönemdir. Ergenlik çocukların kendi kimliklerini oluşturdukları, kendilerini anne-babalarından ayırdıkları ve aile dışında önemli ilişkiler kurdukları bir dönemdir. Bu dönemlerde; hırçınlık, ders çalışmama ve başarısızlık, sorumluluktan kaçma, can sıkıntısı, tepkilerini sert dile getirmesinden görüş ayrılığından doğan kuşak çatışması, çabuk karamsarlığa düşme, alıngan ve huzursuzluk, gezme ve eğlencelerden kısıtlandığında yalan söylemesi, kardeş çatışmasının yoğun yaşanması, güvensizlik, başaramama korkusu, sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kuramama vb. davranışların çok görülmesi normaldir.

Anne-babalar ise bu dönemde sevimli, itaatkâr, kendilerine hayran küçük çocuklarının yerini alan bu huysuz, inatçı kişiyle uyum sağlamaya çalışırken "kaybettikleri" çocuk için bir çeşit "yas" duygusu yaşarlar.

Ergenle iletişim açılır

- ✓ Çocuğunuzu anlamaya çalışmak
- ✓ İletişim kanallarını açık tutmak
- ✓ Değer vermek
- ✓ Kabul etmek
- ✓ Sabırlı olmak
- ✓ Etkin dinlemek



Ergenle iletişim kapanır

- Emir vermek(yapacaksın,zorundasın..)
- Otorite kurmak
- Haklarını sınırlamak
- Öğüt vermek
- Yargılamak
- Sorunları bastırmak



ANNE-BABALAR İÇİN BAZI TEMEL KURALLAR

Aşağıdaki kurallara özen göstermeniz, ergenler kendi kimliklerini ortaya koymaya çalışırken kaçınılmaz olarak ortaya çıkan stresi azaltmanıza yardımcı olacaktır.

- * Çocuğunuzu iyi tanıyın, onun yapabileceği düzeyde verim bekleyin.
- * Çocuklarınıza kıyas getirmeyin, sürekli başkaları ile kıyaslanan çocuk kendini güvensiz ve gelişmeye kapalı çocuktur.
- * Çocuklarınızın sizin isteklerinizi yapması için korkutmayın, ağır cezalardan ve baskıcı tutumlardan uzak durun. Yüksek sesle verilmeye çalışılan hiç bir öğüt dinlenmez. Sevgi ve ılımlı bir yaklaşımla, yapabileceğiniz arkadaşça tavırlarınızla iletmek istediğiniz mesajı tam olarak verebilirsiniz.
- * Anne ve baba olarak ortak kararlar alınız ve davranışlarınızda her zaman doğru ve tutarlı olunuz. Çelişkili davranışlarınızla çocuğunuz her zaman bocalayacak ve doğruyu bir başkasında arayacaktır.
- * Çocuğunuzun devam durumunu ve okul ile ev arasındaki geliş-gidiş saatlerini sürekli kontrol altında tutun. Zararlı alışkanlıklar hakkında iyi bir örnek olun ki söyledikleriniz sadece lafta kalsın.
- * Çocuklarınızın ihtiyaçlarını karşılarken tutarlı ve titiz olunuz. Her türlü ihtiyaçlarının karşılanması için, onlardan beklentilerinizin gerçekleşip gerçekleşmediğini kontrol ediniz.
- * Çocuklara karşı sabır, soğukkanlılık, anlayış, sebatlık ve sevgi ile yaklaşın, bu onların sizin ile olan ilişkilerinde daha yakın olmalarını sağlayacaktır. Yüksek sesle söylenen emir verici sözler, ağır eleştiriler ve azarlamalar asla fayda getirmeyeceği gibi çocuğunuzun sizden kopmasına ve uzaklaşmasına hatta birçok konuda yalana başvurmasına sebep olacaktır.
- * Çocuğunuzun derslerinde ve davranışlarında daha iyiye yöneltilebilmesi için öğretmenleri ile sıkı bir ilişkiye girilmeli, toplantılara mutlaka katılmalı çocuğunuzun gelişimi ile ilgili konularda takipçi olmanızda yarar vardır. Çocuğunuzun kılık ve kıyafetine, temizliğine özen gösteriniz.
- * Çocuğunuzun sağlık durumu ile yakından ilgileniniz. Hastalıklardan bir kısmı çocuğun yaşam enerjisini önemli ölçüde azaltarak onu dermansız bırakabilir. Bir kısmı ise, neden oldukları devamlı acı ve ağrılar yüzünden çocuğun ilgi ve dikkatini ders konuları üzerinde toplamasına engel olabilir.

