

**ERGENLİK DÖNEMİ  
VE  
OKULA DEVAMSIZLIĞI ÖNLEME  
-AİLE BİLGİLENDİRME BÜLTENİ-**

**ARGIL ÇOK PROGRAMLI ANADOLU LİSESİ  
REHBERLİK SERVİSİ**

## ERGENLİK DÖNEMİ



Ergenlik dönemi, fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı, cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan, bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı, ayrıca duygusal dalgalanmaların yaşandığı bir dönemdir.

Ayrıca ergen bireyler bu dönemde kızgınlık, öfke, endişe, korku, sevgi, ruhsal zorlanmalar ve sevgi gibi duyguları yoğun bir şekilde hissedebilir.

### **Ergen bireyler bu dönemde şu durumları yaşayabilir:**

- Bir grup içine dahil olmak,
- Arkadaşlık kurma isteği,
- Aile ve arkadaş güveni kazanmak ve onay alma ihtiyacı,
- Karşı cinsin ilgisini çekme,
- Ani duygu ve düşünce değişimleri,
- Karmaşık duygular yaşama,
- Sorumluluklarına karşı ilgisiz kalma,
- Duyguların yoğunluğundaki artış,
- Çok fazla hayal kurma,
- Arkadaşıltaki duygu kırılmaları,
- Çekingenlik ve mahcubiyetlik yaşama,
- Yalnız vakit geçirme isteği,
- Tedirginlik ve huzursuzluk yaşama,
- Sosyal aktivitelere katılmak,
- Eleştirel tutum,

## **Ergen Bireylerle Nasıl İletişim Kurmalıyız?**

Öncelikle çocuğunuzun ergenlik döneminde olduğunu unutmayınız. Ergen bireylerin bu dönemi yönetebilmeleri için zamana ihtiyaçları olacaktır. Bu dönemde aile çocuğa karşı anlayışlı ve kabul edici bir tutum içinde bulunmalıdır.

Öncelikle çocuğunuzu anlamaya çalışın. Çocuğunuzun ani duygu değişimlerine hazırlıklı olmanız gerekiyor. Kendilerini neyin beklediğini bilen ebeveynler bununla daha rahat baş edebilirler.

İyi bir dinleyici olmanız gerekiyor. Kendisini dinlemeniz anlamaya çalışmanız onun düşüncelerine ve davranışlarına eleştirel bir tutum yerine anlayışlı bir tutum sergilemeniz onların bu süreci daha ılımlık ve sağlıklı bir şekilde atlattıklarına yardımcı olacaktır.

Cinsiyet farkı gözetmeksizin ergenlik döneminde çocukların duygularında bir istikrar görülmez. Bir an çok mutlu olabilirlerken çok geçmeden mutsuz ve üzgün olabilirler. Anlık duygu geçişleri ve değişimleri çok sık görülür. Ebeveynler bu durumlara hazırlıklı olmalı ve ergenlik döneminde çocuklar çok fazla zorlanmamalıdır.

Ergenlik döneminde de sınırlar olmalıdır ancak bu sınırların içerisinde ergenlerin kendilerini test edebilmelerine, kim olduklarını ve kim olmak istediklerini anlamalarına yetecek ölçüde alan bulunması gereklidir. Bu süreçte ergenler çok önemli bazı tavsiyelerinizi reddedebilirler, ancak unutmayın ki bu büyümenin bir parçasıdır.

## **DEVAMSIZLIK**

Okulda devamsızlığın tanımı, okul dönemi içerisinde öğrencinin mazeretsiz olarak okulda bulunmaması olarak tanımlanır.

Okula devamsızlık bir sorundur. Okula devamsızlık birçok etmenden kaynaklanabilen ve öğrencinin akademik ve sosyal başarısını olumsuz yönde etkileyebilen istenmeyen bir öğrenci davranışıdır. Çocukların eğitimlerini etkili bir şekilde devam ettirebilmeleri için okula devam önemli bir konudur. Kaçırılan bir dersin telafisi çok zor olmaktadır. Okula düzenli bir şekilde devam etmeyen çocukların okula karşı bağları zayıflayabilir

ve adaptasyon problemleri yaşayabilirler. Kötü arkadaş seçimi, madde kullanımları, suça itilme vb. gibi davranışlar göstermeleri okula devamsızlık ile bağlantılıdır.

Bilindiği üzere eğitime devam etme yasal bir zorunluluktur. Bu yasal zorunluluklar çocukların ilkokul ve ortaöğretim eğitimlerini almasını zorunlu kılmıştır.

2 tür devamsızlık vardır:

- **Aralıklı Devamsızlık:** Öğrencilerin eğitim gördükleri okullara bazen gelip bazen gelmeme durumlarıdır.
- **Sürekli Devamsızlık:** Öğrencilerin hazır bulunuşlukları yeterli olmasına rağmen okula hiç gelmeme durumlarıdır.

