

**ÇOCUĞUNUZU  
YETERİNCE  
TANIYOR  
MUSUNUZ?**

**‘elbette tanıyorum,  
o benim çocuđum’**

**demededen önce biraz  
düşünelim.**

**Çocuđumuzun  
içinde bulunduđu dönemin  
özelliklerini biliyor muyuz...**

Çocuklarımız, yaş özellikleri itibarı ile ergenlik dönemi içerisinde. Bu dönem kimlik arayışı ile geçen fırtınalı bir dönemdir.

Ergenlik döneminin çocuklarımız üzerinde şu tür etkileri vardır:

**HIRÇINLIK**

**DERS ÇALIŞMAMA**

**BAŞARIDA DÜŞÜŞ**

**BAŞARAMAMA KORKUSU**

**CAN SIKINTISI**

**TEPKİLERİ SERT BİR BİÇİMDE DİLE GETİRME**

**GÖRÜŞ AYRILIĞINDAN DOĞAN KUŞAK ÇATIŞMASI**

**KARAMSARLIK**

**ALINGANLIK**

**HUZURSUZLUK**

**GEZME VE EĞLENCELERDEN KISITLANDIĞINDA**

**YALANA BAŞVURMA**

**KARDEŞ ÇATIŞMALARI**

**GÜVENSİZLİK**

**SAĞLIKLI ARKADAŞ İLİŞKİLERİ**

**KURAMAMA/SÜRDÜREMEME**

# AİLELERİN ŐİKAYETLERİ

Hırçınlaştı. Ders çalışmıyor. Sorumluluk duygusu yok. Canım sıkılıyor diyor. En küçük isteklerini sert bir dille bildiriyor. Kardeşlerini kızdırmaktan zevk alıyor.

□ Okuduđunu 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 şeye ağlıyor. Evde huzursuz dışarıda sıkılğan.

Her istediğini yaptırmak istiyor. Aşırı süsleniyor. Siz bana karışmazsınız diyor. Babasından çekindiği için dolambaçlı yollara sapıyor.

□ Derslerinde başarılı. Hiç sorun çıkartmayan bir çocuk. İki kez okula gitmemiş. Arkadaşlarıyla gezmiş. Sorunca yalan söyledi. Bu davranışı bizi çok şaşırttı.

□ Çok harçlık istiyor. Çok geziyor, eve girmek istemiyor. Spora çok düştü. Derslerine boş veriyor. Banyoya sokamıyoruz. Ellerini bile yıkamıyoruz. Saçını kestiremiyoruz.

□ Son derece asi ve hırçın olmaya başladı. Başına buyruk olmak istiyor. Dayak, kötü söz, tatlı söz hiçbiri sonuç vermiyor. Bir psikologla mı görüşmeliyim?

**GENÇLERİN  
DUYDUĞU  
KAYGILAR**

# **SAĞLIKLA İLGİLİ KAYGILAR**

**√ YETERLİ UYUMAMAK**

**√ DURUŞU VE BEDEN YAPISI KÖTÜ  
OLMAK**

**√ GÜZEL YADA YAKIŞIKLI OLMAMAK**

**√ SİNİRLİ VE GERGİN OLMAK**

**√ CİNSEL GELİŞME KAYGILARI OLMAK**



# **KİŞİLİĞİ İLE İLGİLİ KAYGILAR**

√ **KENDİNİ AŞAĞI GÖRMEK**

√ **KENDİNE GÜVENİ OLMAMAK**

√ **SIK SIK ÖFKEYE KAPILMAK**

√ **OLAYLARI ÇOK CİDDİYE ALMAK**

# AİLEVİ VE EVLE İLGİLİ KAYGILAR

√ CİNSEL SORUNLARINI ANNE BABASIYLA  
KONUŞAMAMAK

√ HAFTA İÇİNDE AKŞAMLARI DIŞARI  
ÇIKAMAMAK

√ ÇOCUK YERİNE KONULMAK

√ ÖZEL SORUNLARINI ANNE BABASIYLA  
KONUŞAMAMAK

√ ANNE BABALARIN ARKADAŞ SEÇİMİNE  
KARIŞMALARI

√ EVE BELLİ SAATLERDE DÖNMEK ZORUNDA  
KALMAK

# **KIZ ERKEK ARKADAŞLIĞI İLE İLGİLİ KAYGILAR**

**√ KARŞI CİNSTEN BİR ARKADAŞI  
OLMAMAK**

**√ ŞİMDİ EVLENMEYİ İSTEMEK**

**√ CİNSEL KONULARDA DAHA ÇOK  
BİLGİ SAHİBİ OLMAYI İSTEMEK**

**√**

# **TOPLUM İÇİNDEKİ DURUMUYLA İLGİLİ KAYGILAR**

√ **TOPLULUK İÇİNDE YANLIŞ  
ANLAŞILMA KORKUSU**

√ **ÇOK AZ ARKADAŞI OLMAK**

√ **YAKIN ARKADAŞI OLMAMASI**

√ **YENİ ARKADAŞLAR EDİNMEYİ  
İSTEMEK AMA BUNU NASIL  
BECERECEĞİNİ BİLMEMEK**

# OKULLA İLGİLİ KAYGILAR

- √ DİKKATİNİ TOPLAYAMAMAK
- √ ÇALIŞMA YÖNTEMİNİN KÖTÜLÜĞÜ
- √ ZAMANINI İYİ PLANLAYAMAMAK
- √ ÇALIŞIRKEN HAYAL KURMAK
- √ ZAMANINI BOŞA HARCAMAK
- √ YÜKSEK OKULU BAŞARIP  
BAŞARAMIYACAĞINI BİLEMEMEK
- √ DERS ÇALIŞMAYI ENGELLEYECEK  
BİRÇOK YAN UĞRAŞININ OLMASI
- √ UZUN SÜRE TELEVİZYON İZLEMESİ

# MESLEK SEÇİMİ İLE İLGİLİ KAYGILAR

√ MESLEK SEÇME DE YARDIMA  
GEREKSİNİMİ OLMAK

√ KENDİ YETENEKLERİNİN NE  
OLDUĞUNU BİLMEMEK

√ YANLIŞ TERCİH YAPMA KORKUSU

# **DİN AHLAK KONULARINDAKİ KAYGILAR**

√ **ÖLÜM KORKUSU**

√ **DİNİ KONULARDA DAHA ÇOK BİLGİ  
İSTEMEK**

√ **NEYİN DOĞRU NEYİN YANLIŞ  
OLDUĞUNU BİLMEMEK**

Çocuklarımız, bu dönemin onlar üzerinde yarattığı birtakım psikolojik ve fizyolojik etkilere alışmaya çalışırken, diğer yandan da bundan sonraki yaşamlarını bütünüyle etkileyecek olan üç saatlik bir sınavın hazırlığı içerisinde...

**BU FIRTINALI DÖNEME BİR DE SINAV STRESİ EKLENİNCE...**



DÜNYADA ERGEN  
OLMAKTAN DAHA ZOR BİR  
ŞEY VARSA O DA ERGENLİK  
ÇAĞINDAKİ BİR GENCİN  
ANNE BABASI OLMAKTIR.

**BİRGÜL ÇAKAN**

**Okul Rehberlik ve  
Psikolojik Danışmanı**