

## ANABİLİM EĞİTİM KURUMLARI

ERGENLİK  
DÖNEMİNDE  
İSTENMEYEN  
DAVRANIŞLAR



## ERGENLİK DÖNEMİNDE İSTENMEYEN DAVRANIŞLAR

Ergenlik, insanlarda meydana gelen yetişkinliğe ilk adım evresidir. Çocukluk çağı ile yetişkinlik çağı arasındaki geçiş dönemidir. Bu dönemde bireydeki çocuksu tutum ve davranışlar yerini yetişkin tutum ve davranışlarına bırakır. Cinsiyet yetilerinin kazanıldığı, bireyin erişkinliğe psikolojik ve somatik olarak hazırlandığı dönemdir.

Çocukluk çağı olarak adlandırılan yaşlarda sosyal toplum bilinci (süper ego) gelişmemişken ergenlik dönemine giren gençlerde toplum tarafından benimsenme, bir grubun parçası olma (süper ego ve ego) isteği gelişir. Cinsiyetle ilgili olan hormonlardan östrojen veya androjenlerin üretimi bu dönemde pik yaptığından ergen adayın psikolojisi sebepsiz yere değişebilmektedir. Çocukların farklı gelişim dönemlerinden geçerek şekillendiğini ve her gelişim döneminin de bireye farklı katkılar sağladığını düşünürsek ergenlik dönemi de çocuğun gelişimine farklı katkılar sağlayabilir. Ergenlik döneminde otoriteye karşı çıkma, söz dinlememe, eleştirme, hata bulma gencin tutumlarından. Gelişme döneminde anne-baba tarafından bazen çocuk, bazen yetişkin gibi davranılan birey ne zaman ne şekilde davranacağını bilemez. Gelişmekte olan bedenine, cinsel ve duygusal gelişimlerine ayak uyduramaz; kimlik karmaşasına düşebilir. Ebeveynlerin gence baskı ve disiplininden çok sevgi gösteren, güven veren, genci önemseyen ve gence değer veren bir şekilde davranması gencin kimliğini geliştirmesini kolaylaştırır. Ergenlik döneminin temel özelliklerinden biri olan güvensizlik ergenin atılgan, gösterişçi ya da çekingen bir birey olmasına sebep olabilir. Bu evrede ergen, başkalarının kendisi hakkında söylediklerine aşırı derecede duyarlıdır ve kişilik arayışları içinde olmaktadır. Özgür bırakılmayı ve kendisine çok fazla müdahale edilmemesini ister.

Ebeveynlerin aile içerisindeki tutumu son derece önemlidir. Bu dönemde anne-babanın baskıcı ve otoriter tavrı, yasaklamaları da beraberinde getirdiğinde çatışmalarla dolu bir dönem meydana gelebilmektedir.

### AİLELER NE YAPABİLİR?

- Gençlerin bağımsız hareket etmelerine anlayış göstermek önemlidir. Yard. Doç Oktay Aydın ergenlerin özgürlük ve kurallar arasında sıkışıp kaldığını, kendi kararlarını vermek istediğini, arkadaşlarını kendine göre seçmek, gönlüne göre giyinmek, istediği zaman istediği yere gitmek, geç saatlerde eve dönmek istediğini bütün bunların da onun büyüdüğünün bir göstergesi olduğunu söyler. Ayrıca özgürlük ve risk ilişkisinin ebeveyn-ergen ilişkisinde ip çekme oyununa benzediğini, ergenin özgürce hareket edebilmek adına bu sınırlamaları dinlemeyeceğini söyler. Oktay Aydın'a göre bu ip çekme oyunu, ergenle ilişkinin doğasında vardır ve bir noktaya kadar da doğaldır. Eğer anne-babalar bu oyunu iyi oynarsa sonuçları da iyi olacaktır.

- Çocuđunuzu dinleyin, duygu ve dűşüncelerinizi çocuđunuzla paylaşın ve onun da duygu ve dűşüncelerini sizinle paylaşmasına fırsat tanıyın.
- Bu dönemde çocuklar ne yetişkin ne de çocuk olarak görűlmekte ve bu karmaşıya da çocukların davranışlarına yansımaktadır. Bu karmaşıya çevreden aldıkları çelişkili mesajlar da neden olmaktadır. Siz de çocuğunuzun durumunu fark edip onun yetişkin davranışlarını destekleyip çocuğunuza bu çelişkiyi yaşatmadan destek olun.
- Anne ve baba olarak ortak tutum sergilemeye çalışın.
- Eleştirilmek, sürekli başkalarıyla kıyaslanmak hiçbir dönemde olduğu gibi bu dönemde de çocuğun hoşuna gitmeyecektir.
- Çatışma ve çözüm becerilerinizi gözden geçirin. Çocuđunuza bu konuda önemli bir model olduğunuzu unutmayın.
- Çocuğun kendisine olan güveni artırmak için çocuğa sorumluluklar verilmeli, başarı duygusu sağlanmalıdır. İlgili alanları doğrultusunda sportif ya da sanatsal faaliyetlere yönlendirilmesi bu dönemi daha yumuşak geçirmesini sağlayacaktır.
- Çocuđunuzun arkadaşlarına karşı sabırlı olun. Arkadaşlarına karşı çıktığınız zaman çocuğu kendinizden uzaklaştırır, arkadaşlarına daha çok yaklaştırırsınız.
- Ergenliđin doğal bir süreç olduğunu unutmadan bu dönemde yaşadığınız sıkıntıların aslında hemen hemen her ergenin evinde yaşandığını unutmayınız.
- Bu dönemde çocuğunu dinleyen, cesaretlendiren, bilgilendiren, çocuğuyla iletişim kurabilen ve çocuğuna saygı duyan ebeveynler olmak ilişkinizin daha sağlıklı olmasını sağlayacak, yaşanan çatışmaları en aza indireyecek ya da sürecin normal geçmesini sağlayacaktır.
- Tüm bunlara rağmen süreç sağlıklı bir şekilde yürümüyorsa bir uzman desteği almak çocuğunuzun ve sizin daha az zarar görmeye olanak sağlayacaktır.

#### **KAYNAKÇA**

Aydın, Oktay, (09 Ekim 2014), "Bir Ergenim Var", [www.gazetevatan.com](http://www.gazetevatan.com)