



Prof. Dr. Emine Z. Kılıç
Yeditepe Ün. Hastanesi
Çocuk ve Ergen Psikiyatristi
emine.kilic@yeditepe.edu.tr

Çocuğunuzun ergenlik döneminde karşınıza çıkabilecek sorunlar ve çözüm önerileri.

Ergenlerde soyut düşüncenin gelişimi

Ergenlik dönemi hızlı fiziksel değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Bu hızlı fiziksel değişikliklere sosyal değişiklikler eşlik eder. Ergenler bu değişim sürecini tamamladıklarında toplumda üretken bir birey olarak yerlerini alır, kendi yaşamlarının sorumluluğunu üstlenmeye hazır hale gelirler. Ergenlikte işte bu geçişe hazırlık yapılır. Bir birey olarak ergenin sahip olacağı dünya görüşü, kimliği, yaşamdaki ve toplumdaki yeri ile ilgili fikirlerinin oluşumu, ergenlik döneminde ortaya çıkan bilişsel gelişim süreci ile doğrudan ilişkilidir. Ergenlik döneminde beyinde önemli bir değişim süreci yaşanır. Bu değişimin bir sonucu, çocuklukta somut düşünce biçiminin yerini soyut düşünceye bırakmasıdır. Aileler çocuklarında ortaya çıkan bu değişikliği iyi anlar ve desteklerlerse iletişimde ortaya çıkan sorunlar büyük ölçüde azalır.

Farklı bakış açıları kazanır

Soyut düşünme becerisi sayesinde ergen genç, olasılıklar üzerinde düşünme ve farklı bakış açılarına sahip olabilmeye becerisi kazanır. Bu düşünce biçiminin genellikle ergenlikle birlikte 10-11 yaş sonrasında ortaya çıktığı görülür. Ergen böylece adalet, sorumluluk gibi kavramlar konusunda fikir oluşturabilir, politik düşünceler geliştirebilir; insan ilişkileri konusunda kafa yormaya başlar; kişisel kimliğiyle ilgili düşünebilir hale gelir. Fikirleri mantık çerçevesinde tartışabilir; karşıt görüşleri anlayabilir; bir fikri hem yanında hem karşısında yer alarak tartışabilir. Bilişsel yetilerin gelişmesiyle, dili de daha iyi kullanır hale gelirler. Özellikle dili sosyal bağlamda, kendini ispatlama amacıyla kullanma becerisine kavuşurlar. Dili daha incelikli kullanırlar, imalarda bulunabilirler, karşı sorular sorabilirler, alaycı konuşabilir, çift anlamlı sözcük-

ler kullanırlar. Ergen mizah anlayışı çoğunlukla bu konuşmalara dayanır.

Eleştirel düşünme becerileri gelişir

Bu beceriler, ergenlerin, yetişkinlerle kendi terimleriyle tartışabilmelerini sağlar. Kanunlar ve kuralların ardında yatan prensipleri anlarlar. Artık çocukça kabullenme geride kalmıştır. Etik kuralları, başkalarının istekleri ve algılarını anlama ve kendilerini başkaları ile karşılaştırma ola-

Anne-babaların, ergenin zaman zaman yalnız kalmak isteyebileceğini, duygusal iniş çıkışlar yaşarken bunlarla kendisinin yardımsız baş etmek isteyebileceğini kabullenmesi gereklidir.

nağına kavuşurlar. Soyut düşünme becerisi idealizm ve felsefi düşünceyi olanaklı kılar. İçinde yaşadığı dünya, kendisi, yaşamın amacı gibi konularda fikirleri, beğenileri, tercihleri gelişir. Eleştirel düşünme becerisi, yeni elde edilmiş olduğu için aşırı bir şekilde kullanılır ve sonuç olarak varoluşsal şüphelere politik sorgulamalara, ahlaki yargılamalara ve ebeveynlerle, öğretmenlerle bitmeyen tartışmalara neden olur.

Deneyimlerle olgunlaşır

Ergenler ideali hayal ederler ve gerçekliği sorgulamaya başlarlar. Çünkü gerçek yaşam hiçbir zaman ideale uyuşmamaktadır. Aile, toplum, inançlar, eğitim sistemi, pratik yaşam-

da var olan her şey, ergenin sorgulama ve eleştirilerinden payını alacaktır. Aileler, ergenin bu eleştirileri karşısında kendilerini suçlanmış ve çaresiz hissederler, çünkü çoğu zaman ergenin eleştirilerinin geçerliliğinin farkındadırlar. Ancak ergenin bilmediği bir şey vardır ki; bunu, yetişkinlerin mutlaka bilmesi gereklidir: "İnsanın düşüncesinde canlandırabildiği ideallerin gerçek dünyada oluşturulabilmesinin birçok engelleri vardır." Erişkin düşüncesi yaşam pratiği içerisinde deneyimlerle gelişirken ebeveynler bu sınırları öğrenirler. Erişkin düşüncesinin ergen düşüncesinden farkı; ideali anlamak, ama gerçek yaşamda mümkün olan ve olamayana deneyimleri sayesinde ayırt edebilme becerisi kazanmış olmaktır. Ergenin yaşamın getirdiği sınırları anlayabilmesi de deneyimlerle gerçekleşecektir. Bu nedenle ailelerin, ergenin eleştirileri karşısında anlayışlı, ama soğukkanlı bir tutum izlemesi, kendisini suçlu ya da başarsız hissetmemesi gerekir.

Yalnız kalmasına izin verin

Ergenin kendi duygularını anlaması; yaşam görüşünü oluşturması; kendini tanıması için bir miktar kendi kendine kalma; biraz aileden uzaklaşma ve akranlarıyla birlikte olmayı tercih etme; zaman zaman da kendi ilgi alanlarına odaklanma isteği; bazen ailelerde, çocuklarının kendilerinden uzaklaştığı, koptuğu, kendilerini beğenmediği duygusu yaratır. Oysa ergen kendi kimlik sınırlarını çizer ve özerklik alanını belirler. Aileler bu gereksinime saygı göstermelidirler. Ergenin zaman zaman yalnız kalmak isteyebileceğini, duygusal iniş çıkışlar yaşarken bunlarla kendisinin yardımsız baş etmek isteyebileceğini anne-babaların kabullenmesi gereklidir.