

Çocuk ve Ergen Triatletlerde İletişim

Arş. Gör. Hakan GÜLER



Giriş

Sonuç

Kavramsal
Çerçeve





Amaç

İletişimin temel amacı, bireyler veya gruplar arasında **bilgi, düşünce, duygu** ve **anlam**ların paylaşımını sağlamaktır.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE





Genel olarak, **çocukluk dönemi doğumdan ergenliğin** başlangıcına kadar sürer. **Ergenlik ise çocukluktan yetişkinliğe** geçiş dönemidir ve kızlarda genellikle 10-11 yaşlarında, erkeklerde ise 11-12 yaşlarında başlar (Memorial Sağlık Grubu, 2025).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), ergenlik dönemini 10-19 yaş arası olarak tanımlar (Dünya Sağlık Örgütü, 2025).

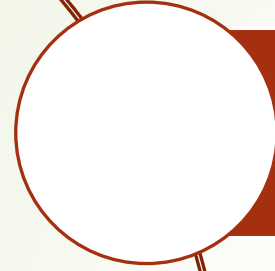
Çocuk ve Ergenler Yetişkinlerin Minyatürü Değildir.

➔ Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde **gelişim** süreçleri açısından önemli aşamalar vardır.

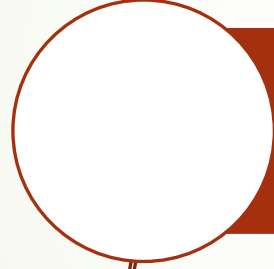
Piaget

Erikson

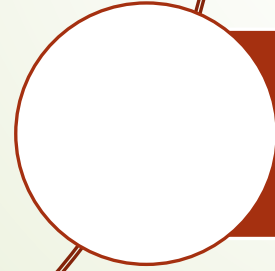
Adler



Fiziksel Gelişim: Refleks hareketler (emme, yakalama), baş kontrolünün sağlanması,



Bilişsel Gelişim: Temel duyuşal deneyimler, yüzlere ve parlak renklere odaklanma,



Duygusal Gelişim: Bağlanma ve güven duygusunun temelleri atılır.

Soyut (Ölüm)

Yaş aralıkları **kültürel, biyolojik** ve **bireysel** farklılıklara bağlı olarak değişiklik gösterebilir.

İLETİŞİM

Sözlü İletişim

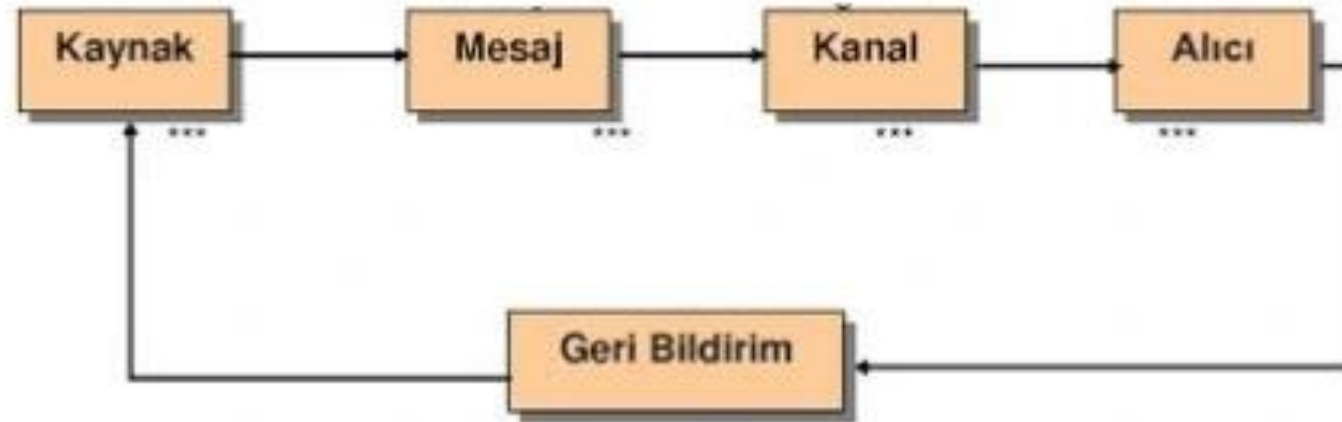
Sözsüz İletişim

Yazılı İletişim



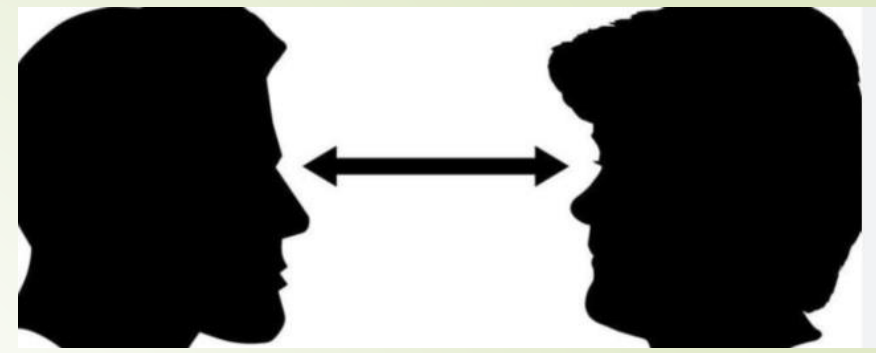
İletişim Süreçleri

İletişim



*** Görülür

Dikkat Edilmesi Gerekenler



Soyut (Kırmak)

- Basit ve Açık Dil Kullan,
- Empati ve Sabır Göster,
- Dinle,
- Pozitif Takviye Kullan,
- Rol Model Ol.

- Saygılı ve Dengeleyici Yaklaş,
- Açık ve Dürüst İletişim Kur,
- Duygusal ve Fiziksel Sınırları Belirle,
- Zamanlama ve Ortam Seçimine Dikkat Et

1. Etkili Bir Beden Dili Kullan

Sonuç

Sonuç olarak, çocuklar ve ergenlerle sağlıklı iletişim, onların gelişimsel ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak empatik, saygılı ve açık bir şekilde kurulan iletişimi gerektirir.

Kaynakça

Adler, A. (2002). *The collected clinical works of Alfred Adler* (Vol. 1). Alfred Adler Institute.

Cücelođlu, D. Dayanışma Bilincinin Temeli: İçimizdeki Biz. Remzi Kitabevi, 35. Basım, İstanbul, 2002.

Dünya Sağlık Örgütü. (2025). *Ergenlik dönemi tanımlamaları*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-health>

Freud, S. (2020). Sigmund Freud. In *Los Pioneros de Psicoanalisis de Ninos* (pp. 1-37). Routledge.

Piaget, J. (1978). *Piaget's theory of intelligence*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Memorial Sağlık Grubu. (2025). *Ergenlik dönemi ve özellikleri*. Memorial. <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/ergenlik-donemi-ve-ozellikleri> (Erişim Tarihi: 15 Ocak 2025)

Eleřtiri, Katkı Veya Önerileriniz Varsa
Alabilirim. Beni dinlediđiniz İçin



Email: hakan.guler@cbu.edu.tr



35hakanguler