



Rehberlik Postası

Eğitim: Eyüboğlu

Kimlik Gelişimi

Değerli Anne Babalar,

Kimlik gelişimi doğumdan ölüme kadar devam eden dinamik bir süreçtir. Bu süreç yaşam boyu süren bir gelişim olmasına karşın en önemli dönüm noktası "**Ergenlik Dönemi**"dir. Gençin bu dönemi sağlıklı bir şekilde atlatabilmesi için uygun bir çevre ve sağlıklı bir aile ortamına sahip olması gerekir. Çocuğunuzun yaşamındaki bu önemli süreçte ona rehber olacak en önemli kişilerin siz anne babalar olduğuna inanıyoruz.

Kimlik gelişimini ele aldığımız bu ay ki bültenimizin sizlere yararlı olması dileklerimizle...

Eyüboğlu Eğitim Kurumları **Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi**

Çocuklara Dair

Çocuklarınız sizin çocuklarınız değil,
Onlar kendi yolunu izleyen Hayat'ın oğulları ve kızları.
Sizin aracılığınızla geldiler ama sizden gelmediler
Ve sizinle birlikte olsalar da sizin değiller.
Onlara sevginizi verebilirsiniz, düşüncelerinizi değil.
Çünkü onların da kendi düşünceleri vardır.
Bedenlerini tutabilirsiniz, ruhlarını değil.
Çünkü ruhlar yarındadır,
Siz ise yarını düşlerinizde bile göremezsiniz.
Siz onlar gibi olmaya çalışabilirsiniz ama sakın onları
Kendiniz gibi olmaya zorlamayın.
Çünkü hayat geriye dönmez, dünle de bir alışverişi yoktur.
Siz yaysınız, çocuklarınız ise sizden çok ilerilere atılmış oklar.
Okçu, sonsuzluk yolundaki hedefi görür
Ve o yüce gücü ile yayı eğerek okun uzaklara uçmasını sağlar.
Okçunun önünde kıvançla eğilin
Çünkü okçu, uzaklara giden oku sevdiği kadar
Başını dimdik tutarak kalan yayı da sever.

Halil Cibran

Ergenlik Dönemi ve Kimlik Gelişimi

İnsanın yaşamında değişimlerin hızlı ve yoğun olarak yaşandığı ergenlik döneminin en temel problemlerinden biri kimlik gelişimidir. Bir başka deyişle ergenin başlıca görevi kendine ait bir kimlik oluşturmaktır. Erikson'a göre kimlik gelişimi ergenlikle birlikte başlayan ve biten bir süreç değildir. Kimlik gelişimi doğumdan ölüme kadar devam eden bir süreçtir.

Birey, tüm yaşamı boyunca gelişir ve değişir. Ancak ergenlik döneminde bu gelişim ve değişim daha çok kimlik gelişimi üzerinde yoğunlaşır. Ergenin bedensel, psikolojik ve bilişsel düzeydeki gelişiminin yaratmış olduğu değişiklikler çocukluk dönemine ait kimliği tarafından kolaylıkla kabullenilmez ve ergeni değişime zorlar. Bununla birlikte ergenin yetişkin dünyasına girebilmek için iş, evlilik, ideoloji, eğitim gibi konularda önemli kararlar alma zorunluluğu ve toplumun beklentileri, onun bu konu üzerinde çok daha fazla yoğunlaşmasını gerekli kılar.

Erikson'a göre kimlik krizi (bunalımı) bu dönemin önemli bir parçasıdır. Ergen, uygun bir kimlik arayışı sürecinde özdeşim kurduğu çeşitli rolleri deneyerek, "**gerçek ben**"i bulabilmek için bir rolden diğerine geçer. Bu gidiş-geliş, roller arasında arayış ve keşif süreci hem bilinçli hem de bilinç dışı gerçekleşen bir kimlik bulma mücadelesidir.

Ergenin kimliğiyle ilgili keşif süreci hayli zordur. Genç, kimlik arayışı içerisinde kendisini sürekli tartar, değerlendirir ve eleştirir. Bu süreçte kendisi için en uygun benliği kazanmaya çalışır. Böylece, kimlik bunalımı ortaya çıkar. Kimlik bunalımı, gencin kendisi için uygun kimliği edinme sürecinde kaçınılmaz olarak yaşaması gereken bir durumdur.

"Ben kimim?"

Bu dönem her gencin kendi kimliğini kazanmak için değişik yoğunlukta yaşadığı bir süreçtir (Kimisinde sessiz sedasız, kimisinde çok daha fırtınalı geçebilir). Bu zor süreçte ergeni desteklemek için çevresindeki yetişkinlerin (anne, baba, öğretmen) onu yetişkin olarak kabul edip buna uygun biçimde davranması, ona doğru rol model olması son derece önemlidir. Ergenin sağlıklı bir şekilde kimliğini kazanabilmesi için çevresinde uygun özdeşimler kurabileceği ve destek alabileceği yetişkinlere ihtiyaç vardır.

Bu dönemin en belirgin tehlikesi; kimlik kazanımına karşı, kimlik karmaşasının yaşanmasıdır. Kimlik karmaşası, gencin kimlik bunalımının yarattığı zorlanmayı ve stresi kaldıramayarak kim olduğuna ve ne yapmak istediğine karar verememesi durumunda ortaya çıkar. Kimlik gelişiminin - yaşam boyu süren bir gelişim olmasına karşın- en önemli dönüm noktası "**Ergenlik Dönemi**"dir. Gencin bu dönemi sağlıklı bir şekilde atlatabilmesi için uygun bir çevre ve sağlıklı bir aile ortamına sahip olması gerekir. Ergenin kimlik edinme sürecinde temel problemi olan "**Ben kimim?**" sorusuna cevap bulabilmesi için çevresinde uygun özdeşimler kurabileceği, kendisini anlayışla ve sabırla dinleyip yönlendirecek, örnek alabileceği yetişkinlerin olması önemlidir.

Gencin etkilenmeye, yönlendirilmeye çok açık olduğu bu dönemde, ruhsal gelişim sürecinde yaşadığı problemler ve çözüm süreci; özenle, dikkatle, sevgiyle değerlendirilmelidir. "**Ergenlik Dönemi**"nin, gencin kişisel gelişim sürecinde adeta bir kurtuluş dönemi olduğunu hiç unutmadan...

Kaynaklar:

Erik H. Erikson, İnsanın Sekiz Çağı, Birey ve Toplum Yayınları, İstanbul, 1984
Prof. Dr. Haluk Yavuzer, Gençleri Anlamak, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005