

**T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

AİLE VE TÜKETİCİ HİZMETLERİ

**GENÇLİK DÖNEMİ
761CBG057**

Ankara, 2011

- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR	ii
GİRİŞ	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1	3
1. ERGENLİK DÖNEMİ	3
1.1. Tanımı	3
1.2. Ergenlik Süreci	5
1.2.1. Ön Ergenlik	5
1.2.2. Orta Ergenlik	6
1.2.3. Gençlik	6
1.3. Ergenlik Sürecini Etkileyen Faktörler	7
1.3.1. Hormonlar	7
1.3.2. İklim ve Coğrafi Koşullar	7
1.3.3. Kalıtım	8
1.3.4. Cinsiyet	8
1.3.5. Beslenme	8
1.3.6. Kronik Hastalıklar	9
1.3.7. Gebeliğe İlişkin Faktörler	9
UYGULAMA FAALİYETİ	10
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	11
ÖĞRENME FAALİYETİ-2	15
2. ERGENLİK ÇAĞI GELİŞİM ÖZELLİKLERİ	15
2.1. Ergenlikte Fiziksel Gelişim	15
2.2. Ergenlikte Bilişsel Gelişim	17
2.3. Ergenlikte Duygusal Gelişim	17
2.4. Ergenlikte Sosyal Gelişim	20
2.5. Ergenlikte Ahlâk Gelişimi	21
2.6. Ergenlikte Cinsel Gelişim	22
2.7. Ergenlik Dönemindeki Kimlik Gelişimi	23
2.8. Ergenlik Döneminin Başlıca Sorunları	24
UYGULAMA FAALİYETİ	26
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	27
MODÜL DEĞERLENDİRME	31
CEVAP ANAHTARLARI	34
ÖNERİLEN KAYNAKLAR	36
KAYNAKÇA	37

AÇIKLAMALAR

KOD	761CBG057
ALAN	Aile ve Tüketici Hizmetleri
DAL/MESLEK	Sosyal Destek Hizmetleri
MODÜLÜN ADI	Gençlik Dönemi
MODÜLÜN TANIMI	Ergenlik dönemi, bu dönemi etkileyen faktörler, gençlik çağının gelişim özellikleri ve bu süreçte yaşanan değişikliklere kolay adapte olma konularının anlatıldığı öğrenme materyalidir.
SÜRE	40 / 24
ÖN KOŞUL	
YETERLİK	Gençlik çağı gelişim özelliklerini takip etmek
MODÜLÜN AMACI	Genel Amaç Ergenlik döneminin özelliklerini dikkate alarak gençlerin gelişimini gözleyebileceksiniz. Amaçlar <ol style="list-style-type: none">1. Ergenlik dönemi özelliklerini gözlemleyebileceksiniz.2. Gençlik çağı gelişim özelliklerini gözlemleyebileceksiniz.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Ortam: Sınıf ve atölye ortamı Donanım: Kaynak kitaplar, bilgisayar, fotoğraflar, afiş, broşür, dergiler, uyarıcı pano, duyuru panosu, uyarıcı resimler, teyp, konuya yönelik bilgi CD, VCD, tahta, kalem
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	Modül içinde yer alan her öğrenme faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendireceksiniz. Öğretmen modül sonunda ölçme aracı (çoktan seçmeli test, doğru-yanlış testi, boşluk doldurma vb.) kullanarak modül uygulamaları ile kazandığınız bilgi ve becerileri ölçerek sizi değerlendirecektir.

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Gençlik, insan yaşamının çocukluk ve yetişkinlik arasında kalan kısmıdır. Bu dönem, öteden beri insan yaşamının en ilgi çekici dönemi olmuştur. Başlangıcı ve bitişi her bireye göre değişen bu dönemde önemli fiziksel, ruhsal ve toplumsal olaylara uyumda değişiklikler gerçekleşir. Bu dönemin kendine özgü önemli kimi özelliklerini ele almamız gençliğin gösterdiği kimi ortak tepkileri ve tutumları anlamamız için gereklidir.

Gençlik döneminin en önemli özelliğinin hızlı bir değişim ve büyüme olduğu konusunda bir fikir birliği bulunmaktadır. Bu büyüme ve değişim, cinsiyetler ve bunun da ötesinde bireyler arasında büyük farklılıklar gösterir.

Gençlik dönemindeki değişikliklerin sonucunda genç, toplumun ondan beklediği kimi özellikleri kazanır. Toplumsal alanda beklenen değişiklikler, kültürlere göre farklılaşsa da fiziksel ve cinsel olgunlaşmayı sağlayan değişiklikler evrenseldir. Hangi kültürde yaşıyor olursa olsun genç, bir biçimde ana-babasından bağımsızlaşabilmeli, cinsel olgunlaşmasına uyum sağlamalı, yetişkinlerle ve yaşlılarıyla düzgün ilişkiler kurabilmeli, bir iş ve meslek için kendini hazırlamaya başlamalı, bir hayat felsefesi geliştirmeli ve yaşamına yön veren değerleri olmalıdır.

Modül sonunda ergenlik dönemi, ergenlik sürecini etkileyen faktörler ve ergenlik döneminin gelişim alanlarına göre gösterdiği özellikler hakkında bilgi sahip olacaksınız.

ÖĞRENME FAALİYETİ-1

AMAÇ

Ergenlik döneminin özelliklerini gözlemleyebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Ergenlik döneminin tanımı ve ergenlik döneminin bölümleri ile ilgili araştırma yapınız.
- Ergenlik sürecini etkileyen faktörler ile ilgili araştırma yapınız.

1. ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik döneminde meydana gelen değişiklikler kaçınılmaz bir süreçtir. Ergenlik bir başkalaşım ve dönüşüm dönemidir.

1.1. Tanımı

Ergenlik dönemi içinde iki dönem vardır. Bunlar 10–18 yaşları ergenlik dönemi, 15–24 yaşları ise gençlik dönemidir. Fiziksel, sosyal ve psikolojik olgunluğa erişmenin tamamlanması olarak tanımlanabilir. İnsan yaşamının en güzel, en güçlü ve en umutlu dönemi olurken aynı zamanda birer kriz ya da bunalım dönemi de olabilir. Aslında her değişim bir durumdan ötekine geçiş ile eski alışkanlıklardan sıyrılıp yeni koşullara uyma zorunluluğu getirdiğinden kendine göre bir zorluk taşımakta, dolayısıyla bir kriz ya da bunalım dönemi olarak adlandırılabilir. Gençlik dönemi ve ergenlik dönemi birbiri içinde yer aldığından ergenlik dönemini tanıyarak işe başlanmalıdır.

Ergenlik büyümek, olgunlaşmak anlamında bir durumu değil, bir süreci belirtmektedir. Günümüzde bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli bir gelişme evresi olarak da tanımlanabilmektedir. Ergenlik çağı kişinin benliğini arama, geleceğe dönük kararlar verme ve seçimler yapma dönemidir.

Ergen, ne çocuk ne de yetişkindir. Kimliğini belirlemeye çalışan bir bireydir. Nasıl kozadan çıkan tırtıl, ne kozadaki biçimine ne de kelebeğe benziyorsa aynı biçimde ergen de ne erişkin ne de çocuktur. Sadece kimliğini belirleme savaşı içinde olan bireydir.

Ergenlik dönemi, çocukluğun sonu ile ergenliğin başlangıcı arasındaki 10–18 yaş dönemini kapsar. Aynı zamanda ergenlik biyolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı geçiş dönemidir.

Bilim adamlarının bu dönem için tanımlamaları kısaca aşağıdaki gibidir.

- Erikson bu dönemde ergenin kimlik arayışı içinde olduğunu ve farklı rol ve davranışları deneyerek kendisi için bir kimlik oluşturmaya çalıştığını belirtmektedir.
- Freud (1925, 1953) ikinci ödipal dönem, eşcinsel eğilimler, heteroseksüel bağlılıklar vardır.
- Gessel (1936) olumsuzluk, içedönüklük ve isyankârlık vardır.
- Hall (1916) fırtına, stres ve yeniden doğuştur.
- Krob (1944, 1951) ve Remplein (1956) ego deneyimleri ve yeni benlik kavramı oluşmasının izlediği ikinci olumsuzluk dönemidir.
- İnhelder ve Piaget (1958) somut düşünceden soyut düşünceye geçiştir.
- Sullivan (1953) erinlik ve ilk ergenlik gibi kavramlar kullanmışlardır.

