

FIRSAT VE ZORLUKLARIYLA

ERGENLİK

Dr. Fatma BAYRAKTAR KARAHAN
Diyabet İşleri Uzmanı

Yaşamın elbette hep var olan bir aşaması olmakla birlikte tarihin, zamanın ve toplumsal yapıların etkileri ile fark edilen, tanımlanan ve belki de daha doğru ifadesi ile "teşhis edilen" ergenlik...

Tarih boyunca insanın kendini anlama ve tanıma çabası hep oldu. Hayatta kalmayı ve hayatını idame ettirmeyi başarabildiğinde insanoğlu "kim olduğu" sorusu üzerinde daha fazla durdu. Sadece bedeni değil, ruhunun derinlikleri, düşünceleri, düşünme biçimleri, gelişim aşamaları, değişim imkânları da merakla irdelendi ve incelendi. Doğumla başlayıp

ölümle nihayetlenen var oluş sürecini, gelişim aşamalarını anlamak için insan yaşamı tasnif edildi. Bu tasnif çoğu zaman fizyolojik, psikolojik ve hatta toplumsal şartlar dikkate alınarak yapıldı. İnsan ne zaman çocuk, ne zaman genç ve hangi yaşta sonra olgun yahut yaşlıdır? Sorusuna verilecek cevaplar her yaş dönemi için hangi beklentiler oluşturur-



lacağına dair kültürel kodlarla ve zamanın ruhuyla şekillendi.

Hayatta kalmak için çalışmanın zorunlu olduğu dönemlerde çocuklar minyatür yetişkinler gibi algılanarak onlar pek çok görev ve sorumluluk yüklenmiş iken günümüz dünyasında ve modern toplumlarda çocukluk ile yetişkinlik arasında farklı bir tasnifin öne çıktığını görmek mümkün. Yaşamın elbette hep var olan bir aşaması olmakla birlikte tarihin, zamanın ve toplumsal yapıların etkileri ile fark edilen, tanımlanan ve belki de daha doğru ifadesi ile "teşhis edilen" ergenlik...

Yaşamı, yaşayarak öğrenenler...

Olgunlaşma yaşı ve büyüme normları toplumdan topluma ve zamanla değişkenlik gösterirken 12-18 yaş aralığındakiler için kullanılan "ergenlik" kavramı bugün modern toplumların üzerinde çokça durduğu bir konu olarak karşımıza çıkıyor. Geçtiğimiz yüzyılda ve günümüzde bazı toplumlarda hâlâ bu yaş aralığındakiler bir yetişkin kadar sorumluluk üstlenerek "yaşamı yaşayarak öğrenenler" de gelişmiş kabul edilen

toplumlarda "ergenlik" bir geçiş aşaması. Aslında kavram pek çok dilde yetişmek, ulaşmak, ulaştırmak, kararlaştırılan bir iş, yer ve zamanın nihayetine ermek anlamıyla karşımıza çıkmakta insan hayatının devrelerinden olan çocukluk çağıının sona erip, olgunluk çağıının başladığı nokta olarak...

Ergenlik sorun mu?

Yetişkinliğe geçiş ve ulaşma çağı olarak ergenlik döneminin özellikleri öğrenildikçe modern zamanların beklenti ve istekleri, çalkantı ve sarsıntıları ile bu döneme bakış da değişmiş; kaygıların, çatışmaların, sorun ve sıkıntılarının kaynağı görülmeye başlanmıştır. Bunun sonucunda ergenler potansiyel sorunlu algılanmıştır. Davranış Bilimleri Uzmanı Dr. İlhami Fındıkçı bu dönem için: "Ergenlik dönemi bireyin çocukluktan çıktığı ama henüz yetişkin de olmadığı bir ara gelişim, adeta bir geçiş dönemidir. Bir hızlı değişim, dönüşüm ve başkalaşım söz konusudur. Çocuklar hormonları vasıtasıyla yetişkin olmaya başladıkça fiziksel olarak değişime uğrar ve duygusal olarak iniş çıkışlar yaşamaya

