



# Gençlik Başımnda Duman!

**Gelişim Dönemi Özellikleri**  
Öğretmen ve Veli Bilgilendirme Bülteni

**Bengü Dilara SET**  
Okul Psikolojik Danışmanı

Ergenlik dönemi dediğimizde etrafımızdan “Bizim zamanımızda ergenlik mi vardı?”, “Annemiz/babamız sert bir bakış atınca ergenlik mergenlik kalmazdı!” gibi ifadeleri mutlaka duyarız. Ancak “ergenlik” dediğimiz geçiş dönemindeki fiziksel ve psikolojik değişimler bütün tıbbi kaynaklarda açıklanır. Bu dönemdeki yanlış davranışlar, görmezden gelinme veya şiddet görme gençlerin ruhunda fark edilen ya da edilemeyen birçok yara açmış olabilir.



Dünyaya gelen her bebek öfkeye ve sevgiye yabancıdır. **Bizler o bebeği büyütürken, öfke tohumları attıysak onun karşılığını; sevmeyi ve sevilmeyi öğrettiyse onun karşılığını alırız.**

Bazen olumsuz yaşantılarımız sebebiyle verdiğimiz tepkileri kontrol edemeyebiliriz. Bu noktada kendimizi suçlamak yerine durumu toparlamak ve en az zararla atlatmak için çabalamak gerekmektedir.

Hata yapmayı ve hatayı telafi etmeyi de çocuk yine kendi çevresinden öğrenir. **Çocuğumuzda eleştirdiğimiz noktalara bakarken, bir nevi anne-baba olarak eksikliklerimizi ve tutarsız davranışların bir sonucunu da görebiliriz.**



*“Küçüğüm daha çok küçüğüm  
Bu yüzden sonsuz endişem  
Savunmam bu yüzden  
Bu yüzden bir küçük  
iz bırakmak için didinmem.”*



**Ergenlik**, çocukluktan çıkış, yetişkinliğe geçiştir...

**Ergenlik**, bir eliyle anne-babaya tutunurken bir yandan “Ben tek başıma yapabiliyim” demektir...

**Ergenlik**, başkalarının ne söyleyeceğine, nasıl görüldüğüne fazlaca takılıp aynanın karşısında saatler geçirmektir.

**Ergenlik**, kalp acısı, bedenin uyanışı, büyüyen eller, değişen sese, ellere, kollara uyum sağlama çabasıdır...

**Ergenlik**, anne-babaların büyüttüğü çocukların anne-babalarını büyütmeye başladığı andır...

**Ergenlik**, arkadaşların ekmek gibi, su gibi önemli olduğu dönemdir. Ergenlik arkadaşın sözünün anne-babadan daha önemli olduğu ve kendini arkadaş grubu ile tanımlama ihtiyacıdır.

Aileler, kaybolan ve bir daha geri gelmeyecek olan sevimli, itaatkâr ve her zaman kendilerine hayran olan küçük çocuklarını özlerler. O küçük çocuk gitmiş yerine huysuz ve somurtkan biri gelmiştir sanki... Ergen ise çocukluğunu kaybetmiştir, çocukluğuyla birlikte bedenini, güvenli dünyasını ve mükemmel anne-baba algısını kaybetmiştir.



Ergenlik bireyin savunmasız ve zayıf olduğu tehlikeli bir d6nemdir. Kabuk değiştiren istakozlar gibidirler. **Istakozların en zayıf ve savunmasız olduğu d6nemler kabuk değiştirdikleri d6nemlerdir ve ergenlik de bir nevi istakozların kabuk değiştirmesine benzer.**

Pirenin deve yapıldığı bu hassas d6nemde ebeveynler ve 6đretmenler bilmelidir ki olumsuz k6çük bir m6dahale ergeni bir yangına ya da olumlu ve samimi k6çük bir el verme bir 6içek bah6esine 6evirebilir. Hiçbir zaman şaşmayacak bir doğa kanunudur. Ne ekersen onu biçersin. **İyilik, sevgi, şefkat verildiğinde, 6ocuktan o yansıyacaktır. şiddet ve yok sayılma yaşıyan yeni yetişen birey, kendi g6c6 6apında aynı yanıtı verecektir.**

Çatışmak, farklılaşmak ergenlikte doğal ve sağlıklı bir s6reçtir. Ergen 6atışır ama bundan dolayı aşağılanmaz, dalga ge6ilmez, dışlanmaz, “başkaları” gibi d6ř6nmedi diye hırpalanmazsa yetişkinliğe ge6meye başlar. Ergenler i6in en 6nemli şey arkadaşlarıdır, b6t6n d6nyaları ait oldukları gruplarda onay g6rme, pop6ler olma 6zerine kurulur. Anne-baba ise ikinci plandadır.



Ergen ailelerin yakınmaları genelde şunlar olmaktadır:

“-Bizden uzaklaştı, beni k666ms6yor, alay ediyor.”

“ -Ona ulaşamıyorum.”

**Tam bu noktada aileler bunun bir başarı olduğunu ve kendileriyle gurur duymaları gerektiğini bilmelidir. İsyan, sizin onu kendi başına var olacak şekilde yetiştirerek 6ocuğunuza sağladığınız 6zg6rl6kten kaynaklanır. Ger6ekten de bir ergenin kendi kimliğini kurabilmesi i6in ilk harcaması gereken anne ve babasıdır.**

Ergen ailesi olmak zordur çünkü aile sınır ve sınırsızlık arasında ince bir çizgi tutturmak durumundadır. **Ergen her şeyi biliyormuşçasına ukala olabilir; küçük dağları ben yarattım diyecek kadar kendine güvenebilir ve dünyanın yükünü taşıyacak kadar dayanıklı görünebilir.** Ne olursa olsun aileler unutmamalıdır ki, ergen olgunlaşmamıştır. Olgunlaşma zaman alan bir şeydir, ergen büyürken anne-baba hem otoritesiyle hem de özgürleştirici güveniyle onun yanında olmalıdır, hem de ona hiçbir şekilde yaranamayacağını bilerek.

Ergenin uygunsuz davranışlarına misilleme tepkisi göstermemek gerekir. **Onu karşınıza alırsanız sizinle konuşamaz, size danışamaz, sizden beslenemez hale gelir ve daha fazla savrulur.** Denetimi tümüyle kaybedersiniz. Onunla ergenliğin sıkıntılarına karşı birliktelik kurmak önemlidir. Ergenin, ailesiyle arasındaki çatışmanın doğal olduğunu ve sevgisizlik ya da nefret göstergesi olmadığını bilmesi çok önemlidir.

Böylece hiçbir insanın mükemmel olmadığını, hataların çözüm üretmeye yaradığını anlayacak; tercih ve seçimlerinin sonucu ne olursa olsun yaşantılarından yapıcı öğretiler çıkarmayı öğrenecektir.

## **EĞER,**

*Yolunu bulamayan, yorgun,  
hayatın yükü omuzlarına binmiş,  
aslında yardıma ihtiyacı olan ama  
dışarıdan bakıldığında hiçbir şey  
istemiyormuş gibi görünen  
bir ergenin ailesi olmak istemiyorsanız:*

**SEVİN.  
KOŞULSUZCA SEVİN.  
VE BUNU BELLİ EDİN.  
YETER...**