Ergenlik dönemi toplumdan topluma, devirden devire, kişiden kişiye, farklı özellikler gösterir. Aynı toplumun çeşitli kesimlerinde bile bu farklılıklar söz konusudur.



Resim 1.1: Ergenlik ve farklı özellikler

Zamanı farklı olsa da her birey ergenliği yaşar. Ergenliği; insanın içinde fırtınaların koptuğu, sosyal, psikolojik, fiziksel değişimlerin bir arada yaşandığı, çocuklukla erişkinlik arasında yer alan, hızlı bir büyüme, gelişme ve olgunlaşmanın olduğu gelecekteki yaşamı belirleyen dönem olarak tanımlanabilir.

1.2. Ergenlik Süreci

Ergenlik yaşı kaynaklarda farklı şekillerde alınmakla birlikte daha çok 12–18 yaş olarak kabul görmektedir. Bununla birlikte ergenliğin yaş sınırları oldukça geniş tutulmaya çalışılmıştır. Bunun sebebi bireysel ayrılıklardır. Sağlık ve bedensel yönden koşullar iyileştikçe ergenlik dönemi daha küçük yaşlarda ortaya çıkmaktadır. Erkeklerde çocukluk dönemi, psikologlara göre kızlardan daha uzun sürer.

- Gecikmiş ergenlik nedenleri
 - Büyüme hormonu eksikliği
 - Beslenme yetersizliği
 - Aşırı fiziksel yorgunluk
 - Şeker hastalığı
 - Hipotirodi (tiroid hormonu eksikliği)
 - Uzun süren böbrek, kalp ve akciğer hastalıkları
 - Ailesel hastalıklar
 - Beyin tümörleri
 - Kafa travmaları
 - İlaçlar (kolşisin)
- Erken ergenlik nedenleri
 - Beyin tümörleri
 - Beyin apse, kist ve enfeksiyonları
 - Kızlarda yumurtalık kist ve tümörleri
 - Böbrek üstü bezi tümörleri
 - Hipotirodi (tiroid hormonu eksikliği)
 - Tedavi amacıyla kullanılan seks hormonları

Ergenlik dönemi; ön ergenlik (puberte dönemi) yaklaşık 10–15 yaş, ergenlik (orta ergenlik dönemi) yaklaşık 15–17 yaş, gençlik (son dönem) 18 ile kimliğini buluncaya kadar geçen dönem olmak üzere üç bölümde incelenebilir.

1.2.1. Ön Ergenlik

Ergenlik yaşının başlangıcı ile ilgili kesin bir yaş sınırlaması olmamakla beraber kızlarda 9–13, erkeklerde 14–15 yaşlarını kapsamaktadır. Ön ergenlik (puberte) döneminde ergende ilgi bedenine dönüktür. Yabancılaşma hisseder. Ergende bu dönemde sinirlilik ve nedensiz ağlamalar gibi olumsuz tepkiler görülür. Bedenindeki değişime uyum sağlamada ve psikososyal dürtü ve cinsel gelişimin getirdiği içsel çatışmalarla başa çıkmada çelişkili duygular yaşayabilir.

Bu dönemde cinsel ve fiziksel büyüme çok hızlıdır. Değişime uyum sağlamakta zorlanan ergen, şaşkınlık ve endişe hisseder. Çevreye ani çıkışları olur ve çevrenin de kendisini anlayamadığını, sevilmediğini düşünür. Dış görünüşüne kimi çok önem verirken

bir grubu da bedenindeki değişikliğin fark edilmemesi için hırpani kıyafetler ya da koyu renkli kıyafetler tercih eder.

1.2.2. Orta Ergenlik

Orta ergenlik de denilen ergenlik dönemi 15–17 yaş dönemini kapsar. Bu dönemde ergenin aileden bağımsız olma ya da olmama gibi çelişkili duyguları artar. Yani ergen hem anne-babadan uzaklaşma çabasındadır hem de onların sevgi ve ilgilerine ihtiyaç duymaktadır. Yalnızlık ve güçsüzlük hissedebilir. Anne ve baba yetkisini zayıflatma ve onlara karşı çıkma davranışları gösterebilir. Aile dışında yani sevgi kaynakları arar, arkadaşlık ve grupla özdeşleşme ve onları örnek alma önem kazanır. Bilişsel gelişim hızlıdır. Kendine ve başkalarına karşı eleştirel düşünce geliştirir. Çalışma zorunluluğu duyma ve zevk alma arasında kararsızlık, sebatsızlık ve düzensizlik olabilir.

Tepkisel davranışın yerini, üzerinde düşünölmüş davranış ve tutumlar alır. Karşı cinse ilginin başladığı bu dönemde cinsel kimliğine bağlı roller de edinilir. Özgür olma isteği ve arkadaşlarına verdiği önem artar. Yetişkinleri model alma başlar. Taklitte sigara, alkol gibi olumsuz maddelerin kullanımı daha çok görülür. Bu dönemde “Ben kimim?” sorusunun cevapları aranır.



Resim 1.2: Yalnızlık ve güçsüzlük

Bu dönemde bireyin yakın çevresinde bulunan kişilerin doğru model olmaları ve bireyin bu dönemsel özelliklerine uygun davranmaları, yanlış arkadaş ve alışkanlıklar edinmesini önlemeleri birincil amaç olmalıdır.

1.2.3. Gençlik

Gençlik dönemi fiziksel, ruhsal ve duygusal olarak bir değişim dönemidir. Bu dönem fırtınalar dönemi olarak adlandırılır. Genç, kendi kendini tanımaya çalışırken bir taraftan da sosyal olarak topluma kendini kabul ettirme çabaları içindedir. Bu dönemde genç kendini dünyanın merkezinde görür. Son derece fedakârdır. Hiçbir şeyi düşünmeden kendini feda edebilir. Yalnızlığı seçer. Hem de büyük bir fedakârlıkla kendini toplumsal uğraşılara verip uyum sağlamaya çalışır. Bir lidere körü körüne inanabilir ya da otoriteye başkaldırabilir. İlişkilerinde çok maddecidir bazen de kendini yüksek idealizmler içinde sunar. İlişkilerinde bazen acımasız ve kabadır bazen de merhametli ve duygusaldır. Genç bu dönemde tüm ilişki ve tutumlarında aşırı şekilde gidip gelen bir yapı içinde tanımlanır. Bu yapı, gençlik döneminin temel özelliğidir.

Gençlik dönemi, olumlu durum ve davranışlarla olumsuzlukların birlikte yaşandığı bir dönemdir. İlk hayal kırıklıkları bu dönemde yaşanır. Kendi içinde bulamadığı düzen ve barışı bazen dış dünyada arar ve arayışı hep ideal bir dünyadır. Gençlik dönemi toplumdaki topluma, devirden devire, kişiden kişiye farklı özellikler gösterir. Her genç aynı dönemde biyolojik, sosyolojik ve ruhsal açıdan gelişim gösteremez. Gençlik döneminin bunalımlarını tek bir nedene bağlamak doğru değildir. Bu dönemde bunalım nedenleri çok yönlü olur.

Aileden kopma ve bağımsızlaşma, kendi kararını verip kendi seçimini yapma konusundaki çelişkileri azalır, daha bağımsızdır ve daha az etki altında kalır. Kendi ilgi ve yeteneklerini daha gerçekçi biçimde tanımakta, meslek ve eş seçiminde daha gerçekçi ve tutarlı olmaktadır. Cinsel çatışmaları azalır. Kimlik duygusunu geliştirme, kimliğini benimseme ve kimliğin senteziyle uzlaşma çabaları sonucunda genç, kimliğini gerçekçi biçimde bulmuş olur.

