

ERGENLİK DÖNEMİ



2022

ERGENLİK DÖNEMİNİN ÖZELLİKLERİ

Ergenlikte Duygusal Gelişim Hızı

1. Duygulardaki ani değişimler
2. Aşık Olma
3. Mahcubiyet ve Çekingenlik
4. Aşırı Hayal Kurma
5. Tedirgin ve Huzursuz Olma
6. Yalnız Kalma İsteği
7. Çabuk Heyecanlanma
8. Çalışmaya Karşı İsteksizlik
9. Duyguları diğer insanlara göre daha yoğun yaşama



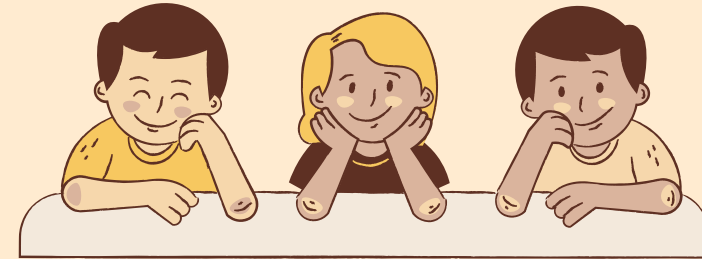
Ergenlikte Bilişsel Gelişim

- İleri düzeyde düşünme yeteneği geliştirme
- Soyut düşünme yeteneği geliştirme (inanç, güven, maneviyat gibi gözle görülmeyen şeylerin düşünülmesi)



Ergenlikte Sosyal Gelişim ve Değişim

1. Yeni sosyal çevrelere girme
2. Daha fazla arkadaş edinme isteği
3. Popüler olma isteği
4. Dış dünyayı takip eder duruma gelme
5. Toplumsal konularla ilgilenme
6. Utangaçlık, çekingenlik ve kendine güvensizlik,
7. Kızlarda erkeklere oranla daha erken gelişim,
8. Karşı cinse ilgide artma,
9. Kendinde ve başkalarında fiziksel görünüme önem verme,
10. Duygularda hızlı değişim,
11. Normal olmama ve beğenilmeme endişesi taşıma.





ANNE-BABALAR NE YAPMALI?



Çocuğunuzu ilgilendiren bir konuda onun adına karar almayın. Karar alırken çocuğunuzun da fikrini alın.



Problemleri siz veya çocuğunuz öfkeli iken konuşmayın. Öfkeli iken sorunlar çözülmez, aksine daha çok büyümüş olur.



Ebeveyn, çocuğunun yaşadığı duygusal süreçlerle şakayla bile olsa kesinlikle dalga geçmemelidir.



Söyledikleriniz ve uyguladıklarınız arasında çelişkiye yol açabilecek farklılıklar olmamalı. Unutmayın ki, özellikle çocuklar kendilerine söylenenleri değil, daha çok gördüklerini öğrenir ve uygularlar.



Ebeveyn, "ben senin yaşındayken..." tarzındaki nasihatlerden uzak durmalı. Bu tarz nasihatler ergenle olan iletişimi olumsuz etkilemektedir.



Sonradan kabul edebileceğiniz şeylere baştan hayır demeyin.



Bazı durumlarda ebeveynin ergenle çatışmaya girmeden, ergen için önemli olan kişilerden (özellikle okuldaki öğretmenleriyle) görüşmesi ve onlardan destek alması faydalı olacaktır.



Aile ve ergen arasında zaman zaman sorunlar çıkması normaldir. Paniğe kapılmaya, aşırı tepki göstermeye gerek yoktur.



Ergen yanlış bir şey yaptığında kişiliği değil, yaptığı davranışı eleştirilmelidir.



Sürekli öğüt veren konuşmalardan kaçının. Çocuğunuzun söylediklerini anlamaya çalışın.



Sabırlı ve soğukkanlı olmak gerekir. Ergenlik dönemi geçicidir. Sabır gösterilen ergenler ailelerine karşı öfke duygusunu daha az yaşarlar.