

Ailelere Önerilerimiz

1. Sinirli tepki vermeyin; çünkü bu bir savaş davetidir.
2. Çocuğunuz öfkeli olduğunda sizde el-kol hareketleriyle karşılık vermeyin.
3. Ona, öfkelendiğinde sakince konuşmasını önerin. Hala olmuyorsa kendi tartışmasını bitirmesine izin verin, derdini anlatsın.
4. Eleştirel düşünme için cesaretlendirin.
5. Sorumluluk sahibi olmadan kimsenin haklara sahip olamayacağını açıklayın.
6. Çocuğunuzun hak ve sorumlulukları hakkında konuşun.
7. Kendi hak ve sorumluluklarınız hakkında konuşun.
8. İş yaptığında ayrıcalıklarını ya da özgürlükleri - ni arttırın.
9. Sakin, kısa ve öz bir şekilde kaygılarınızdan bahsedin.
10. Haftalık, internete zaman limiti koyma konu - sında ne düşündüğünü sorun.,
11. Onu gerçek yaşam aktivitelerine yönlendirme ye çalışın.

PROF. DR. AZİZ
SANCAR
ORTAOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

PSD. İLKNUR
GÖZÜTOK

ERGEN
İLE
İLETİŞİM
AİLELERE
ÖNERİLER

ergenlik nedir?

Ergenlik Nedir? Bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçerken bireyselleşmesini ve toplumsallaşmasını sağlayan "Ruhsal, Fiziksel ve Sosyal Olgunlaşma Dönemi"dir. Ergenliğin başlangıç ve bitiş yaşı bireye göre değişir. Sağlıklı olan her çocuğun yaşayacağı bir gelişim dönemidir. Ergenlik, değişim demektir, Büyümek demektir, Başkalaşım ve Dönüşüm demektir. Büyümek sadece ergenliğe özgü değildir, çocuklar da büyürler ama değişmezler. Ergenler ise hem büyürler hem de değişirler. Ergenlik dönemindeki bireyler duygusal ve davranışsal yönden iniş çıkışlar yaşayabilirler. Ergenlerin içinde bulunduğu dönemin özelliklerini bilmek, aile ve öğretmenlerin ergenleri anlamasına ve daha rahat iletişim kurmasına olanak tanır

ERGENLİK DÖNEMİ DUYGUSAL ÖZELLİKLERİ

- Duyguların Yoğunluğunda Artış
- Kimlik Arayışı
- Can Sıkıntısı
- Otoriteye Karşı Gelme
- Karşı Cins İlgi
- Çalışma İsteksizliği
- Bağımsızlık İsteği
- Bir Gruba Ait Olma İsteği
- Huzursuzluk
- Aşırı Hayal Kurma



"Ergenlere Nasıl Yaklaşalım, Nasıl Davranalım?" Cevaplanması gereken bu soruların cevabı "İletişim" ile başlar. "Aile İle İletişim", ergenlik dönemindeki her genç için her zamankinden daha önemlidir. Anne ve babası tarafından; eleştirilmeden, yargılanmadan, sorgulanmadan dinlenen genç, karşılaştığı güçlükleri aşmada zorlanmayacaktır. Ayrıca sorunlarını ailesi ile paylaşmaktan kaçınmayacaktır.



- ERGENLER VE AİLELERİNİN EN SIK YAŞADIĞI ÇATIŞMALAR
- ANA-BABA TARAFINDAN ELEŞTİRİLMEK,
- AZAR İŞİTMEK,
- SAĞLIK DURUMLARIYLA ÇOK İLGİLENİLMESİ,
- KONULARIN ÇOK UZATILMASI
- ERGENE DAĞINIK OLDUĞUNU SÖYLENMESİ, AŞIRI ŞEKİLDE NASİHAT EDİLMESİ,
- ÜSTLERİNE ÇOK DÜŞÜLMESİ ANLAŞILAMAMAK,
- ANA-BABANIN HER ŞEYİ ÖĞRENMEK İSTEMESİ, OKULDAKİ BAŞARISININ ELEŞTİRİLMESİ,
- AİLE BASKISI,
- ANA-BABANIN ERGENİN YANINDA TARTIŞMASI

ETKİN DİNLEME BECERİSİNİN ERGENLERİN GELİŞİMİNE SAĞLADIĞI KATKILAR:

Ergenin olumsuz duygularının kabulünü sağlar.

Ergenin duygularını ifade etmesine yardımcı olur.

Yetişkin ve ergen arasında sıcak bir ilişki kurulmasını sağlar.

Sorunların çözülmesini sağlar.

Ergenlerin anne babaların düşüncelerine değer vermelerine yardımcı olur.

Ergenin bireysel farkındalık sağlamasına yardımcı olur.