“Ergenlik” sözcüğü günümüzde, bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli bir gelişim evresi olarak tanımlanmaktadır. Ergenlik, bireyin çocuksu tutum ve davranışlarının yerini yetişkinlik tutum ve davranışlarının aldığı ve cinsiyet yetilerinin kazanıldığı dönemdir.

1.3. Ergenlik Sürecini Etkileyen Faktörler

Ergenliğe giriş yaşı ve ergenlik süreci; hormonlar, iklim ve coğrafi koşullardır. Kalıtım, cinsiyet, beslenme, kronik hastalıklar vb. faktörlerden etkilenir. Ergenliğe giriş için kesin bir zaman yoksa da genel olarak kızlar 9–13 yaş arasında ve erkeklerden daha erken ergenliğe girerler.

1.3.1. Hormonlar

Normal büyüme ve gelişme için birçok hormona ihtiyaç vardır. Çocuklukta büyüme ve gelişmeyi esas olarak iki hormon etkilemektedir. Bunlar tiroid bezinden salgılanan tiroid hormonu ve hipofiz bezinin salgıladığı büyüme hormonudur. Tiroid hormonu gelişme ve olgunlaşmayı, hipofiz hormonu ise boy büyümesini etkiler. Buluş döneminde yumurtalıklardan ve testislerden salgılanan androjen ve östrojen hormonları ve diğer böbrek üstü bezi hormonları da büyüme ve cinsiyet özelliklerinin gelişimlerini etkilemektedir.

Büyüme hormonu yetersizliği durumunda boy kısa kalırken konjenital hipotiroidi denilen doğumsal tiroid bezi yetersizliğinde zekâ da etkilenir. Böyle durumlarda erken tanı konulursa her iki hastalığın da tedavisi oldukça başarılıdır.

1.3.2. İklim ve Coğrafi Koşullar

Yaşanılan coğrafi çevre ve iklim ortamı ile beden yapısı arasında ilişki bulunmaktadır. Yaşanılan yörenin deniz seviyesinde olması ile yüksek bir platoda olması oradaki insanları farklı hava basınçları ve farklı iklim şartları ile karşı karşıya bırakır. Yüksek platolarda ve dağlık bölgelerdeki insanlar, bölgelerindeki hava basıncına uygun bir beden yapısı geliştirirler. Bazı zenci kabileleri ve Araplarda ergenlik iklimin etkisiyle daha erken

başlarken kuzey yarım küredeki Norveç, Finlandiya gibi az güneş alan soğuk bölgelerde ergenlik yaşı daha geç başlamaktadır.

1.3.3. Kalıtım

Canlıların genelinde büyüme ve gelişmeyi etkileyen en önemli etken kalıttır. Kalıtım öncelikle boyla ilişkilidir ancak şişmanlık ve zayıflık gibi fiziksel özellikler de etkilenir. İnsan organizması yaklaşık 50.000 gen taşır ve bu genler çocuğun büyümesini etkiler. Çocukların boyları ile anne-babaların boyları arasında çoğunlukla uygunluk vardır. Büyüme ve gelişme büyük oranda önceden planlanmıştır. Hastalık ve kötü beslenme gibi nedenler olmadığında büyüme ve gelişme hâlindeki insan bedeni adeta “belirli bir hedefe varmaya” çalışmaktadır.

Büyüme geriliğinden kuşkulanan bir çocukta bu durumun kalıtımla ilgili olabileceğine karar vermede anne babanın ve varsa kardeşlerin özelliklerini değerlendirmek büyük önem taşır. Kısa boylu ailelerin çocukları kısa, sarışın olanların çocukları açık renkli olmaya eğilimlidir.

1.3.4. Cinsiyet

Büyüme gelişme süreci, kız ve erkek çocuklarda farklıdır. Doğumda kızların tartısı genellikle daha düşüktür. Doğum tartıları aynı olan erkek ve kız çocuklar karşılaştırıldığında kızlar, daha ileri bir gelişme düzeyi gösterirler. Ergenlik dönemine erken giren kızlar hızlı büyür ancak çabuk dururlar. Erkeklerde kas dokusu daha fazla gelişir, boy daha uzun olur.

Genel olarak belirtileri daha erken yaşlarda başlamakla birlikte kızlar 13, erkekler 14 yaş civarında ergenlik dönemine girerler. Kızlarda bu döneme girme yaşı 8, erkeklerde ise 9 yaşına kadar düşebilir. Ergenlik döneminin bu yaşlardan önce başlaması anormaldir ve mutlaka hekime başvurulmasını gerektirir. Erken ergenliğe girme genellikle kızlarda görülür. Ergenlik başlamasındaki gecikme sınırı kızlarda 13,5, erkeklerde 14 yaş olup bu yaşlara kadar hâlâ ergenlik bulguları belirmemişse hekime başvurulmalıdır. Ergenlik gecikmesi genellikle erkeklerde görülür. Aynı sınıftaki çocuklardan ergenliği başlayanların boyu, henüz ergenliğe girmeyenlere göre daha uzundur ve adolesan gecikmesi olan çocuklarda genellikle boy kısalığı söz konusudur.

Her çocuk için ergenlik döneminin süresi özeldir. Örneğin 11 yaşında ergenliğe giren kız çocuklarından biri 12,5 yaşında ilk âdetini görebilirken bir diğeri 15 yaşında henüz ilk âdetini görmemiş olabilir. Kızlarda meme gelişiminin başlaması ile ilk âdete kadar geçen zaman ve erkeklerde testislerin büyümeye başlaması ile sperm yapımının başlamasına kadar geçen zaman genellikle 5 yıldır ancak bazı ergenlerde bu dönem iki yılda tamamlanabilir.

1.3.5. Beslenme

Beslenme, büyüme ve gelişmeyi etkileyen en önemli çevresel faktördür. Çocuğun iyi büyüebilmesi için yeterli ve dengeli beslenmesi ve bu besinleri sindirmek için sağlıklı

olunması gerekir. Süt çocukluğu döneminde yetersiz beslenmeden boydan çok kilonun öncelikle etkilendiği bilinmektedir.

Bir insanın normal olarak büyüebilmesi için sağlıklı bir bedene ve iyi bir beslenmeye ihtiyacı vardır. Yeterli besin alamayan gelişme çağındaki insanın büyümesi durur, sonra da bozuk beslenmenin yan etkileri ortaya çıkar. Karbonhidrat ağırlıklı beslenen çocuklar, buluğa daha geç yaşta girmekte ve gelişme geriliklerine neden olmaktadır.

Çoğu kez beslenme kökenli bir kansızlık geliştiğinde iştah azalmasına yol açarak problemin artmasına neden olmaktadır. Bu durumda kansızlığın düzeltilmesi asıl sorunun çözülmesi için uygulanan tedavilerin başarısını artırır. Büyüme yetersizliği düşünülen bir çocukta alınan günlük besinlerin yeterli olup olmadığı mutlaka bir hekim tarafından hesaplanmalı, eksiklik söz konusu ise uygun beslenme şemalarıyla kilo alımı olması gereken sürece oturtulmalıdır.

1.3.6. Kronik Hastalıklar

Sağlıklı olarak dünyaya gelen bir bebekte kalıtsal olarak gelen ya da sonradan edinilen kimi hastalıklar müzminleşerek büyüme ve gelişme sürecini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu hastalıklar arasında kronik karaciğer hastalığı, kronik böbrek yetersizliği, romatizmal hastalıklar sayılabilir. Büyüme geriliği, astım ve diğer alerjik hastalıklarla da ortaya çıkar.

Çocukların sonraki dönemlerde yaşitlarını ne ölçüde yakalayacakları, hastalığın seyri ve süresi, başlangıç yaşı, iyileşme sonrası geride kalan büyüme süresi ve iyileşmenin tam olup olmaması gibi birçok faktöre bağlıdır.

