

Ergenlerin kendilerine sınır ve kural koymalarını kolaylaştırmak için anne baba olarak onlara nasıl davranmalıyız? Bu sorunun oldukça fazla sayıda doğru cevabı var

Bu broőürde bu doğru cevaplardan 8 tanesini bulacaksınız.

Ergenlerle iyi iletişim kurmak bir denge işidir. Bu dengeyi sağlamak oldukça zordur, bu nedenle okulunuzun psikolojik danışma ve rehberlik servisinden yardım almayı ihmal



LİSE VELİ BROŐÜRÜ

Ergenlerin Kişisel Sınırlarını Korumalarına Yardımcı Olmak

Ebeveynlerin Sorumlulukları

Tunceli

2024 -2025

Mahremiyetine saygı gösterin

Odasına kapısını çalarak girin. Cep telefonunu aleni şekilde denetlemeyin. Duştayken, üzerini değiştirirken vb. yalnız kalmasına izin verin. Kıyafet değiştirme sıklığını, duş alma saatini sorgulamayın.

Kendi kararlarını almasına izin verin

Saçının modeline, giyeceği kıyafete, okumak istediği bölüme kendisinin karar vermesine izin verin. Bu, siz önemli kararlara asla dahil olmayacaksınız anlamına gelmez. Yalnızca onun adına, ona sormadan karar almamanız gerektiği anlamına gelir. Ebeveyn olarak düşüncelerinizi söyleme ve öneride bulunma hakkınız vardır.

Aşırı korumacı davranmayın

Kabul etmek zor olsa da çocuğunuz artık yetişkinliğin sadece bir adım gerisinde. Her şeyi onun adına yaparsanız hayat ile mücadele etmeyi öğrenemez. Bazı zorluklarla yüzleşmesine izin verin. Montunu giymesi için baskı yapmaktansa biraz olsun üşümesine olanak tanıyın.

Kendi kararlarını almasına izin verin.

Ergenler kendilerine yasak edilen şeyleri daha çok merak edebilirler.Romantik iliksiler,cinsel davranışlar, kılık-kıyafet,dini yönelim gibi konularda baskıcı ve yasakçı olmayın. Çocuğunuz yasakladığınız şeyleri bir şekilde yapacaktır. Ancak siz yasakladığınız için gizli saklı yapmaya çalışacak ve tehlikelere acık hale gelecektir.Ergenlik bir deneme dönemidir. Çocuğunuz bu evrede uçuk kaçık düşüncelere kapılabilir,bu tip düşünceler genellikle zamanla durulur. Aceleci davranmayın.

Vücut dokunulmazlığını öğretin

Çocuğunuzun bir kız ya da erkek arkadaşı olabilir.Siz de onun riskli cinsel davranışlarda bulunmasından endişe ediyor olabilirsiniz. Bu durumlarda romantik ilişkileri toptan yasaklamak yerine vücut dokunulmazlığının önemini anlatın. Kendisi izin vermediği sürece siz dahil kimsenin onun bedenine dokunamayacağını, böyle durumlarda "hayır" demesinin ayıp olmayacağını anlatın.

Sevgi gösterilerinizi ölçülü düzeyde tutun

Ergenler birinin kendisine sarılmasını,öpmesini vb. çocuklar kadar sevmeyebilirler. Bu nedenle ona sevginizi bedensel teması ölçülü düzeyde tutarak gösterin. Biri ona dokunmak istediğinde «hayır» demesinin normal olduğunu, ayıp sayılmayacağını öğretin.

Planları birlikte yapın

Çocuğunuz kendisine sorulmadan hazırlanmış bir ders çalışma planına uymakta zorlanabilir. Onun verimli olacağı saatlere ve çalışma sekilerine uygun bir günlük rutin, ona da danışılarak hazırlanmalıdır.

Güven verin

Çocuğunuza başına ne gelirse gelsin size anlatabileceği bir güven ortamı oluşturun. Böylelikle kendi hatasıyla bile olsa başına kötü bir şey geldiğinde bunu sizden saklamayacaktır.