ERGENLERLE İLETİŞİM

Dr.Nazan Aydın

1. Ay : İşte geldim, buradayım!

3. Ay : Harika bir oyuncağım var: Ellerim!

6. Ay : Ben bir enerji küpüyüm!

9. Ay : Güvenlik önlemlerini artırdınız mı? Emekliyorum!

12. Ay : Yürüyorum! Bağımsızım, Mutluyum, Korkuyorum!

12-18 Ay : Konuş benimle, konuş, konuş hep konuş!

18-24 Ay : O benim! Bu benim! Benim, benim, benim!

2 Yaş : Bağımsız olmak istiyorum ama...

3 Yaş : Neden? Neden? Neden?

4 Yaş : Enerjik ve hayalperest

5 Yaş : En sevdiğim arkadaşım...

6-8 Yaş : Kurallar ve törenler

9-11 yaş : Kuvvetlenen Arkadaşlık Bağları

Dr.Nazan Aydın

12-14 yaş ***: Başdöndürücü Değişim***

15-17 Yaş ***: Orta Ergenlik Dönemi***

Dr.Nazan Aydın

12-14 yaş : Başdöndürücü Değişim

Dr.Nazan Aydın

Dr.Nazan Aydın

Ergenlik dönemine siz de uyum sağlamalısınız!

Dr.Nazan Aydın

Dr.Nazan Aydın

- BEN KİMİM
- NEYİM
- NE OLACAĞIM

?

Dr.Nazan Aydın

atv
Dr.Nazan Aydın

- *ARKADAŞLAR*

Sağlıklı arkadaşlıklar kurmasını destekleyin!

Çocuğunuzla yakınlığınızı koruyun

Arkadaşlarını tanıyın

Arkadaşını beğenmediğiniz zaman

Endişe verici durumlar neler olabilir?

Hiç arkadaşının olmaması

Arkadaşlıkları konusunda ketum davranması

Yaş olarak kendinden çok büyük arkadaşlar edinmesi

Arkadaşlarına ilgisini kaybetmesi

- **Ergen çocuğunuzla iyi bir iletişim sağlamak istiyorsanız**

Ergenler sizden sevgi bekler

Şartsız sevin

Dinleyin

Etkin dinleme

- Okul rezil, ödevler ağır, öğretmenler yardımcı olmuyor
- Öfkelisin ve kendini engellenmiş hissediyorsun

Dr.Nazan Aydın

Davranış ile çocuğu birbirinden ayırın

Akşam yemeğe yine geç kaldın, düşüncesiz

Saygısız, hocayla böyle konuşulmaz

Pis, pasaklı

Kızım inatçının teki

Sürekli söylenmeyin

Takdir edin

Dr.Nazan Aydın

- Önemsiz konuları görmezden gelin

Dr.Nazan Aydin

İyi bir model olun

Uzlaşma sağlayın

Sınırları belirleyin

Sürekli dış görünümleri, bedenlerindeki değişimler ve yaşadıkları farklı düşünce ve duygularla meşguldürler. Ergenler kendilerine rehberlik edecek sınırları koymanızı bekler

Sorumluluk verin

Tutarlı olun

Dr.Nazan Aydın

Scene #29

Sürekli nutuk çekip, söylenmeyin. "Ben senin yaşındayken...." ile başlayan akıl vermelerden kaçının. Büyük olasılıkla onun yaşındayken onunla ortak yönünüz düşündüğünüzden çok daha fazlaydı!

Genellikle, genç ergenlerin duyguları abartılı, hareketleri tutarsız gözükür.

“İngilizce’ den nefret ediyorum. Öğretmen çok sert ve sınıfta herkes İngilizce dersinden dökülüyor...”

aslında “bunun seni kızdıracağını biliyorum ama bugün İngilizce notum belli oldu ve çok kötü bir not aldım” demek istemektedir

Ruh durumu sürekli değişebilir

Eleştirilmeye hazırlıklı olun

Çocuğunuzdan vazgeçmeyin

Mutlu son

Dr.Nazan Aydın

- **Çocuğunuzun internet kullanımını denetleyin!**

ÇOCUKLAR ANNE-BABALARINA KARŞI SALDIRGANLIK VE ŞİDDETE NEDEN BAŞVURUR?

- Kendini doğru biçimde ifade etmeyi bilmiyor olabilir
- Şiddete tanık olarak büyümüş olabilir
- Sorun çözmeyi bilmiyor olabilir
- Başkalarına saygı göstermeyi bilmiyor olabilir
- Madde kullanımı veya arkadaş sorunları olabilir
- Anne-babayı güçsüz görüyor olabilir
- Stres yaşıyor olabilir

Çocukluk döneminin kısalması

Erken yaşta cinselleşme ve yetişkinlik dönemine ait stres ve sorumlulukların küçük yaşlarda yaşanmaya başlaması nedeniyle günümüzde çocuklar eskiye kıyasla daha kısa süreli bir çocukluk dönemi yaşamaktadırlar. Oysa çocukluk, oyun ve keşif dönemi olarak dolu dolu yaşanması gereken, yaşamın en güzel dönemlerindenbiridir.

ANNE-BABALAR NE YAPABİLİR?

Birlikte izleyin

Televizyon, pop kültürü, filmler ve reklamları çocuğunuzla birlikte izleyin ve üzerinde konuşun, tartışın. Bu çocuğunuzun farkındalığının artmasına ve özbenlik bilincinin yükselmesine yardımcı olacaktır.

Sınır koyun

Giyim, makyaj ve davranış konusunda çocuğunuzun yaşına uygun sınırlar koyun. Örneğin bazı aileler çocuklarının on beş yaşından önce makyaj yapmasına izin vermemektedir.

Sadece görünüme bakmayın

13 yaşında bir kızın yetişkin gibi gözükebileceğini, ancak yetişkinlerin psikolojik veya duygusal kapasitesine sahip olmayacağını unutmayın.

İletişimi koparmayın

Çocuğunuzla iletişim kanallarını açık tutun. Çocukluk ve ergenlik, çocuğunuzun olumlu ve sevgi dolu ilişkilere gereksinim duyduğu dönemlerdir. Anne-baba olarak çocuğunuzun rol modeli olma şansına sahipsiniz.

Cinsel taciz belirtilerine dikkat edin

Çocuğun, başka çocuk ya da yetişkinlere yönelik olarak cinsel davranışlar göstermesi gibi, olası cinsel taciz belirtilerine dikkat edin.

Başarının dış görünüme dayalı olmadığını anlatın

Çocuğunuzun başarıyı görünüme dayandırmak yerine kişisel başarıya yoğunlaşmasını teşvik edin. Çocuklukta sahip olabileceği fırsatlardan mümkün olduğunca yararlanmasına olanak verin. Çocuğun okul çalışmalarına odaklanmasına yardımcı olarak ve spor ve sanat programlarına katılmasını sağlayarak bunu başarabilirsiniz.

Cinsellik konusunda bilgilendirin

Çocuğunuzu cinselliğin fiziksel ve duygusal boyutları konusunda eğitin. Bu çocuğunuzun olumlu seçimler yapma konusunda kendisini daha güçlü hissetmesini sağlayacaktır.

Kişisel tarz arayışına izin verin

Çocuğunuzun güvenliğinden ödün vermeden veya başkaları tarafından yanlış algılanmasına yol açmadan, kendine has kişisel tarzlar denemesine izin verin.

Dr.Nazan Aydın

Öğrendik ki....

Bazen tek ihtiyacımız olan bir el ve bizi anlayacak bir yürektir.....

Dr.Nazan Aydın