1.3.7. Gebeliğe İlişkin Faktörler

Bebeğin sağlıklı doğması yanında normal boy ve kiloya sahip olabilmesi için gereken koşulların kendine özgü karakteristikleri nedeniyle gebelik dönemi, yaşamın diğer evrelerine göre son derece önem arz etmektedir. Gebeliğin ilk üç ayında annenin geçirdiği virüs enfeksiyonları çocuk için zararlıdır. Örneğin, anne hamileyken kızamıkçık geçirdiği takdirde çocukta kalpte bozukluk, katarakt, sağırılık, küçük kafa ve zekâ geriliği ortaya çıkabilir. Gebelik süresince ve özellikle ilk haftalarda annenin aldığı ilaçlar dikkatle seçilmelidir. Bu dönemde alınan ilaçlar ve sigara içme gibi etkenler bebeği etkiler, doğuştan bozukluklara yol açabilir. Hamilelikte röntgen, radyum gibi ışınlar çocukta küçük kafa, zekâ geriliği ve uzuvlarda bozukluklara yol açabilir. Hamilelikte hormon bozuklukları bebeğe zarar verebilir. Örneğin, şeker hastalığı olan annelerin çocukları iri doğarlar. Bu çocuklarda kalp, akciğer ve metabolizma bozuklukları görülebilir.

UYGULAMA FAALİYETİ

Ergenlik döneminin özellikleri ile ilgili kavram haritası hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ergenlik dönemleri ile ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan ergenlik dönemleri ile ilgili bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ön ergenlik (puberte) döneminde görülen özellikleri araştırınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynaklardan elde ettiğiniz bilgilerden yararlanabilirsiniz.
➤ Ergenlik (orta ergenlik) döneminde görülen özellikleri araştırınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynaklardan elde ettiğiniz bilgilerden yararlanabilirsiniz.
➤ Gençlik döneminde görülen özellikleri araştırınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynaklardan elde ettiğiniz bilgilerden yararlanabilirsiniz.
➤ Her dönem için o dönemin özelliğini yansıtan beş ayrı ipucu belirleyiniz.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynaklardan elde ettiğiniz bilgilerden yararlanabilirsiniz.
➤ Her dönem için beş ayrı kavram kartı hazırlayınız.	➤ Renkli fon kartonları, makas, cetvel, kalem gibi malzemelerden yararlanabilirsiniz.
➤ Ergenlik dönemleri ile ilgili belirlediğiniz özellikleri yansıtan ipuçlarını hazırladığınız kartlara yazınız.	➤ Temiz ve titiz çalışmaya özen gösterebilirsiniz.
➤ Kavram haritası etkinliğinizi arkadaşlarınızla uygulayınız.	➤ Hazırladığınız kavram haritası ile ilgili arkadaşlarınızın görüşlerini alabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

ÖLÇME SORULARI

1. Ergenlikle ilgili aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?
 - A) Zamanı farklı olsa da herkes ergenliği yaşar.
 - B) Ergenlik insanın içinde fırtınaların koptuğu; sosyal, psikolojik, fiziksel değişimlerin bir arada yaşandığı dönemdir.
 - C) Çocuklukla erişkinlik arasında yer alan, yavaş büyüme, gelişme ve olgunlaşmanın olduğu dönemdir.
 - D) Ergenlik dönemi bireyin gelecekteki yaşamını etkileyen dönemdir.
2. Aşağıdakilerden hangisi ön ergenlik dönemi ile ilgili doğru bir ifadedir?
 - A) Ön ergenlik kızlarda 12–13, erkeklerde 14–15 yaşlarını kapsamaktadır.
 - B) Ön ergenlik döneminde ergende ilgi bedenine dönüktür.
 - C) Oedipal çatışmalar tekrar canlanabilir.
 - D) Hepsi
3. Ergenliğin hangi döneminde fiziksel gelişim hızlıdır?
 - A) Orta ergenlik
 - B) Ön ergenlik
 - C) Gençlik
 - D) Ergenlik
4. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik dönemi ile ilgili doğru bir ifadedir?
 - A) Orta ergenlik de denilen ergenlik dönemi 12- 14 yaş dönemini kapsar.
 - B) Bu dönemde ergenin aileden bağımsız olma çabasında çelişkili duyguları artar.
 - C) Yalnızlık ve güçsüzlük hissedebilir.
 - D) Kendine ve başkalarına karşı eleştirel düşünce geliştirir.
5. Aşağıdaki dönemlerden hangisinde “Ben kimim?” sorusunun cevapları aranır?
 - A) Ön ergenlik
 - B) Gençlik
 - C) Ergenlik
 - D) Puberta
6. Aşağıdakilerden hangisi gençlik döneminde karşılaşılan sorunlardandır?
 - A) Kaza ve yaralanmalar
 - B) Yanlış beslenme alışkanlığı
 - C) Kimlik sorunu
 - D) Hepsi

7. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik sürecini etkileyen iklim ve coğrafi koşullar faktörü ile ilgilidir?
A) Bazı zenci kabilelerinde ergenlik daha erken başlar.
B) Doğumsal tiroid hormonu yetersizliğinde zekâ etkilenir.
C) Kızlar ergenlik dönemine erken girer.
D) Erkeklerde kas dokusu daha fazla gelişir, boy daha uzun olur.
8. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik sürecini etkileyen gebelikle ilgili faktörlerdendir?
A) Anne hamileyken kızamıkçık geçirdiği takdirde çocukta kalpte bozukluk, katarakt, sağırılık, küçük kafa ve zekâ geriliği ortaya çıkabilir.
B) Hamilelikte röntgen, radyum gibi ışınlar çocukta küçük kafa, zekâ geriliği ve uzuvlarda bozukluklara yol açabilir.
C) Hamilelikte hormon bozuklukları bebeğe zarar verebilir.
D) Hepsi
9. Konjenital hipotiroidi denilen doğumsal tiroid bezi yetersizliğinde zekâ da etkilenir. Bu durum aşağıdaki faktörlerden hangisi ile ilgilidir?
A) Hormonlar
B) Cinsiyet
C) Çevresel
D) Beslenme
10. Aşağıdakilerden hangisi büyüme ile ilgili faktörlerden iklim ve coğrafi koşullarla ilgilidir?
A) Yaşanılan yörenin deniz seviyesinde olması oradaki insanları farklı hava basınçları ve farklı iklim şartları ile karşı karşıya bırakır.
B) Yüksek platolarda ve dağlık bölgelerdeki insanlar, bölgelerindeki hava basıncına uygun bir beden yapısı geliştirirler.
C) Kuzey yarım küredeki Norveç, Finlandiya gibi az güneş alan soğuk bölgelerde ergenlik yaşı daha geç başlamaktadır.
D) Hepsi

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

11. () Ergenlik çağı kişinin benliğini yok sayma, geleceğe dönük kararlar verme ve seçimler yapma dönemidir.
12. () Ön ergenlik döneminde oedipal çatışmalar tekrar canlanabilir.
13. () Sağlıklı ve dengeli beslenmenin gençlik dönemindeki sorunları aşmada etkisi yoktur.
14. () Süt çocukluğu döneminde, yetersiz beslenme sonucunda boyun kilodan daha öncelikli etkilendiği bilinmektedir.

15. () Ergenlik dönemine erken giren kızlar hızlı büyür ancak çabuk dururlar.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise “Uygulamalı Test”e geçiniz.

UYGULAMALI TEST

Ergenliğe giriş yaşı ve ergenlik sürecini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Ergenlik sürecini etkileyen faktörlerle ilgili eşleştirme kartları hazırlayınız.

DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız beceriler için **Evet**, kazanamadıklarınız için **Hayır** kutucuklarına (X) işareti koyarak öğrendiklerinizi kontrol ediniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Arkadaşlarınızla grup oluşturduunuz mu?		
2. Ergenlik sürecini etkileyen her faktör için üç tane özellik belirlediniz mi?		
3. Ergenlik sürecini etkileyen her faktör için üç kart hazırladınız mı?		
4. Belirlediğiniz özellikleri hazırladığınız kartlara yazdınız mı?		
5. Ergenlik sürecini etkileyen her faktör için sepet veya kutu hazırladınız mı?		
6. Hazırladığınız sepet/ kutu ve bilgi kartlarını karışık olarak yerleştirdiniz mi?		
7. Arkadaşlarınızın grup olarak bilgi kartlarını inceleyip ilgili sepet/ kutuya koymalarını sağladınız mı?		
8. Gruplanan bilgi kartlarının doğru olup olmadığını kontrol ettiniz mi?		
9. En çok doğru kartı bulan grubu belirlediniz mi?		

DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

AMAÇ

Gençlik çağı ve gençlik çağında görülen gelişim özelliklerini inceleyebileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Ergenlik döneminde gelişim özelliklerini araştırınız.
- Ergenlik döneminde gelişim özelliklerini gözlemleyiniz.
- Edindiğiniz bilgi ve gözlem sonuçlarınızı dosyalayınız.

2. ERGENLİK ÇAĞI GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

Ergenlik çağının gelişim özellikleri çok çeşitli olmakla birlikte bu dönemde gelişim görevleri vardır. Bunlar; bedensel özelliklerini kabul etme ve bedeni olumlu kullanma, cinsel rolünü kabul etme ve bu role uygun davranışlar geliştirme, her cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurma, ana babadan ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığı gerçekleştirme, kendisi ile ilgili önemli kararlar verebilme, meslek seçimi için gerekli ön hazırlıkları yapma ve kendisine en uygun olan mesleği seçebilme, evliliğe ve aile yaşamına hazırlanmaktır. Bunların sağlıklı oluşabilmesi için ergenlik çağında olması gereken gelişimlerin tamamlanması gerekir.

Gençlik çağında ergende beklenen değişikliklerin meydana geldiği alanlar aşağıda açıklanmıştır.

2.1. Ergenlikte Fiziksel Gelişim

Ergenlik dönemi, çocukluğun sonu ve ergenliğin başlangıcı arasındaki bir ya da iki yılı kapsayan dönemdir. Bu dönemde ergenin fiziksel gelişiminde birçok değişiklikler meydana gelir. Büyüme ve gelişmenin hızı, miktarı ve zamanı bakımından çocuklar arasında farklılıklar bulunmaktadır.

Bazı çocuklar daha çabuk büyüyerek ergenliğe akranlarından önce girebilir ve bedence gelişmelerini önce tamamlayabilirler. Bununla birlikte ergenlik döneminde kızlar, erkeklere oranla daha uzun ve ağırdırlar. Kızların çoğu bu dönemde yılda ortalama 5–10 cm büyürken erkeklerdeki bu oran genellikle her yıl ortalama 8-12cm'dir. Daha sonra bu büyüme yavaşlayarak 20 yaşına kadar sürer. Dış görünüm de değişerek kemik ve kaslar hızla gelişmeye başlar. Kızlarda ise bu dönem erkeklere oranla birkaç yıl daha erken başlar.

Ergenlik dönemi boyunca beden ağırlığı kızlarda 16 kg, erkeklerde ise 20 kg artar. İç organların hızla büyümesi ve kütesinin artması, kas dokusunda gelişme ve yağ dokusunda artma ergenlikte beden ağırlığında gözlenen belirgin artışın öğelerindendir. Gerek kızlarda gerekse erkeklerde vücutta yağ depolanması sonucu ağırlıkta belirgin bir artma gözlenir.

SALGI BEZLERİNİN ETKİLERİ	KIZ ÇOCUKLAR (ÖSTROJEN)	ERKEK ÇOCUKLAR (ANDROJENLER-TESTOSTERON)
Boy Uzaması	Ergenlik dönemi öncesi en hızlı	Daha geç başlar ve geç sonlanır.
Kemik Gelişimi	Östrojen kalsiyumu kemik içine depolar.	Testosteron, kalsiyumu kemik içine depolar.
Kilo Artışı	“Kadınsı görünüm” ve yağlanma	“Erkeksi görünüm” ve kas dokusunda artış
Cilt Değişikliği	Hormonların ürettiği “sebum” maddesindeki artış sonucu saç ve ciltte yağlanma, pupik bölgesi ve koltuk altı tüylenmesi	
Terleme	Ter bezlerinin gelişimi sonucunda koltuk altı ve bacak arasında terleme	

Tablo 2.1: Salgı bezleri ve etkileri

Ergenlik döneminde bas kemikleri dışındaki tüm iskelet sisteminde belirli bir sıra ile büyümede hızlanma görülür. İlk önce el ve ayakların büyümesi hızlanır, sonra ön kol ve bacaklar, daha sonra üst kol ve uyluklar uzar. Uzunlamasına büyümeyi vücudun enine büyümesindeki hızlanma takip eder. Öncelikle kalçalar ve göğüs, sonra omuzlar genişler ve en son olarak da baş uzar.

Ergenlik döneminde kızlar hem boy hem de ağırlık bakımından erkeklerden üstündür. İskelet gelişimi yönünden de kızlar erkeklere göre daha gelişmiştir. Örneğin 14 yaşındaki bir kızın iskelet gelişimi, 16 yaşındaki bir erkeğin iskelet gelişimine erişmiş durumdadır. Ergenlik dönemindeki değişimler bireylerin vücut koordinasyonunu bozduğundan eşyalara çarpma, takılma, düşmeler ve sakarlıklar oluşur. Geçici bir süreç olduğundan üzerinde fazla durulmamalıdır.

Bu dönemde yaşanan hızlı değişimler ergenleri çok fazla etkiler. Zaman zaman ruhsal inişler ve çıkışlar yaşarlar. Bazen içe kapanırken bazen de fazlasıyla dışa dönük olabilirler. Duygularını olabildiğine yoğun yaşarlar. Bu nedenle ailenin ve eğitimcilerin ergenlik dönemindeki bireylerle olan iletişimlerinde dikkatli olmaları gerekir.

2.2. Ergenlikte Bilişsel Gelişim

Bilişsel gelişim açısından ergenlik dönemin özelliği, çocuğun artık yetişkin gibi (soyut) düşünebilir hâle gelmesidir. J. Piaget, bu konuda araştırmalar yapmış ve birtakım sonuçlara ulaşmıştır. Çocuk ya da ergen, bu dönemde tümevarım ve tümdengelim yöntemleriyle düşünebilecek düzeye erişir. Gençlik dönemde somut işlemsel düşünmeden soyut işlemsel düşünme dönemine geçilir. Ancak bu geçişi gençlerin tamamı yapamaz ve bir kısmı somut işlemsel dönemde kalabilir. Genç insan, soyut çıkarmalar yapabilme yeteneğini kazanmakla birlikte sadece gözlemediği olayların sınırlılığında kurtulur, varsayımsal durumları da hesaba katmaya başlar. Yaratıcılık artar, din, ahlâki ve felsefi konular üzerine düşünceler geliştirilir.



Resim 2.1: Gençlik dönemi ve soyut işlem

Bu dönemden önce, çocuğun tümevarım ve tümdengelim yöntemleriyle düşünmemesinin nedenleri şunlardır:

- Nesnel ve olgular arasındaki ilişkileri kavramadaki yetersizlik
- Çocuğun iç dikkat alanındaki darlık
- Çözümleme ve bileşim (analiz ve sentez) yapmadaki yetersizlik
- Daha önceki olgu ve olayları anımsamadaki yetersizlik (unutkanlık)

7-8 yaşlarına gelen çocuk, bu bakımlardan istenen düzeyde olmasa da bir gelişme gösterir. Ergenlik döneminde zekâ gelişmesini sürdürse de boy uzaması gibi birden sıçrama göstermez. Zekânın ergenlik çağına kadar dik bir eğri boyunca hızla geliştiği, 15-16 yaşlarında doruğa ulaştığı, ondan sonra daha yatık bir eğri izleyerek 20 yaşına kadar yavaş bir gelişme gösterdiği kabul edilmektedir. 12 yaşlarından başlayarak ergenlerde soyut düşünme yeteneği hızlı bir gelişme gösterir. Yani bu dönemde kavramları kullanarak yeni kavramlar ve düşünceler üretebilme yeteneği, yaratıcı ve üretici düşünme biçimi gelişir. Tümdengelim için genellikle ergenlik yıllarının sonunu beklemek gerekir. Çocuğun soyut düşünebilme yeteneğini kazanması geniş ölçüde zekânın gelişmesini gerektirir.

