

ERGENLİK DÖNEMİ (15-22 YAŞ)



KİMLİK ARAYIŞI
KUŞAKLAR ARASI ÇATIŞMA
YABANCILAŞMA
AİLE İÇİ SORUNLAR
MESLEK SEÇİMİ
PSİKOLOJİK VE RUHSAL SORUNLAR

KİMLİK ARAYIŞI

- Ergenler hızlı gelişim süreci içinde olduğundan bir takım sakarlıklarla karşı karşıyadır
- Kas -iskelet sistemi orantısızlığı SAKARLIĞA
- Düşünce-konuşma gücü orantısızlığı KEKEMELİĞE
- Duygu-Düşünce arasındaki dengesizlik ROMANTİZME,KAFA KARIŞIKLIĞINA
- Hızlı büyüme-sorgulama çevresini, KENDİNİ BEĞENMEMEYE
- Kendine model alabileceği kişileri seçemezse BUNALIMA,DEĞER KARIŞIKLIĞI

KİMLİK ARAYIŞI ÇÖZÜMÜ

- Önemli kişilerin hayat hikayelerini okumalıdır
- İçindeki duygu,düşüncelerini takıntı yapmadan anlatabilmelidir
- Çevresiyle sevgi saygıya dayalı ilişkiler kurarak kendini olumlu ifade etmelidir
- Anne-baba-eş-çocuklar -öğretmen gibi hayatını etkileyecek kişilerle küsmemelidir
- Gerektiğinde profesyonel yardım almalıdır

Kuşaklar Arası atışma

- Ergenler kişiliklerini oluştururken alabilecekleri değerleri sorgularlar,bu bazen karşısındaki sorguluyor izlenimi verir. Aslında kendine yakışan elbiseyi bulmak için inceleyen mağaza muişterisinden farkı yoktur. Ergen muişteri,toplum mağazadır. Ergen inceleyecek eleştirecek beğendiklerini alacaktır.Diğer duygusal sorunlar araya girdiği zaman yetişkinlerle çatışmalar kaçınılmaz olacaktır.

Yetişkinler; ergenin inceleme, araştırma süreçlerinden rahatsız olacaktır.Bu durumu hisseden ergende yetişkinleri beğenmeme, eleştirme gibi etkinlikler içine girerek kuşak çatışmasını başlatacaktır. Bu bitmeyen savaş aslında kavgalı alışveriştir. Yetişkinlerin hayatını devam ettiren değerler ergenlerin hayatı için yetmeyebilir. Ergenler eski değerlerden faydalanarak yeni değer sistemlerini, kişiliklerini, üretkenliklerini oluşturmalıdır

Ergenin alış verişine yardımcı olmak için kendisini önemli hissetmesi gereklidir

Alış verişte ihtiyaçlar giderildikten sonra huzursuzluk, uyumsuzluk ortadan yavaş yavaş kalkacaktır. Ergen bu durumu özetle şöyle ifade eder; " *ben on beş yaşında babamın hiçbir şey bilmediğini zannederdim, yirmi beş yaşına geldiğimde babamın on yılda ne kadar çok şey öğrendiğine şaşırırdım "*

YABANCILAŞMA

Ergenler edinmiş oldukları bilgi, değer, davranışları eğer taklit aşamasında kalırsa kendilerini bir süre farklı hissederler, sonra topluma ve kendine yabancılaşırlar. Sonuçta sapık inanışlar, alkol, kumar, uyuşturucu, tetikçilik, ... gibi kötü yollardan kendilerini ifade etmeye çalışırlar, Sinirli, öfkeli, karamsar, isyankar görüntüler ortaya çıkar

YABANCILAŞMANIN ÇÖZÜMÜ

- Değer ,duygu,kişilik alış verişi kavgasız yapılmalıdır
- Kişi değer sistemlerini sürekli incelemeli, duygular,düşünceler,davranışlar GERÇEK,FAYDALI,GÜZEL değilse hemen değiştirilmelidir.
- Çalışkanlık,dürüstlük,yardım severlik değerleri temel alınarak diğer değerler geliştirilmeli, toplumla uyum içinde olmaya gayret göstermelidir

Aile İçi Sorunlar

Nedenleri:

Baskı,korku,anne-babanın sağlık,kişilik sorunları,gelecekle ilgili kaygılar aile içinde ergenlere bir şekilde yüklenir.

Yakınmalar:

Bizim çocuk adam olmaz,yalnız başına bir iş yapamaz,sorumsuzdur,sürekli baskı altında tutulması gerekir,Boş bırakırsan ya davulcuya ya zurnacıya gider....gibi bazen haklı bazen yersiz endişeler ergeni ailede mutsuz eder

Aile İçi Sorunları Çözümü

- Ergene değer ve sorumluluk verilmeli,
- Soruların çözümünde fikri alınmalı
- Kişiliğine,arkadaşlarına,yaptıklarına saygı gösterilmeli,bununla birlikte gerektiğinde sınırlandırılmalı
- Hayat,iş,ilişkiler vb konularda görüşülmeli davranışlarını olumlu yönlendirilmeli
- Yanlışlar,eksiklikler ifade edilmeli,suçlayıcı tavırlar içine girilmemeli
- Karar vermesi,risk alması,sonuçlarına katlanması.... sürekli teşvik edilmelidir

Meslek Seçimi

- Kendine uygun meslek seçmesine yardım edilmeli
- Çeşitli ortamlara,etkinliklere katılması sağlanmalı,meslek uzmanları ile tanıştırılarak doğruları ve yanlışları görmesine imkan verilmelidir
- Meslekler anlatılmalı,yaşatılmalı ancak neyi seçeceğine müdahale edilmemelidir
- Onun iradesi zaman zaman zorlanmalı,ancak zorla işler yaptırılmamalıdır

PSİKOLOJİK SORUNLAR

- Ergenleri,boyunu,kilosunu,gözlerini,burnunu,ağzını, ailesini,arkadaşlarını,saçlarını beğenmemesi normaldir. Bu hisler oluştuğunda ifade edilebilirse takıntılar oluşmaz,aksi halde ölene kadar bunları kafasında taşır.
- Ergen bazen yetişkin,bazen çocuk gibi hareket eder bu onun ciddiye alınmamasına neden olur,gelişiminin normal olması için çevresiyle olumlu ilişkiler kurmaya devam etmesi gerekir.
- Neyin doğru olduğunu öğrenmesi için araştırmaya yöneltilmesi doğru davranışları kolay bulur.

TEŐEKKÜRLER

HAZIRLAYANLAR

Uzm. Havva AYTEK

Uzm. İbrahim YILMAZ

Uzm. F.Nursen YILMAZ