- * Çocuğunuza yeteri kadar harçlık veriniz. Harçlığını mümkünse aylık veya haftalık olarak belirleyiniz. Böylelikle kendisini yönetmeyi öğrenecek, sorumluluk kazanacaktır.
- * Çocuğunuzun yaşamında en önemli çevre, aile çevresidir. Çocuk yaşamında en etkili örnekleri ailesinden alır. Anne ve baba olarak tüm davranışlarınızda örnek olduğunuzu unutmayınız.
- * Çocuğunuzun gerekli tüm sorunları için sınıf ve okul rehber öğretmenlerine başvurunuz. Bu konuda size yapılan çağrılara mutlaka uyunuz. Onunda sorunlarını gerektiğinde sınıf ve okul rehber öğretmenlerine anlatması için teşvik ediniz. Sizin ve çocuğunuzun sorunlarınızın gizliliğe önem verilerek çözülmeye çalışılacağından emin olunuz.
- * Çocuklarınızın çoğu evde, aileleri tarafından ders çalışmaya ikazlarının fazlalığından yakınmaktadırlar. Sürekli dersine çalış ikazı olumsuz etki yapabileceği gibi aynı zamanda çocuğunuzun çalışma azmini de kıracaktır. Çocuğunuzun programlı çalışmaya alıştırılması, dinlenme, eğlence saatlerinin planlanması için onu yönlendirilmesi, dersi öğrenmesi için çalışması gerektiği aşılmalıdır. Aksi taktirde saatlerce bilinçsiz olarak çalışılan bir konu sadece zaman israfıdır.
- * Çocuklarımız, kendilerine güvensiz olmaktan ve sosyalleşememekten rahatsızlar. Nedenlerini düşünürsek, çözüm yine bizlerde. Çocuğunuza değer verdiğinizi, ona güvendiğinizi, sorumluluklarını yerine getirebileceğinden emin olduğunuzu ona her fırsatta belirtin. Ona ve fikirlerine değer verin, onu dinleyin, sosyal yaşantısında faal olması için onu destekleyin. Okul ve çevresindeki sosyal faaliyetlere katılması için teşvik edin. Ona değer verdiğinizi, güvendiğinizi her ortam ve fırsatta övgülü sözlerle dile getirin. Çocuğunuzun şımarmasından korkmayın; bilakis size ve düşüncelerinize layık olmaya çalışacaktır. Ona olan güveninizi gösteremezseniz, ondan nasıl güven bekleyebilirsiniz ki?...
- * Çocuğunuzun ders çalışma ortamını hazırlamasına yardımcı olunuz. Mümkünse bir çalışma odası oluşturunuz.
- * Çocuğunuzun arkadaş çevresi, onun gelişimi ve sosyal hayatının oluşumunda çok büyük etkindir. Okul dışı zararlı arkadaşlıklar, farklı problemleri de beraberinde getirir. Zararlı alışkanlıkların bu yaşlarda büyük merak konusu olduğunu, kişiliklerinin oluşma döneminde yanlış yönlendirilebileceklerini unutmayınız.
- * Çocuğunuzun sık sık eleştirmekten kaçınınız. Bunu başkalarının, hatta arkadaşlarının yanında yapmayınız. Beğendiğiniz ve taktir ettiğiniz yönlerini ona söyleyiniz. Çocuklarınız arasında kıskandırmadan müteakabil azimlerinin artacağından ya da komşu çocuğu ile kıyaslandığında daha iyiye yöneleceğini sanmak yanlıştır. Onu kendi yapısı ve kişiliği ile kabul ediniz.

* Çocuğunuzun okul yaşantısı ile ilgileniniz. Anlattıklarını büyük bir sabırla dinlemeye çalışınız. Mutluluklarını veya Mutsuzluklarını onunla paylaşınız. Son olarak; çocuğunuz sürekli bir büyüme ve gelişme içinde olduğunu unutmayınız. Sizin ocuęunuz olsa da; sizden farklı bir kişilik geliştirmekte. Onlara karşı sabırlı, soğukkanlı ve anlayışlı olunuz. Deneme ve yanılma yolu ile öğreneceklerdir. Kusurları ve olumsuz hareketleri olacaktır.

UNUTMAYIN;

SİZİN OCUęUNUZ OLARAK DOęMAK ONLARIN ELİNDE DEğİLDİ, ANCAK SEÇME HAKLARI OLSAYDI, SİZDEN BAřKA KİMSENİN OCUęU OLMAK İSTEMEZLERDİ...