2.3. Ergenlikte Duygusal Gelişim

Ergenliğin başlarındaki büyümenin hızlı oluşu biyolojik-cinsel gelişmeye eşlik eden hormonal salgılar, buluşta ve onu izleyen yıllarda ergenin hem duygularında hem de davranış ve tutumlarında belirgin farklılıklar sergilemesine neden olur. Bunlar:

- Duyguların yoğunluğunda artış
- Âşık olma
- Mahcubiyet ve çekingenlik
- Aşırı hayal kurma
- Yalnız kalma isteği
- Çalışmaya karşı isteksizlik
- Tedirgin ve huzursuz olma
- Çabuk heyecanlanma

Bu anlamda ergenlik çağındaki gençlerle ilgili yapılan alan araştırmalarında, ergenlerin duygusal problemlerinin bulunduğu yaş gruplarına, okula devam edip etmemelerine, ailenin geliştirdiği tutumlarına, ergenlerin sahip oldukları bireysel zekâlarına ve çevreleri tarafından kabul edilme derecelerine göre değişiklik gösterdiği tespit edilmiştir.

Öte yandan yine konu ile ilgili yapılan araştırmalarda ergenlerin en çok gelecekle ilgili kaygılar taşıdıkları; eğitim gören ergenlerdeki bu kaygıların içeriğinin istedikleri okula gidip gidemeyecekleri ve istedikleri mesleği yapıp yapamayacakları gibi konular olduğu saptanmıştır.



Resim 2.2: Ergenlik dönemi ve belirgin değişiklikler

- **Duyguların yoğunluğunda artış:** Buluğdan başlayarak ergenin duygularının yoğunluğunda artma olur. Üzüntü, sevinç, öfke, korku gibi duygularını ifade ederken bu yoğunluk göze çarpar. Artan duygululuk ve coşku hâli ergende duygularını dışa vurma ve ifade etme ihtiyacını doğurur. Olumsuz duygular el, kol hareketleri, yüz ifadesi ve bağırma gibi sözlü ve sözsüz davranışlarla dışa vurulurken heyecan, coşku ve karşı cinse yönelik duygular şiir veya öykü yazma, hatıra defteri tutma aracılığı ile kâğıda yansıtılabilir.
- **Âşık olma:** Karşı cinse yönelik ilgiler buluş öncesinde başlar. Ergenlikte cinsel içerikli beğenme ve beğenilme arzusu bireye heyecan veren bir duygudur. Cinsler arasındaki yakınlaşma eğilimi, ergenliğin başlarında daha çok grupta bir arada olma isteği taşırken sonraları karşı cinsten belirli bireylere yönelmiş romantik duygular ortaya çıkar.
- **Mahcubiyet ve çekingenlik:** Buluş öncesinden başlayan ve buluşta da devam eden bir durumdur. Adeta vücutlarını saklamak isterler. Vücutlarında meydana gelen farklı zaman ve hızlardaki değişiklikleri saklama veya kendi vücutlarını meraklı gözlerden saklama amacı taşıdığı düşünülebilir.
- **Aşırı hayal kurma:** Biyolojik-cinsel gelişme, duygusallıktaki artış ve zihinsel gelişme, ergenlerin akıllarından geçirdiklerinin yoğunluğunu ve niteliğini de değiştirir. Ergen hayal kurma yolu ile arzularını düşüncelerine yansıtır. Hayal konusu geleceğe yönelik tasarımlar olabileceği gibi gerçekleşmesini isteyebileceği herhangi bir isteği de olabilir. Hayalin içeriği genellikle karşı cinse yöneliktir. Hayal etme yaratıcı düşüncüyü besleyen en önemli güçtür. Bu anlamda yararlıdır. Ancak gerçekleştirilmemiş istekler sanki olmuş gibi hayal ediliyorsa o zaman ergenler için bir sığınma ve telafi etme aracı hâline getirilmiş demektir.
- **Yalnız kalma isteği:** Ergenin hem duygularındaki hem de bedenindeki değişiklikleri anlayıp kabullenerek dengeyi sağlayabilmek için yalnız kalma isteği içerisinde olmaktadır. Bu nedenle ergen zaman zaman başkalarından uzaklaşmak ve kendisi ile baş başa kalmak ister, Anne- baba ve arkadaşlarının beraber olma isteklerini reddedip içe dönebilirler.
- **Çalışmaya karşı isteksizlik:** Hızlı büyümenin olduğu dönemde ergenin durgun ve atıl olduğu, hareket etmeye üşendiği zamanlar vardır. Çalışırken ve oyun oynarken yorulur, çalışmaya daha az isteklidirler. Vücut enerjisi adeta büyümeye harcanıyor gibidir.
- **Tedirgin ve huzursuz olma:** Bu duygu, ergenin karşı karşıya kaldığı stres uyaranlarının etkisine göre ve uyaranları algılayış biçimine göre değişmektedir.

Bunlar;

- Biyolojik, cinsel ve bedensel gelişmenin getirdiği yeni duruma alışma çabaları,
 - Akranları ve yetişkinlerle olan sosyal ilişkilerde aksamalar ve isteklerin engellenmesidir.
- **Çabuk heyecanlanma:** Ergen yeni bir durumla karşılaştığında bu kendisi için alışık olmadığı bir durumsa heyecanlanıp korkabilir. Heyecan dengesi tam

oluşmadığı için duyguların kontrolü zordur. Çoğu ergen, heyecan verici durumlar karşısında kolayca kızarabilir. Bu da onu korkutan ve kaygısını arttıran bir durumdur. Çünkü kendisinin aciz, korkak, güvensiz gibi algılanacağını ve bu izlenimi bırakacağını düşünerek üzüntü duyar. Heyecanların kontrolü, öğrenme ve olgunlaşma ile kazanılır. Zamanla duygusal tepkilerde dengelilik durumu artar.

2.4. Ergenlikte Sosyal Gelişim

Ergenlikte önemli bir diğer gelişim boyutu ise sosyal gelişmedir. Bilindiği gibi bireyin sosyalleşmesi ilk olarak ailede başlar. Dolayısıyla ergenin sosyalleşme süreci aslında çocukluk döneminde başlamakta, ergenlik döneminde ise bu süreç ailesinin dışına taşarak okul çevresi ve arkadaş grupları ekseninde hızla devam etmektedir. Bu sosyalleşme sürecinde ergen için önemli gördüğü konularda (okul, meslek seçimi ve geleceğiyle ilgili kararlar) ailesi, hâlâ başvuru kaynağı olmaya devam etmektedir.



Resim 2.3: Ergenlik dönemi ve arkadaş grubu

Sosyal gelişme, kişinin içinde yaşadığı toplum tarafından kabul edilebilir biçimde davranmayı öğrenme sürecidir. Çocuğun diğer insanlarla olan sosyal ilişkilerinin nasıl olacağı hayatın ilk yıllarındaki öğrenmelerine bağlıdır. İnsanlarla sıcak ilişkiler kurmaktan hoşlanan çocuklar bu davranışı öğrenme ile kazanırlar. Bu bakımdan anne-baba ve diğer yetişkinlerin sosyal davranışları çok önemlidir.

Çocuğun tek çocuk, ortanca veya büyük çocuk olup olmadığı, kardeş sayısı, cinsiyeti, ailenin büyüklüğü, ailenin katıldığı sosyal deneyimlerin kalitesi, eve misafir gelişi, misafir ağırlama biçimi, ailenin ya da birlikte yaşadığı grubun sosyal, ekonomik ve kültürel seviyesi çocuğun topluma uymasını ve sosyalleşmesini etkileyen belli başlı faktörlerdir. Aralarında çok yaş farkı olan kardeşinin olması sosyalleştirmeyi güçleştirebilir. Kardeşlerinin ve ev halkının hep aynı cinsiyetten olması karşı cinsle ilişki kurmayı güç hâle getirebilir.

Ergenlik döneminde görülen sosyal gelişim özellikleri:

- Akran grubu, yetişkinlerden daha önemlidir ve onların eleştirilmesine dayanamaz.
- Sosyal ortamlara gitmek için fırsat üretmeye çalışır.