başlarlar. Bazen mutlu bazen mutsuz olurlar ve neden böyle hissettiklerini de açıklayamazlar. Ancak bu çağda bulunan bireyler karşılaştıkları tüm sorunları çözerken aynı zamanda bilişsel, sosyal ve duygusal açıdan da olgunlaşırlar. Böylelikle hızla çocukluktan çıkarken giderek bağımsız bir kişilik oluşturur" demektedir. Bu hızlı dönüşüm ve değişkenlik bazı sorunlara sebebiyet verebileceği gibi genç, ailesi ve toplum için büyük fırsat ve imkânlar da taşımaktadır. Şayet bu fırsat ve imkânlar fark edilemez ve değerlendirilemez ise gelecek yaşamın akışını değiştirebilecek çok önemli bir geçiş dönemi olan ergenlik yerini bir kargaşaya bırakabilir. Bu sebeple ergenlik döneminin önemi ve imkânları üzerine kafa yormak, ergenlik üzerine şikâyetlerde bulunmaktan daha anlamlı ve faydalı olacaktır.

Çatışmaya kurban edilmeyecek çağ

Bugün pek çok çocuk ve aile ergenliğe dair olumsuz bir ön kabule sahiptir. Bu dönemin sorunlu geçeceği, ebeveyn ile ergen arasında kaçınılmaz ola-



rak sorunların yaşanacağına dair bu kabuller durumu çoğu zaman daha da zorlaştırmaktadır. Oysa çatışmalar, sadece dönemsel özelliklerden değil sıklıkla iletişim sorunlarından kaynaklanabilmektedir. Bir diğer ifadeyle ortaya çıkan sorunlar tek taraflı ve tek yönlü değildir. Anne babanın ergenlik dönemindeki çocuğunun farklılaşmasını dikkate alarak kuracağı ve geliştireceği yeni iletişim biçimi bu noktada değer kazanacaktır. Doç. Dr. Ahmet Onay, ergenin bu dönemdeki etkileşim ve iletişim açısından en önemli unsurun yakın arkadaş çevresi olduğunu, kendisi ile benzer duyguları yaşayan arkadaşlarıyla şüphelerini paylaştığı, bu konularla ilgili ulaştı-

ğı kanaatlerin de çoğu zaman arkadaşları ile aynı olduğunu, ifade etmektedir. Onay: "Bu sebeple ergenin her türlü tavır ve davranışı iç dünyasının bir yansıması ve ileriye dönük şekillenmekte olan kişiliğinin bir göstergesi olarak anlaşılmalıdır. Okul ve aile de hem bilgi hem ortam olarak gencin gelişimini destekleyici fonksiyon icra etmelidir" demektedir.

Gencin hızlı gelişiminin desteklenmesi ve bu çok değerli dönemi dolu dolu geçirebilmesi için ergenlik doğru anlaşılmalıdır. Beynin olgunlaşması ile soyut ve analitik düşünmeye başlayan genç meselelere olasılıklı bakabilmektedir. Bu, onları çocukluk döneminden ayıran temel farktır. Diğer yan-

Ergenin bakışlarını kendisine çevirdiği ve her şeye şüphe ile yaklaştığı bu dönemde, din ve ahlaki değerler de ergen tarafından sorgulanabilecektir. Bu sorgulama ve eleştirme süreci doğru dini bilgiye ulaşmak, taklit üzere değil tahkik üzere iman etmek ve sağlam bir ahlaki duruşa sahip olmak için bir fırsat olarak görülmelidir.



dan olayların farklı yönlerini görebilmekte ve artık bilgiyi soyut olarak üretebilmektedirler. Gelişen bu yönleri ile ergenler, tartışmaya katılmaktan, farklı olasılıkları içeren sorular sormaktan hoşlanırlar; toplumun yapısıyla, felsefesiyle, politikasıyla da eleştirel bir bakışla ilgilenebilirler. Ancak ergenin bütün bu yönlerini açığa çıkaracak bir çevrenin olması da gereklidir. Bu çevreyi oluşturacak olan hiç şüphesiz öncelikli olarak ailesidir.

