

Sosyal Gelişim

Toplumumuzda sürekli değişen ve gelişim gösteren toplumsal değerler içinde ergen, eğitim yaşamında başarılı olmak, ekonomik etkinlik kazanmak, toplumun ve arkadaş çevresinin onayını almak konularında kaygı duymaktadır.



Ergen, toplumda saygınlık (prestij) kazanmaya ve statü sahibi olmaya gereksinim duyar.

Ergenlik döneminde ergenin arkadaşlarıyla geçirdiği zaman artmakta ve arkadaşlarının etkisinde çocukluk döneminde olduğundan daha çok kalmaktadır.

Sosyal gelişme için ergenin akranları ile beraber olmasına ihtiyacı vardır. Ayrıca bir gruba ait olma duygusu da sosyal gelişme için önemli bir duygudur.

Ergen de bir grubun üyesi olmak ister. Bu dönemde birey ait olduğu gruba fazla önem verir, grup normlarına uymak için büyük bir çaba harcar. Bu uyum yalnızca dış görünüş ve davranışları değil, aynı zamanda fikirleri de kapsar. Birey genel olarak grubun benimsemediğini beğenmez, yapmadığını yapmaz.

Grup normlarından ayrılmaktan çekinir; gereksinim ve isteklerine grup standartları doğrultusunda doyum sağlamak amacıyla sürekli girişimlerde bulunur.



Duygusal Gelişim

Ergenin duygusal dünyasında bazı çelişkiler dikkati çeker. Yalnızlıktan duyulan hazzın yanı sıra, bir gruba katılma özlemi, yetişkini hor görme, ama ona dayanma; endişe (anksiyete) ve umutsuzluğa karşı geleceğe coşkuyla yöneliş, bu ergenin belirgin çelişkili duyguları arasında sayılabilir.

Ergenin duygularının yoğunluğunda artış görülür. Ayrıca duygularda istikrarsızlık gözlemlenebilir.

Ergenin aynı olaya bir gün ara ile gösterdiği tepki değişik olabilir. Aşık olma, maucubiyet ve çekingenlik durumları ortaya çıkabilir. Ergenlerde genellikle aşırı hayal kurma, tedirgin ve huzursuz olma gibi durumlara da rastlanabilir. Bunların yanı sıra yalnız kalma isteği, çalışmaya karşı isteksizlik ve çabuk heyecanlanma da ergenlerde var olabilecek durumlardır.



Bilişsel Gelişim

11 yaşından sonra başlayan ve mantıksal düşünmenin yetişkinler düzeyine eriştiği bu döneme "Soyut İşlemler Dönemi" denir.

Ergenler giderek birbirlerini daha iyi anlayabilirler, başkalarının görüş açılarına göre düşünebilirler. Bu durum, olaylar olmadan sonuçlarını kestirme yeteneğini geliştirir. Bir başka deyişle, söylemeden, harekete geçmeden bir şeyi düşünüp tartma süreci, bireyi zihinsel bir tartışmaya yöneltir. Buna, "içselleşmiş düşünce ya da konuşma" denebilir.

Fakat bu ergenin tam anlamıyla bir yetişkin gibi sorumluluk alma, karar verme gibi becerilere sahip olduğu anlamına gelmez. Çünkü beynin karar verme, sorumluluk alma, mantıklı düşünme yerlerinden sorumlu olan prefrontal korteks henüz gelişimini tamamlamamıştır.

ERGENLİK DÖNEMİ GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

Ergenlik Dönemi

Ergenlik dönemi, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir.

Birey bu dönemde hızlı bir gelişim gösterir.

Bu dönem ülkemizde, kızlarda ortalama olarak 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar.

Bedensel Gelişim

Kızlar ergenlik dönemine erkeklerden yaklaşık iki yıl kadar daha erken girer. Boy ve kilo artışı da erkekler ve kızlarda farklılık gösterir. Erkeklerde boy uzaması daha fazla olur. Bu dönemde ağırlıkta da belirgin artış olur. Erkeklerde daha çok kas, kızlarda ise yağ dokusu gelişimi olmaktadır. Bu nedenle ergenlikte aşırı kilo alımı, şişmanlık sık görülen yakınmalardır. Ergenlik çağındaki kız çocuklarda; boy uzar, kilo artar, göğüsler belirginleşir, ağırlıklı olarak cinsel bölgelerde ve koltuk altlarında olmak üzere vücudun diğer bölgelerinde kıllanma olur. Ergenlik dönemindeki erkek çocuklarda ise; boy uzar, kilo artar, kas gücü gelişir. Ağırlıklı olarak cinsel bölgede ve koltuk altlarında olmak üzere bedenin diğer bölgelerinde kıllanma olur, gırtlak gelişir, ses çatallaşır, çatlar ve kalınlaşır, omuzlar gelişir, sakal ve bıyıklar çıkmaya başlar.

Öğretmenlere Öneriler

- Ergen hiçbir zaman başkalarının önünde eleştirilmemeli, davranışları başkalarınınkiyle karşılaştırılmamalıdır
- Öğretmen bu dönemdeki gerginliği azaltan, ergenlik dönemi özellikleri ve sorunlarını bilen, ergenin özel sorunlarına eğilebilen bir birey olmalıdır.
- Okuldaki eğitim, bir yandan ergenin bir grup içinde yapıcı ve kalıcı olmasına yardım ederken, bir yandan da özerk bir kişilik geliştirilmesini desteklemelidir.
- Öğrencilerle empati kurmaya, onların duygularını anlamaya çalışın.
- Öğüt vermekten kaçının, destekleyici bir tutum içinde olun.
- Velileri ergenlik dönemi ve özellikleri hakkında bilgilendirin, yardım alabilecekleri kurumlara yönlendirin.
- Öğrencinin enerjisini işlevsel faaliyetlere yönlendirmesi için ilgi alanlarına dikkat verebilir ve bunlar doğrultusunda yönlendirebilirsiniz.



- Öğrencilerin olumsuz özelliklerinden çok, olumlu özelliklerini vurgulamaya çalışın, eleştirmekten kaçınınız.
- Ergenleri içinde bulunduğu dönem hakkında bilgilendirmek, meraklarını gidermek, ergenlerin bu dönemi daha rahat ve bilinçli bir şekilde geçirmesini sağlayacaktır.
- Onlara kendilerini ifade etmelerini sağlayacak fırsatlar yaratın. Onları dinleyin, dinlediğinizi belli edin.
- Bu yaş grubundaki öğrencilerin beyin gelişimi henüz tamamlanmadığından dürtüsel davranışlar gösterebilirler. Bunları sizi öfkelenmek için kasıtlı olarak yapmazlar.



- Bedensel, duygusal ve bilişsel değişime uyum sağlamaya çalışan öğrenci için sınavlar da kaygı verici bir durum haline gelebilir.
- Bu durumlarda öğrenciyi anlayan ve destek bulmasını kolaylaştıran bir noktadan yaklaşmak faydalı olabilir.



- Öğrenciler bu dönemde yaşadıkları sorunlarla nasıl baş edecekleri bulmakta zorlanabilirler. Problemler onlar için olduğundan çok daha büyük görünebilir.
- Öğrenci ile işbirliğine girmek ve aynı takımda olduğunuz mesajını vermek iletişiminizi ve ilişkinizi güçlendirecektir.
- Çabalamanıza rağmen bazı problemleri anlamakta ve çözmekte zorlanıyorsanız okul psikolojik danışmanından yardım alabilirsiniz.

ALİ NAZIM KÖSEOĞLU
ORTAOKULU REHBERLİK
SERVİSİ