



FİZİKSEL GELİŞİM

Ergenlik döneminin başlangıç yıllarında, yoğun bir fiziksel gelişim yaşanır. Ergenliğin bu ilk yıllarına "erinlik" adı verilir. Erinlik yıllarında çocuklar çok hızlı bir bedensel büyüme gerçekleştirir. Belirgin bir şekilde boy uzunluğu ve ağırlıktaki artışlar, vücudun çeşitli bölgelerinde tüylenmeler, üreme organlarında gelişmeler erinlikte karşılaşılan bazı değişimler olarak gözlenebilir.



ERGENLİK DÖNEMİ

Çocukluk ile erişkinlik arasında geçen dönemdir.

Ergenlik dönemi 11-12 yaşlarında başlayıp 20'li yıllara kadar süren hızlı bedensel, ruhsal, sosyal değişiklikleri içeren dönemin genel adıdır.



Erken (ilk), Orta ve İleri (geç) Ergenlik
Erken ergenlik 10-13 yaş
Orta ergenlik 14-18 yaş
İleri ergenlik 19-22 yaş

Kızlar erkeklere oranla 1-2 yıl önce ergenliğe girer ve 1-2 yıl önce tamamlar.

Ergenlik döneminin belirtileri kişiden kişiye farklılık gösterir.

ERGENLİK DÖNEMİ VE ÖZELLİKLERİ



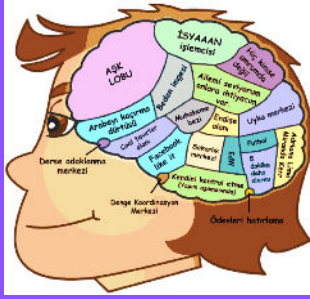
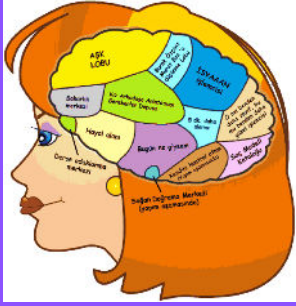
"Ergen cami duvarını görünce ağlar, Konya kaşığı görünce oynar; endişe etme, seyret."

ŞEHİT TAYFUN ÖZKÖSE
ORTAOKULU

BİLİŞSEL VE DUYGUSAL GELİŞİM

İleri düzeyde düşünme yeteneği geliştirme

Soyut düşünme yeteneği geliştirme (inanç, güven, maneviyat gibi gözle görülmeyen şeylerin düşünülmesi)



Duygulardaki ani değişimler

Aşık olma

Mahcubiyet ve çekingenlik

Aşırı hayal kurma

Tedirgin ve huzursuz olma

Yalnız kalma isteği

Çabuk heyecanlanma

Çalışmaya karşı isteksizlik



Ergen, bağımsızlık kazanmak için çıktığı yolculukta, güvenli bir liman arayışı içerisinde gemisinin yelkenini sağlam tutmaya çalışan 'Acemi Kaptan' gibi de adlandırılabilir.



ERGENİN AİLE İLE İLETİŞİMİ

Ergen çocuğu olan anne baba kendi alışkanlıklarını çocuğa yüklemeye çalıştıkça çocuğu ile çatışır ve onun kendi tarzını edinmesine engel olur.

Ergen çocuğu ile uyum içinde olmak isteyen bir anne baba çocuğuyla çok konuşmak yerine, onun çokça konuşmalarını dinlemelidir.

Agresif ergeni ilaç değil, sakin duran ebeveyn iyileştirir.

Şehit Tayfun Özköse Ortaokulu
Rehberlik Servisi

Merve DİNÇER

SOSYAL DEĞİŞİM VE GELİŞİM

Yeni sosyal çevrelere girme

İletişime girmede çekinme

Daha fazla arkadaş edinme isteği

Popüler olma isteği

Toplumsal konularla ilgilenme

Utangaçlık, çekingenlik ve kendine güvensizlik

Karşı cinse ilgide artma

Kendinde ve başkalarında fiziksel görünüme önem verme

Duygularda hızlı değişim

Normal olmama ve beğenilmeme endişesi taşıma



"Ergenin en büyük ihtiyacı aidiyet içinde özgürlüktür."