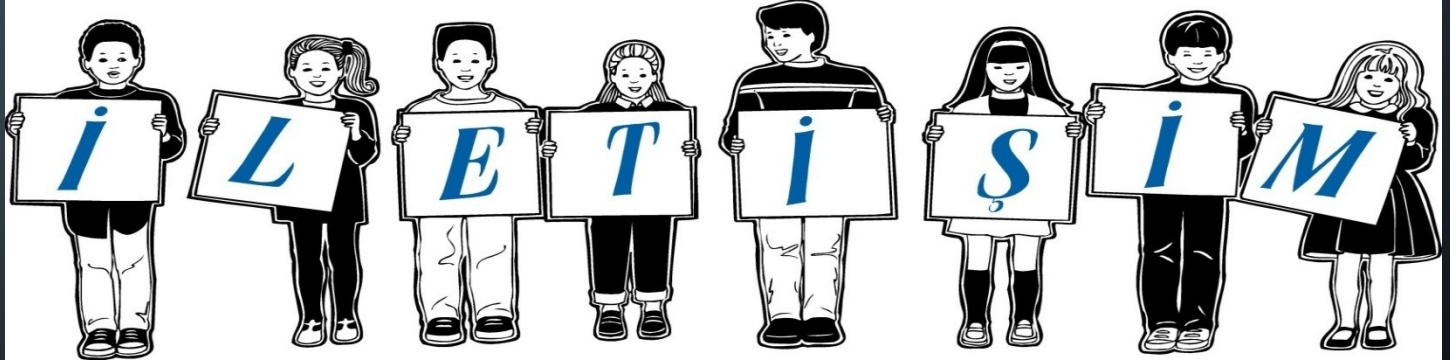


ERGENLERLE



ÇOCUKLARIMIZ...

**Bizim en değerli
varlıklarımız...**

**Tüm çabalarımız
onların iyiliği için...**



ERGENLIK NEDİR?

Bireyde biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan gelişme ve olgunlaşmanın (değişmenin) olduğu; çocukluktan yetişkinliğe (erişkinliğe) geçiş dönemidir.



ERGENLERİN EN SIK YAŞADIKLARI DUYGULAR



**KORKU
ENDİŞE
ÖFKE
SEVGİ**



Falez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi



ERGENLERDE EN SIK RASTLANAN TUTUM VE DAVRANIŞLAR

- ✓ **YALNIZLIK İSTEĞİ**
- ✓ **ÇALIŞMA İSTEKSİZLİĞİ**
- ✓ **DİSİPLİNE KARŞI DİRENİŞ**
- ✓ **ÇEKİNGENLİK**
- ✓ **FAZLA HAYAL KURMA**
- ✓ **DUYGUSALLIĞIN ARTMASI**

AİLELERİN ŞİKAYETLERİ

- Hırçınlaştı.
- Ders çalışmıyor.
- Sorumluluk duygusu yok.
- Canım sıkılıyor, diyor.
- En küçük isteklerini sert bir dille bildiriyor.
- Kardeşini kızdırmaktan zevk alıyor.
- Okuduğunu anlamıyor gibi.
- Durgunlaştı, dalgınlaştı.
- Çabuk karamsarlığa düşüyor.
- Ara sıra hiç yoktan huysuzlaşıyor.
- Sert karşılıklar veriyor.

- İleri derecede alıngan
- Derslerinde gene başarılı; ama oyuna, eğlenceye çok düştü.
- Olur olmaz her řeye ađlıyor.
- Evde huzursuz, dışarıda sıkılđan...
- Her istediđini yaptırmak istiyor.
- Bir yere giderken çok süsleniyor, ayna karşısında çok vakit harcıyor.
- Karışmamızı istemiyor.

Ergenlerle Nasıl İletişim Kurmaliyız ?

Falez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi

??

ACABA İLETİŞİM DEYİNCE AKLIMIZA NE GELİYOR?

✘ Ona bir şeyler söylemek,

✘ Bir şeyler anlatmak,

✘ Nasihat vermek,

✘ Söz dinletmek....



İLETİŞİM TEK YÖNLÜ MÜDÜR?

