

GENÇLERİMİZLE BAĞLANTIDA KALMAK



VELİ AKADEMİSİ

rehberlik SERVİSİ TBİAL



Çocuğunuzun hayatında arkadaşlarının, sınıf arkadaşlarının, öğretmenlerinin ve diğer yetişkinlerin gitgide daha önemli hale geldikçe, onları gitgide daha az görüyoruz ve hayatlarına daha az dahil oluyoruz. Doğal tepkimiz, daha fazla dahil olma girişimlerimizi artırmak olabilir; çok soru soruyoruz, birlikte daha fazla zaman geçirmek için zorluyoruz, onlarla alıştığımız sınırlara ve yapıya sıkı sıkıya bağlı kalıyoruz. Genç yetişkinliğe geçiş, onlar için olduğu kadar bizim için de zor olabiliyor.

Gençlerimiz bağlanma ihtiyaçları için daha çok arkadaşlarına yönelseler de, ebeveynleri olarak bizi hala “güvenli sığınakları” - güvenlik, rahatlık ve yakınlık kaynağı olarak görüyorlar. Davranışlarının ima edebileceği şeye rağmen, hala bize ihtiyaçları var. Bağımsızlıklarını keşfetmeye başladıkları için gençlerimizle olan bağlılık artık farklı görünüyor ve ilişkiyi biraz daha farklı bir şekilde yönlendirmek bize kalmış. Gençlerimizle sağlıklı bir bağ kurarken aynı zamanda onların bağımsızlığına saygı duyabiliriz.

İşte ergenlik çağındaki ebeveyn bağınızı güçlendirmek ve çocuğunuzla bağlantıda kalmanıza yardımcı olmak için bazı ipuçları.....



Sıcaklık ve sevgi göstermeye devam edin.

Gençlerimizin, onları sevdiğimizi bilmeleri gerekir - çatışma veya anlaşmazlık karşısında bile. Gülümsemeler, göz teması, sıcak ses tonu, sarılmalar, mizah, sevgi... hepsi gençlerimiz için önemlidir. Gençlerimize olan sevgimizi, gençken olabileceğimiz kadar aleni olamayabiliriz, ama yine de görmeleri gerekiyor.... Bu sadece bir göz kırpma veya odanın karşı tarafından bir gülümseme olsa bile. Çocuğunuz odaya girdiğinde yüzünüz aydınlanıyor mu? Kapıdan içeri girdiklerinde basit bir gülümseme ve samimi bir karşılama, bütün bir akşamın havasını değiştirebilir.



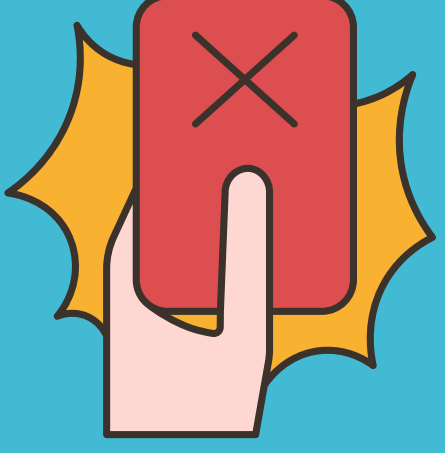
Çocuğunuzu bir birey olarak tanıyın ve ona değer verin.

Gençlerimiz bedenlerinde, inançlarında, duygularında muazzam bir dönüşüm geçiriyorlar. Bu değişikliklere dikkat edin, gençken olduğundan farklı düşünme ve hareket etme biçimlerine dikkat edin - ilgi gösterin ve ifade edin. Ayrıca, onların bizden ne kadar farklı olduklarına ve onların bu özelliğini ne kadar sevdiğinize dikkat edin. Bu, onların yaptıkları tüm değişiklikleri veya kararları kabul etmeniz gerektiği anlamına gelmez, ancak gençlerimiz için önemli olan şeylere dikkat ettiğimizde ve değer verdiğimizde, bu değişiklikleri keşfetmeye ve bizimle konuşmaya daha istekli olacaklardır.