### **Ergenlerde Devamsızlık Nedenleri**

- Anne ve babanın ilgisini çekme isteği,
- Okul dışında çocuğun ilgisini çeken etkinlik ve ortamların bulunması (arkadaş ortamı, internet kafe, alışveriş merkezleri vb.)
- Parçalanmış ailelerde aile desteği ve iletişimin zayıf olması,
- Okulda kendini başarısız hissetmesi,
- Öğretmen, okul yönetimi ve arkadaşları ile ilgili iletişim problemleri,
- Ailenin çocuğun devamsızlığını takip etmemesi,
- Okula uyum sağlayamama,
- Akran zorbalıkları,
- Öğrencinin hayır diyememesi,
- Öğrencini ev işlerinde ya da başka işlerde çalıştırılması,
- Sağlık sorunları vb.

### **ANNE VE BABALARA ÇÖZÜM ÖNERİLERİ:**

- **Dinleyin:** Çocuğunuzla tamamen farklı düşüncelerde olsanız bile onu dinleyin ne anlatmak istediğini anlamaya çalışın.

- **Önemsiz konuları görmezden gelmeye çalışın:** Çocuklarınızın ergenlik dönemindeki davranışları ve düşünceleri sizlere kadar rahatsız etse de çocuğunuzu sürekli eleştirmekten lütfen sakının. Önemsiz konuları görmezden gelmeye çalışın. Önemli konularda düşüncelerini söyleyebilirsiniz ancak çocuğunuzun da sizlerden farklı düşüncelere sahip olabileceğini sakın unutmayın.
- **Davranış ile çocuğunuzu ayırın:** Sizi rahatsız eden şey ile onu yapan kişiyi birbirine karıştırmayın. Çocuklarınızın davranışları nedeniyle öfkelendiğiniz ya da üzüldüğünüz durumlar olabilir. Ancak bu durumlar sonucunda çocuğunuza sevginiz bitmeyecektir. Hatta tam tersi olarak onma değer verdiğiniz için bu duyguları yaşadığınızı unutmayın. Öfkenizi kişi olarak varlığına değil davranışları üzerinde odaklamaya dikkat ediniz.
- **Takdir edin:** Çocuğunuzu yapmış olduğu işlerden ve göstermiş olduğu başarılarından dolayı takdir etmeye çalışın.
- **Uzlaşma sağlayın:** Fikir ayrılıkları yaşadığınız zaman her iki tarafında kabul edebileceği bir uzlaşma zemini bulmaya çalışın
- **Sürekli söylenmeyin:** 'Sürekli ben senin yaşındayken ..... gibi söylemlerden kaçının.
- **Eleştirilmeye hazırlıklı olun:** Çocuklarınız sizleri bazı durumlarda eleştirebilir. Bu durumlara hazırlıklı olmalısınız.
- **Çocuklarınızdan vazgeçmeyin:** Çocuklarınızın size yöneltmiş olduğu eleştirilerden sonra onlardan vazgeçme yoluna gitmeyin.
- **Ruh durumunda sürekli değişimler:** Bu yaşlarda hormonal değişimler yüzünden çocuklarınızın ruh durumlarında sürekli değişimler olabilir. Bu durumları anlayışla karşılamaya çalışın.
- **Ergenlik Sonu:** Bu dönemde çocuklar ailesi ile daha rahat olabilirler. Ergenlik döneminde çocuğunuza adil ve tutarlı bir şekilde davrandıysanız büyümeleri ve bu dönemi sağlıklı geçirmeleri için gerekli desteği vermişseniz ergen birey aile bağları zayıflamadan çıkacak ve sağlıklı bir şekilde yetişkinlik dönemine girecektir.
- **Gerektiğinde profesyonel yardım alın:** Çocuğunuzla ilgili her türlü sorunda (iletişim sorunları, ailevi sorunlar, okula devam etmesini engelleyen sebepler

vb.) öğretmenler, okul yönetimi ve okul rehberlik servisi ile birlikte çözüm aranmaktan asla çekinmeyin, onlar size yardımcı olacaklardır.

- **Çocuğunuzun hayatı ile ilgili bilgi edinmeye çalışın:** Çocuğunuzun okulda yada sosyal ortamlarda arkadaşlık ettiği kişileri tanımaya ve neler yaptıkları hakkında bilgi edinmeye çalışın. Çocuğunuzun okuldaki öğretmenleriyle tanışın. Çocuğunuz okulda herhangi bir sorun yaşıyorsa, ders kaçıyorsa, okula özürsüz devamsızlık yapıyorsa ya da derslerinde yardıma ihtiyaç duyuyorsa okulla bağlantıya geçin. Çocuğunuzu spor, müzik gibi etkinliklere veya okuldaki kulüplere katılmasını teşvik edin.