Çocuğumuzla Aramızdaki İletişim Engelleri:

- EMİR VERMEK
- GÖZDAĞI VERMEK
- “SEN DİLİNİ” KULLANMAK
- AHLAK DERSİ VERMEK
- NUTUK ÇEKMEK-ÖĞÜT VERMEK
- YARGILAMA-ELEŞTİRME-SUÇLAMA
- AD TAKMAK-ALAY ETMEK
- KIYASLAMA



1. EMİR VERME

“Yapman gerekir”, “Yapmak zorundasın”

- * Korku ya da aktif direnç yaratabilir,**
- * Söylenenin tersini “denemeye” davet edebilir,**
- * isyankar davranışa ya da misillemeye yol açabilir.**

2. UYARMA, TEHDİT ETME (GÖZDAĞI VERME)

“.....yapmazsan.....olur”,

“Ya yaparsın, yoksa.....”

- **Korku, boyun eğme yaratabilir;**
- **Söz konusu sonuçların gerçekten meydana gelip gelmeyeceğini “denemeye” yol açar;**
- **Gücenme, kızgınlık, isyankarlığa neden olabilir.**



3. ÖĞÜT VERME, NASİHAT

**“Ben olsam....”,
“Neden.....yapmıyorsun?”, Bizim
zamanımızda”, “Sen en iyisi...”**

- **Çocuğun kendi sorunlarını çözmekten aciz olduğunu ima eder;**
- **Çocuğun sorunu bütünüyle düşünüp, değişik seçenekler getirip seçenekleri denemesine engel olur.**
- **Bağımlılık ya da direnme yaratabilir.**



Falez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi



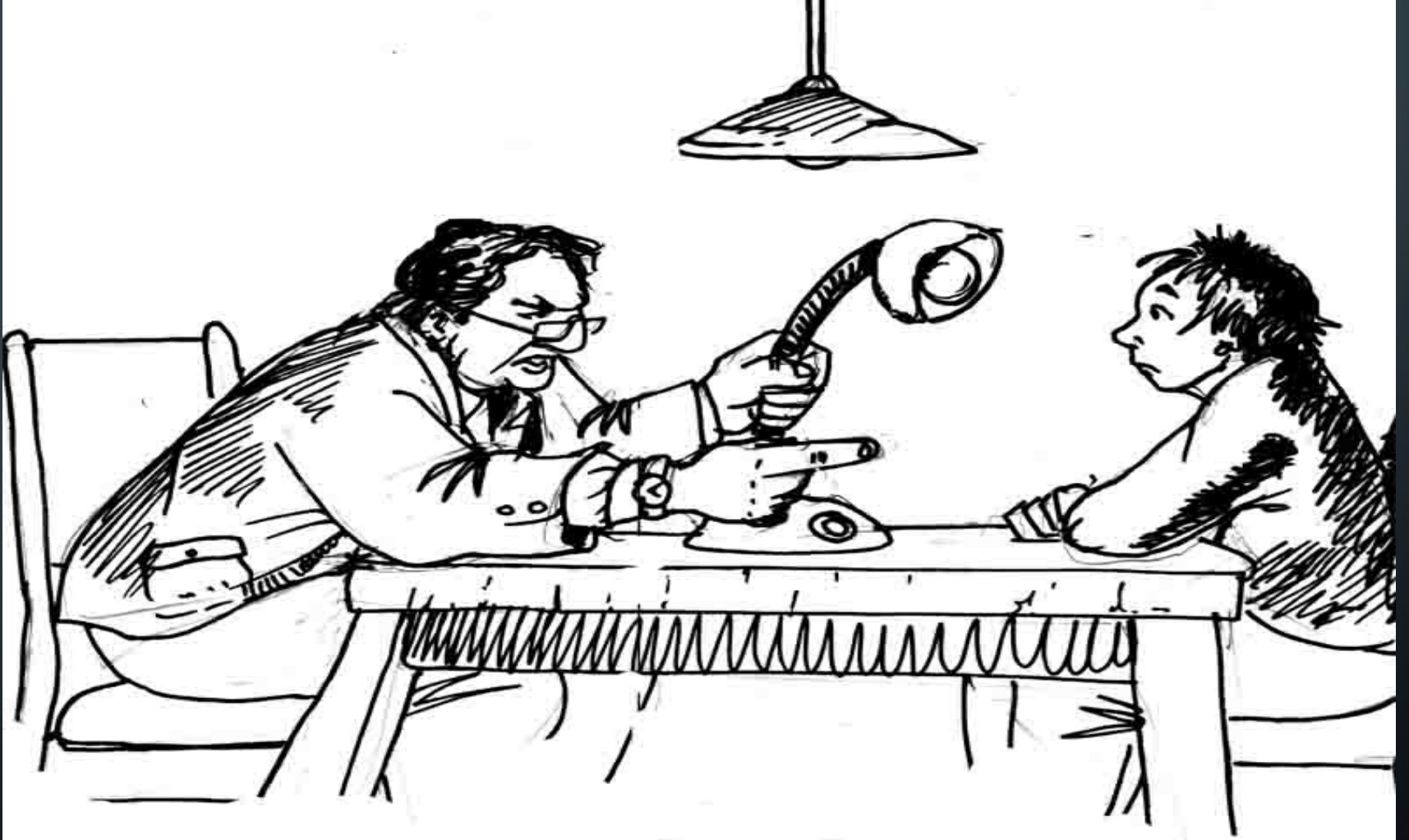
Falez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi

5. YARGILAMA, ELEŞTİRME, SUÇLAMA

“becerseydin şaşardım....”, “Sen zaten tembelsin....” “yine yalan söylüyorsun...

- **Yetersiz, aptallık, yanlış değerlendirme anlamı taşır;**
- **Çocuğun olumsuz bir yargıya hedef olma ya da azarlanma korkusuyla iletişimi kesmesine yol açar;**
- **Genellikle çocuk yargı ve eleştirileri gerçek olarak algılar (Ben kötüyüm!) yada karşılık verir.**

(Siz de daha mükemmel değilsiniz!).



6. AD TAKMA, GÜLÜNÇ DURUMA DÜŞÜRME

“Koca bebek....”, “Hadi bakalım süpermen”, “Geri zekalı”, “Hadi sende sulu göz

- - **Çocuğun kendini değersiz hissetmesine, sevilmediği kanısına varmasına yol açabilir;**
- - **Çocuğun öz-imgesi üzerinde çok olumsuzdur;**
- - **Genellikle karşılık vermeye iter.**

7.KIYASLAMA

Bak kardeşine...abin takdir getirdi ya sen...
komşunun kızı....bizimki de...

- Çocuğun kendini işe yaramaz hissetmesine sebep olur
- Kıyaslanan kişiye içten içe düşmanlık geliştirir

"Elalemin çocukları 1.nci oluyor . "
diyen anneme , Bak analar neler
doğrduruyor.
Sende iş yok " dedim

Ve ardından terlik ;)



**İletişimde kullandığımız bu hatalar;
Çocuklarımızla aramıza **Duvarlar Örer;**
Köprüler Kurmaz.**



İLETİŞİM HATALARININ ÇOCUĞUMUZ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

- İnadına hareket etme,
- Karşılık verme,
- Kızgınlık,
- Anlaşılmadığını düşünme,
- Yalan söyleme,
- Kaygı, endişe,
- Başarısızlık duygusu,
- Güvensizlik,

İLETİŞİM HATALARININ ÇOCUĞUMUZ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

- Gücenme,
- İçe kapanma,
- Sevilmediğini düşünme,
- Benlik Saygısının zedelenmesi,
- Hayata karşı olumsuz bakış,
- Kendine ve çevresine saygı duymama,
- Kendini ifade edememe...

YAŞAMIN YANKISI

Bir zamanlar bir baba ile oğul dağlık bir bölgede yürüyüşe çıkmışlardı;

Bir ara nasıl olduysa çocuğun ayağı kaydı ve incindi çocuk acıyla bağırdı :

Aaa hhh!!!.....

Karşı dağlarda yankı yapan sesi geri döndü :

Aaa hhh!!!.....

Daha önce böyle bir durumla karşılaşmamış çocuk bu kez : “Sen kimsin ?” diye sordu

Cevap gelmekte gecikmedi: “Sen kimsin ?”

Sinirlenen çocuk : “ Sen bir korkaksın!” diye bağırdı

Dağdan “Sen bir korkaksın!” yanıtını aldı.

Bu olanlara bir anlam veremeyen çocuk neler olduğunu sordu.Onun gülümsediğini gördü.Babası,“şimdi dikkatlice beni izle oğlum” dedi ve yüksek sesle bağırdı:” Hayatı çok seviyorum!”

Karşı dağlardan aynı ses geldi: ” Hayatı çok seviyorum!”