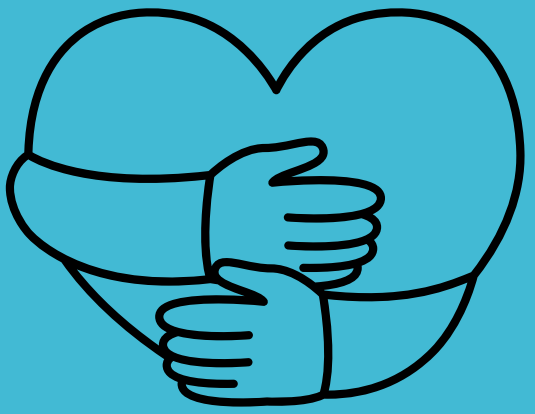
Faaliyetleri, gelip gidişleri vb. ile ilgilenmeye devam edin.

Ne yaptıklarına, kimlerle vakit geçirdiklerine dikkat edin. Şimdi onlar için önemli olan insanlarla tanışma konusunda meraklı ve ilgili olun. Arkadaşlarını tanımak için zaman ayırın, okullarını veya topluluk etkinliklerini izlemeye gidin. Onlardan size bahsetmelerini isteyerek müzikleri ve diğer ilgi alanları hakkında bilgi edinin.



Net sınırlar belirlemeye devam edin

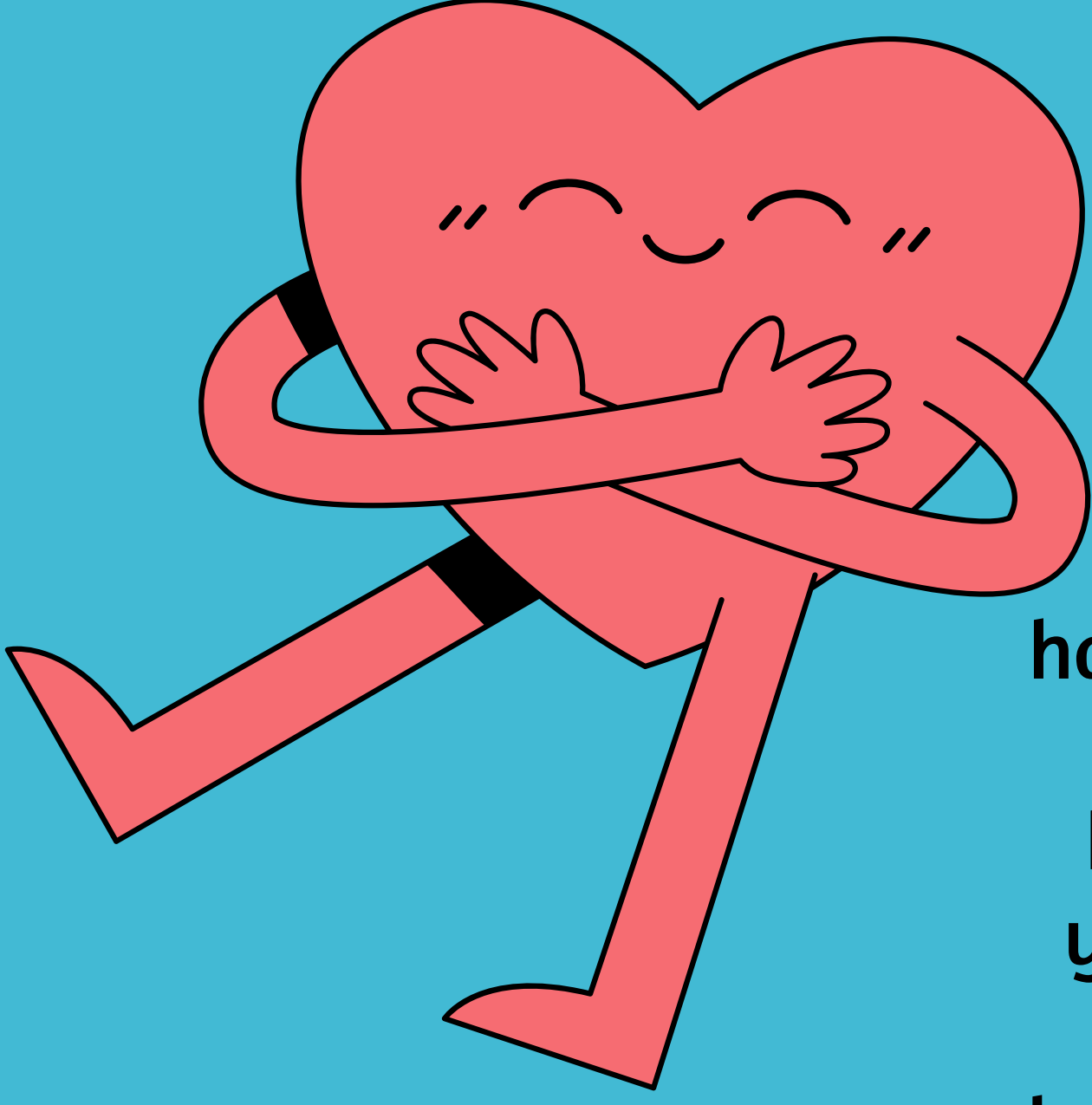
Gençler, sınırlara tepki verirler ve onlar için sahip olduğumuz sınırlara bağlı kaldığımızda kendilerini daha güvende hissederler. Yapıya, rutine ve öngörülebilirliğe değer verirler, ancak gençlerimizle ilgili her şey gibi, farklı görünmesi ve akması gerekir. Gençler büyüdükçe sınırların müzakere edilmesi ve yeniden müzakere edilmesi gerekir. “Çünkü ben öyle söyledim!” son söz olacak, ayrıca gençlerin kendilerine anlam ifade etmek için kurallara ve sınırlara ihtiyacı olduğunu bilmemiz gerekiyor. Mantığa katılmayabilirler, ancak sınırlarımızın amacını anlamalarına yardımcı olmaya çalışmalıyız. Çoğu zaman, gerçekten zorluyorlarsa, bunun nedeni bizim onlara sınırlar koymamızı istemeleridir.