- Yetişkinin uzaktan denetimine ihtiyaç duyar.
- Kendisi hakkında verilecek hükümlere aşırı duyarlıdır.
- Özgür ve isyankâr davranır.
- Model arayışı içindedir (Ergenin uygun model bulması son derece önemlidir.).
- Yetişkin kadın ya da erkek rollerini öğrenir ve sergiler.
- Sosyal sorumluluk almaya istekli olur.

Ergen, toplumda saygınlık kazanmaya ve statü sahibi olmaya gereksinim duyar. Toplumsal uyum, geniş ölçüde bu gereksinimin karşılanmasına bağlıdır. Toplumsal uyum da zamanla kazanılmaktadır. Bu evrede birey, kendi cinsinden oluşturduğu grup içinde faaliyetlerini düzenlemeye çalışır. Bu dönemde toplumsal gruplaşmalar önem kazanır. Ergenlik yılları bir anlamda toplumsal gelişim ve uyum yılları olarak da nitelenebilir. Toplumsal uyum zamanla kazanılır. Bu uyum ergenlik döneminde bazı deneyimlerle gelişir. Bu evrede birey, kendi cinsinden oluşturduğu grup içinde faaliyetlerini düzenlemeye çalışır.

İlk sosyal uyumlarını gerçekleştirirken kendilerine deneyim fırsatı tanınan, özgür bir ortamda yeterince sevgi ve güven içinde büyüyen çocukların ergenlik döneminde başarılı olmaları için gerekli ortam hazırlanmış demektir. Bu nedenle anne ve babaların ya da yakın çevresinde bulunan bireylerin önce çocuklarını tanımaları, onların ilgi ve yeteneklerini bilmeleri, onları özerk kılmak üzere fırsat hazırlamaları, nihayet onların sorularına arkadaşça kuracakları diyalog yardımıyla eğilmeleri ergenlik döneminin kolayca aşılmasına yardımcı olacak etkenlerdir.

2.5. Ergenlikte Ahlâk Gelişimi

Gelişim dönemleri içerisinde, bireylerin ahlâki gelişimlerini açıklamaya çalışan birçok ahlâki gelişim kuramı geliştirilmiştir. Bu kuramlardan en çok bilinenleri psikanalitik kuram, toplumsal öğrenme kuramı ile Piaget ve Kohlberg'in ahlâki gelişim kuramlarıdır. Söz konusu kuramlar, bireylerin ahlâki gelişimlerinin seyri ve sebepleri üzerinde birtakım görüşler içerir.

Bireyin kişisel bir değer sisteminin varlığının farkına vardığı dönem ergenlik dönemidir. Çünkü ergen tarafından bu dönemdeki birçok değişken, ahlâkın seviyeli bir şekilde benimsenip benimsenmeyeceğini veya değer yargılarının, toplumda mevcut olan otoriteye bağlı kalınarak geleneksel tarzda şekillenip şekillenmeyeceğini belirler.

Ergenlik döneminden önce tam anlamıyla olgunlaşmış bir ahlâk yapısından söz etmek mümkün değildir. Zira bilişsel açıdan soyut işlemlere dayanan ahlâki kabullerin kavranıp benimsenmesi ancak yeterli ve uygun bir bilişsel gelişimle mümkündür. Ahlâki olgunluğa yönelme ergenlik dönemiyle birlikte ancak soyut düşünce gelişimine paralel olarak gelişebilir. Öte yandan ergenlik döneminde ahlâki gelişim, dini gelişim ile paralel bir yapılanma seyri gösterir. Her iki süreç de birbirini hem destekler hem de olgunlaştırır.

Bu dönemde çevrenin ergenden beklentisi olan doğruyu kendisinin bulmasını istemesi, iç kontrol gücünü ifade eden vicdan gelişimini hızlandırarak dış kontrolün gereğini ortadan

kaldırır. Bu açıdan gelişim dönemleri içerisinde bireylerin ahlâk konularında en hassas oldukları dönem ergenliğin ilk yıllarıdır denebilir. Öte yandan ergenlere ahlâki değerlerin doğrudan (direkt) teorik olarak baskıcı bir yaklaşımla aşılınmaya çalışılması pedagojik olarak uygun değildir. Bunun yerine onlara fikirlerinin tutarsızlıklarını ve fikirleri arasındaki tartışmaları görmelerine imkân tanınarak değerlerin aktarılması ergenlik döneminde ahlâki değerlere ilişkin temel bilişsel sürecin yeniden yapılanmasına imkân sağlaması bakımından önem arz eder. Ancak böyle bir platformda değerlendirildiğinde kendi kendini yönetebilen ergenler, gerçekten ahlâk ve karakter sahibi olabilirler. Ergenlik döneminin en belirgin ahlâki davranış özelliği kendi kendini yönetme yeteneğidir.

2.6. Ergenlikte Cinsel Gelişim

Çocukluk dönemini erişkinlikten ayıran ergenlik çağı, yarattığı karmaşa sırasında her şeyin yeniden gözden geçirildiği bir dönemdir. Cinsel olgunlaşmanın gerçekleştiği bu dönem, cinsiyet bezlerinin büyümesi ve olgunluğa erişmesi, dış üreme organlarının şekil değiştirmesi gibi etkileri beraberinde getirir. Bu dönemde kızlarda ve erkeklerdeki iç salgı bezlerinin çalışma fonksiyonları değiştiğinden erkeklerde cinsiyet hormonlarının artması spermelerin de artmasına neden olur. Aynı zamanda sakal ve tüylenmeler daha da yoğunlaşır.

Cinsiyet hormonlarının artması yumurta hücrelerinin de artmasına neden olur. Kızlarda belirgin olarak kilo artışı, göğüslerde büyüme ve kalçalarda genişleme görülür. Ergenlik çağındaki değişiklikler, cinsel salgı bezlerinin kana bol miktarda salgı bırakmalarıyla başlar. Erkeklerde testosteron, kızlarda östrojen salgıları beyindeki hipofiz bezinin uyarılmasıyla bol miktarda üretilir. Kızlarda ergenlik döneminin ilk göstergesi âdet kanamasının başlamasıdır. Erkeklerdeyse açık bir belirti yokken vücuttaki kıllanma, cinsel organlarda büyüme ve sperm üretiminin başlaması bir gösterge olarak kabul edilebilir. Cinsel gelişim ve vücuttaki değişiklikler 20 yaşına kadar devam eder ancak ilk zamanlardaki kadar hızlı değildir.

Genellikle ilk âdet görme kızlarda psikolojik bir etki yaratır. Bunun normal olduğu bilirse genç kızın korku duyması hatta paniğe kapılması önlenir. Birçoğu, genç kızlığa atmış oldukları adımdan dolayı mutlu olur. Ama hiçbir önlem alınmamışsa bir hastalığa yakalanmış olmaktan korkarlar, bir bozukluk olduğuna inanabilirler. O aşamadan sonra bu korkuyu gidermek çok zor olur. Pek çoğu ilk keresinde utanır, sıkılır. Bazıları bu günlerde okula ya da gezmeye gitmekten kaçınır.



Resim 2.4: Cinsiyet sembolleri

Cinsel gelişim erkeklerde ise 11–12 yaşlarında görülen kilo artışı ile kendini gösterir ve ergen kilo almanın bu dönemin gelişimi süresince normal olduğunu kabullenmekte güçlük çeker. Görüntülerinden rahatsızlık duyarlar ve arkadaşları tarafından alay edilmekten çekinirler.

➤ **Cinsel eğitim**

Günümüz toplumlarında uzun bir eğitim süreci, cinsel dürtü ve isteklerin yıllarca baskı ve denetim altına alınmasını zorunlu kılmaktadır. Özellikle aşırı toplumsal denetim ve baskı, cinsel yaşamın tabulaştırılması, çocukların ilgi ve meraklarının doyurulmaması, sorunların yansıtılmaması vb. durumlar kişilikte olumsuzluklara ve ruhsal sorunların oluşmasına yol açmaktadır.