Baba : “sana hayranım!”

Yankı: “sana hayranım!”

Baba : “sen harikasın!”

Yankı: “sen harikasın!”

Çocuğun şaşkınlığının daha da arttığını gören baba, ona durumu şöyle açıkladı:” Bu , yankı adı verilen bir tabiat olayıdır. Ama hayatı da çok iyi anlatır. Yani yaşamdan ne istiyorsan önce onu sen vermelisin. Verdiklerin aldıkların olacaktır. Tatlı sözler tatlı yankılar oluşturur sevmek istiyorsan önce sen sevmelisin. Saygı istiyorsan önce sen saygı duymalısın . Anlayış bekliyorsan bunu önce sen göstermelisin.

ÇOCUKLARIMIZLA DAHA SAĞLIKLI İLETİŞİM KURABİLMENİN ANAHTARLARI

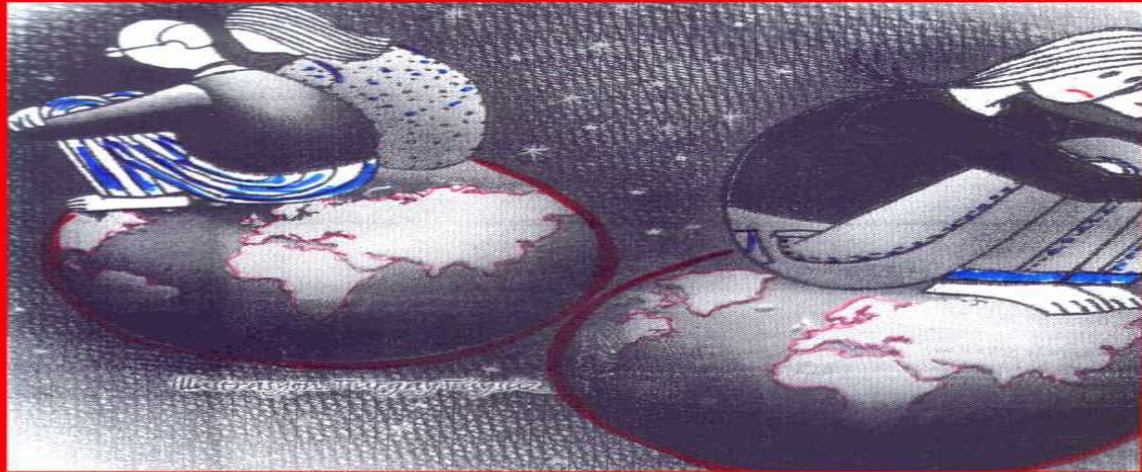


- Çocuđunuza sık sık **söz hakkı** verin
- Kendini ve Duygularını “**Ne Düşünüyorsun, Nasıl Hissediyorsun?**” gibi sözlerle anlamaya çalışın.
- Onun **fikirlerine değer verdiğinizi** hissettirin.
- Onun olumlu davranışlarını kesinlikte **takdir** edin.
- O konuşurken onun **yüzüne bakın** ve ciddiye aldığınızı hissettirin.
- Onun için **zaman ayırın**.
- **Yaşına uygun görevler** verin ve daha sonra başarısını takdir edin.

- Onunla **değişik konularda sohbet etme ortamı** oluşturun.
- Aşırı **eleştirici ve yargılayıcı olmaktan çekinin.**
- Hatalı davranışlarını **konuşarak uyarın ve ona doğru olanı anlatın.**
- Başkalarının yanında onu kesinlikle **küçük düşürmeyin.**
- Onu başkaları ile **kıyaslamayın.**
- **Kabiliyetlerini farkedin ve teřvik edin**
- Topluluk içerisinde **söz almasını teşvik edin**
- Ona sık sık **sevdiğinizi söyleyin.**

Sonuç olarak...

Anne-Baba ve Genç ayrı dünyaların



Gerçek Şudur:

Aynı dünyada yaşıyoruz

ama

dünyayı farklı görürüz.

Çünkü dünyaya bakış açımız,

algılayışımız farklıdır!

UNUTMAYALIM !!

Siz **GENÇ** oldunuz
Onlar hiç **YETİŞKİN** olmadı
Siz **EVLAT** oldunuz
Onlar hiç **ANNE-BABA** olmadı

TEŞEKKÜRLER

Falez Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Rehberlik Servisi