Stres ve zorluk zamanlarında destek sağlayın.

Gençlerimizin başı dertte olduğunda ve yardımımıza ihtiyaç duyduğunda onlardan haber almaya açık olduğumuzda, bu anlarda dönebilecekleri kişi oluruz. Bunun anlamı, wKonuyla ilgili görüşümüzü sunmadan önce tüm hikayeyi dinlemek için zaman ayırın. Durumun gençlerimiz için zor olduğunu anlamak, destek ve empati ile yanıt vermek anlamına gelir.

Problem çözme moduna geçmeden önce bizden ne tür bir yardıma ihtiyaçları olup olmadığını kontrol edin. Sorunu çözmek için yapabileceğimiz hiçbir şey olmadığında bile destek ve sevgi verin. Ayrıca tüm sorunların bir çözüme ihtiyacı olmadığını unutmayın. Bazen sadece dinlemek yeterlidir.



Çocuğunuz hakkında pozitif olun!

Çocuğunuz da dahil olmak üzere hayatınızdaki insanlara onlarda sevdiğiniz şeyleri ifade edin. İnsanlara çocuğunuz hakkında olumlu şeyler söyleyin. Güçlü yönlerine odaklanın. Onlara iltifat edin - sadece sonuçları değil, çabalarını ve başarılarını, süreci ve ilerlemesini de övün. Yolculuk hakkında her zaman yorum yapmayı çok önemli buluyorum

Bazı şeylere dikkat edin - yeni saç kesimi, farklı gömlek, stresli görünme (hem olumlu hem de zor olanı kabul etmek). Çocuklarımız yetişkin olmadan önceki bu benliklerini oluşturma gib kritik bir ödeve sahip ergenlik dönemine bir kez girecekler be bu zamanı her iki taraf için de daha bilinçli geçirmek mümkün. Bu, gençlerimize meydan okumadığımız veya onlarla yüzleşmediğimiz, onlara kızmadığımız veya onlar tarafından hüsrana uğramadığımız anlamına gelmez. Bu imkansız olurdu! Genç evlatlarımızla ilgili duyduğumuz sevgiyi sürdürebildiğimiz sürece, o diğer anlar, onlar sadece anlar olarak kalır. ♥

TBİAL
REHBERLİK SERVİSİ
ZEYNEP HAZAL KAPLAN