Ergen ailesi olmak

Ergenlik döneminde çocuğu olan ebeveynlerin onlarla sağlıklı bir iletişim kurmaları önemli olan hususlardandır. Psikolojik danışman Dr. İlhami Fındıkçı, sağlıklı iletişim kurabilmek için

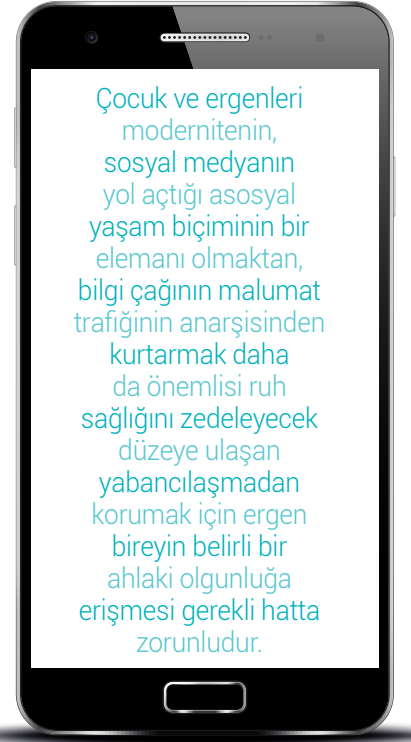
şunları söylemektedir: "Ergenlerle sağlıklı bir iletişim kurmak sanıldığı kadar zor değildir; yalnız bazı beceriler gerektirir. Yetişkinler bu becerileri edindiklerinde, rahat bir iletişim süreci oluşturabilirler. Ergenlerle sağlıklı bir iletişim, onu bir birey olarak kabul etmeyi ve temel iletişim becerisi olan dinleme becerisine sahip olmalarıdır. İletişimde dikkat edilmesi gereken önemli noktalardan bir diğeri de yetişkinlerin, meseleleri, çocuğu-ergeni karşlarına değil, yanlarına alarak değerlendirmeleridir. Bir başka deyişle ergenle inatlaşmaya girmeden; ona üstünlük sağlamaya, galip gelmeye çalışmadan; önce onun bir birey olarak benimsemesi ve görüşlerine değer

verilmesi gereklidir." Hiç şüphesiz bu yaklaşım ergenin artık yetişkin dünyasıyla iletişime girebilecek düzeyde hazır bir muhatap olarak kabul edilmesi anlamına da gelecektir. Muhatap alınan ve bu yeni nitelikleri ile sorumluluklar da yüklenebilecek ergen hızlı değişimin onda oluşturduğu iç çatışmalar ile de daha kolay başa çıkabilecektir. Yapılan araştırmalar da ergenin sorumluluk bilinci taşımasının ruh sağlığını olumlu yönde etkilediği ve böylelikle daha az sorun yaşadığını göstermektedir. Sorumluluklar, kendisine güvenildiğini, ciddiye alındığını da ergene göstermeleri bakımından önemlidir. Ancak unutulmamalıdır ki, çocukluk döneminde kendisine

hiçbir görev ve sorumluluk verilmemiş bir ergen bu dönemde böylesi bir yükü kabullemeyecektir. Çünkü ergenlik dönemi çocukluk döneminden tamamen bağımsız değildir. Nasıl bir çocukluk geçirildi ise ergenlik dönemini de bundan etkilenecektir. Doç. Dr. Ahmet Onay: "Ergenlik döneminin en önemli destekçisi çocukluk döneminde aldığı sahil, dengeli ve sağıklı din eğitimidir." demektedir. Onay, çocukluk döneminin ergenliğe etkisi yanında din eğitiminin önemine de işaret etmektedir.

Davranış bilimleri uzmanı Dr. İlhami Fındıkçı da ahlaki duyarlılık ve inancın etkisine şöyle işaret etmektedir: "Batı toplumlarındaki akademik çalışmaların son dönemlerde giderek daha fazla öne çıkardıkları yegâne gerçek, ergenlerin ahlaki olgunluk düzeyleridir. Evet, çocuk ve ergenleri modernitenin, sosyal medyanın yol açtığı asosyal yaşam biçiminin bir elemanı olmaktan, bilgi çağının malumat trafiğinin anarşisinden kurtarmak daha da önemlisi ruh sağılığını zedeleyecek düzeye ulaşan yabancılaşmadan korumak için ergen bireyin belirli bir ahlaki olgunluğa erişmesi gerekli hatta zorunludur. Ahlaki olgunluğu sağılayacak olan bireyin belirli bir inanç sistemine sahip olması ve böylece doğumu, hayatı, ölümü kendi algı düzeyine indirgeyebilmesi ve yaşamın bu hakikatleri ile baş edebilmesidir. Her inanç sisteminin özellikle kutsal ki-

taba dayalı dinlerin, insanın kendi gerçeğine aşına olabilmesine yönelik kaide ve kuralları vardır. Şu hâlde ergenlik dönemindeki dalgalı geçişin en kolay ve sıkıntısız aşılabilmesinde bireyin belirli bir ahlaki olgunluğa ulaşması, dini duyarlılığa sahip olması çok ama çok önemlidir." Özellikle kimlik oluşturmaya çalışılan bu dönemde ahlaki ilke ve değerlerin; kimliğin en üst aidiyeti olan dinin etkisi tartışılmazdır. Ahlaki ilkeler ve din bu sürecin olumlu ilerlemesine yardımcı olmakla birlikte ergenin zihin dünyasında dinin ve ahlaki ilkelerin sağıklı olarak yer alabilmesi için özel dikkat de gereklidir. Çünkü ergenin bakışlarını kendisine çevirdiği ve her şeye şüphe ile yaklaştığı bu dönemde, din ve ahlaki değerler de ergen tarafından sorgulanabilecektir. Bu sorgulama ve eleştirme süreci doğru dini bilgiye ulaşmak, taklit üzere değil tahkik üzere iman etmek ve sağılam bir ahlaki duruşa sahip olmak için bir fırsat olarak görülmelidir. Bu durumu fırsata dönüştürebilecek, doğru yaklaşımda bulunacak olan ailelerdir. Onay, ailelerin yaklaşımının nasıl olması gerektiğini şu sözlerle ifade etmektedir: "Anne ve babaların ergenlik dönemindeki evladiyla, din ve değerler konusunda hem iyi bir şekilde konuşabilmesi hem de onu dikkatle izleyip değerlendirebilmesi gerekir. Onlar bunu yaparken panik ve telaşa kapılmadan soğukkanlılıkla ergenlik döneminde



bulunduğunun farkında olarak evladının yaşadığı şüphe, endişe vb. duyguları anlamaya, onu doğru bilgilendirmeye ve her konuda onun destekçisi olduğunu hissettirmeye özen göstermelidir. Abartılı, baskıcı ve tek yönlü davranmamaya ve öyle anlaşılmanmaya da dikkat ederek, bu dönemde din ve değerler konusunda ergenin yaşadığı şüpheleri, endişeleri ve çelişkileri rahatlıkla konuşabileceği sağılam ve sahil bilgi kaynaklarına yönlendirilmesi hem anne babanın hem de ergen gencin işini kolaylaştıracaktır. Bu aynı zamanda genç insanın sağılam ve sağıklı bir dini şuura sahip olarak hayatını devam ettirmesinin de bir teminatı olacaktır." Hiç şüphe yok ki yüce Allah'ın emaneti ve geleceğimizin teminatı çocuklarımız bütün bu dikkatli ve incelikli yaklaşımı her şeyden daha fazla hak etmektedir.

Ailelerin yaklaşımı nasıl olmalıdır ?

“Anne ve babaların ergenlik dönemindeki evladıyla, din ve değerler konusunda hem iyi bir şekilde konuşabilmesi hem de onu dikkatle izleyip değerlendirebilmesi gerekir. Onlar bunu yaparken panik ve telaşa kapılmadan soğukkanlılıkla ergenlik döneminde bulunduğu farkında olarak evladının yaşadığı şüphe, endişe vb. duyguları anlamaya, onu doğru bilgilendirmeye ve her konuda onun destekçisi olduğunu hissettirmeye özen göstermelidir. Abartılı, baskıcı ve tek yönlü davranmamaya ve öyle anlaşılmasına da dikkat ederek, bu dönemde din ve değerler konusunda ergenin yaşadığı şüpheleri, endişeleri ve çelişkileri rahatlıkla konuşabileceği sağlam ve sağih bilgi kaynaklarına yönlendirilmesi hem anne babanın hem de ergen gencin işini kolaylaştıracaktır. Bu aynı zamanda genç insanın sağlam ve sağlıklı bir dini şuuruna sahip olarak hayatını devam ettirmesinin de bir teminatı olacaktır.” Hiç şüphe yok ki yüce Allah'ın emaneti ve geleceğimizin teminatı çocuklarımız bütün bu dikkatli ve incelikli yaklaşımı her şeyden daha fazla hak etmektedir.