Eğitim sürecinin uzun olması nedeniyle cinsel dürtü ve isteklerin denetlenip olumlu bir şekilde kanalize edilerek sağlıklı ve uyumlu bir kişiliğin geliştirilmesi için cinsel eğitim zorunludur. Günümüz toplumlarında bu doğrultuda bir anlayışın geliştiği görülmektedir.

Ergenler, yaşları ilerleyip cinsel kimlikleri oluşmaya başladıkça çevrelerindeki çeşitli olaylara tanık oldukça (doğum vb.) merak ve ilgileri artar ve buna bağlı olarak da cinsellikle ilgili sorular sormaya başlarlar. Ergenlerin ve çocukların en sık sordukları sorular nasıl doğdukları ya da nereden geldikleri, kızlarla erkekler arasında cinsiyet farklılıkları ve anne-babanın rolüne ilişkin sorulardır. Bu sorular anlayabileceği bir dille ve fazla ayrıntıya girilmeden yanıtlanmalıdır. Zaten ayrıntılı bir yanıt beklemezler. Geniş kapsamlı bir açıklama hem gereksizdir hem de kafalarının karışmasına yol açar. “Ben nasıl doğdum? Nereden geldim?” diyen bir ergene “Annenin karnında büyüdün, seni oradan bir doktor ve bir hemşire çıkardı.” demek yeterlidir. Buna bağlı sorular sorduğu zaman gerçeklere uygun fakat yine yalın bir açıklamayla bilgi verilmelidir. Ergenlerin sorularına eksik ya da kaçmak yanıt vermek doğru değildir. Çünkü yakın çevresinden aldığı bilgilerle öğretim bilgilerinin örtüşmesi gerekir. Aldığı bilgiler paralel gitmediğinde ergen, güven duygusunu kaybedebilir ya da bilgisizlikle suçlayabilir.

2.7. Ergenlik Dönemindeki Kimlik Gelişimi

Kişinin toplumsal yerini, mesleki konumunu ve cinsel kimliğini tanımaya ve yerine oturtmaya çalıştığı bir mücadeledir. Ergenlik döneminde ahlâk gelişimi ile kişilik gelişimi arasında önemli bir ilişki vardır. Çocukluk döneminde ebeveyninin ya da öğretmenlerinin doğrularını, yanlışlarını sorgulamadan kabul eden genç, yeni dönemde kendisine ait bir süzgeç oluşturma mücadelesine girer. Bu mücadele kiminde daha sessiz, kiminde daha dalgali ve fırtınalı geçebilir. Ana-baba ya da toplumla değişik derecelerde sürtüşmeler, ters düşmeler olabilir. Bu süre içinde ana-babadan bağımsızlaşma, toplumsal değerleri ve inançları yeni baştan tartma ve kendine yol bulma çabası baskın olabilmektedir.

Bu dönemde kendini doğru değerlendirebilmesi, dengeli ve sürekli bir öz/benlik kavramına sahip olabilmesi ve kendini kabul edebilmesi gibi önemli bazı faktörler ergenin dini olgunluk ve moral gücü açısından uyumlu bir kişilik geliştirebilmesinde ayrı bir önem arz eder. Bunun yanı sıra ergen, ahlâk kurallarını cezadan korktuğu için değil, zaruri

anlamda uyulması gerekli kurallar olarak gördüğü için uygulamaya çalışır. Bu durum, ergende alışkanlığa dayanan dış disiplinin tersine bir iç disiplin eğilimi meydana getirir.

Bu dönemde ahde vefa, cömertlik ve sadakat gibi sosyal alanlardaki ahlâki faziletler de önemini hissettirir. Öte yandan ahlâkın toplumsallaşmasıyla birlikte ergende, “hak ve adalet” fikri de egemen olmaya başlar. Dolayısıyla ergenler, haksızlık yapan ve eşit davranmayan kimselere karşı sert tepki verirler. Ancak ergenliğin ilk yıllarında görülen bu reaksiyonun dozajı, dönemin sonlarına doğru kısmen azalır.

Bu ve benzeri davranışları gösteren ahlâki gelişim içerisindeki ergenler göz önüne alındığında ergenleri genel olarak; uyumlu, kendi kendini yönetebilen, itaatkâr, uyumsuz ve inatçı ergenler gibi bazı ahlâki tiplere göre sınıflandırmak mümkündür.

Ergenlerdeki ahlâki gelişimin etkileri, başta ailesi ve yakın çevresi olmak üzere çevresindeki büyükleri ile olan ilişkilerinde de görülür. Bu anlamda ergen, anne-babasının davranışlarını eleştirir ve kendi kişiliğini tamamlayabilmek için sevgi ve saygı duyduğu yetişkinlerin söz ve davranışlarındaki uyuma dikkat eder. Örneğin, bir kimse dürüstlük taslayarak kendi çıkarları için bir takım davranışlarda bulunursa bu durumu ergen kendi ölçütleriyle bağdaştıramaz ve buna tepki verir.

Bir kimlik oluşturmak ergenlerin en önemli görevlerinden biridir. “Ben kimim?” sorusu, ergenlerin bilinç seviyesinde düşündüğü bir şey değildir. Ergenler, ergenlik yıllarında başkalarından da etkilenecek (ebeveynler, diğer ilgi gösteren yetişkinler, arkadaşlar vb.) sevdikleri ya da sevmedikleri şeyler hakkında bir görüş oluştururlar. Bunun sonucu olarak kendi değer ve inançlarının, mesleki hedeflerinin ve ilişkilerinden ne beklediklerinin bilincinde olan insanlar oluşur. Güvenli kimlikleri olan insanlar, kendi dünyalarında nereye uygun olduklarını veya nereye ait olmak istemediklerini bilirler.

2.8. Ergenlik Döneminin Başlıca Sorunları

Gençler fiziksel, ruhsal yönden büyüyüp gelişirken bazı riskler, yeni durumlar söz konusu olabilmektedir. Yaptıkları ve yapacaklarıyla dünyaya “Ben de varım” diyerek meydan okumaya çalışan ergen için riske girmek hiç de zor değildir. Bazen basit bir merakla başlayan işler, sonunda güç gösterisi hâline dönüşebilmektedir. Adeta bir kozanın içinde olduğunu ve kozanın kendisini koruyacağını düşünen genç, kolaylıkla risk alabilmekte ve sorunlarla karşılaşabilmektedir.

Bu dönemde görülen ve risk almaya bağlı gelişen sorunlardan bazıları şunlardır:

- Kaza ve yaralanmalar
- Yanlış beslenme alışkanlığı
- Hareketsiz yaşamdan kaynaklanan sorunlar
- Kişisel hijyen sorunları
- Cinsel davranış ve üreme sağlığı sorunları
- Sigara, alkol ve madde bağımlılığı

- Kimlik sorunu
- Psikolojik sorunlar
- Kaygı



Resim 2.5: Genç

- Gençlik dönemindeki sorunlarla başa çıkma konusunda öneriler: Gençlerin yaşadıkları döneme özgü sorunlarla beraber içinde yaşadıkları toplumun gerçeklerinden kaynaklanan sorunlarla daha kolay başa çıkabilmeleri için yapılabilecekleri şöyle özetlenebilir:
 - Sosyokültürel etkinliklere yönelmek (tiyatro, sinema, sergi, konser, hobiler)
 - Dünyada ve ülkede olup biteni takip edebilmek
 - “Hayır deme” becerisi geliştirmek
 - Aile ile ilişkilere özen göstermek
 - Sorumlulukları artırmaya çalışmak
 - Sağlıklı ve dengeli beslenmeye özen göstermek
 - Spor yapmak
 - Zaman yönetimi bilinci oluşturabilmek
 - Gerektiğinde profesyonel yardım alabilmek

UYGULAMA FAALİYETİ

Ergenlik döneminde meydana gelen değişikliklerin alanlarını ve değişikliklerini yansıtan ergen ağacı hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Ergenlik döneminde görülen bedensel değişikliklerle ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan ergenlik döneminde görülen bedensel değişikliklerle ilgili bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ergenlik döneminde görülen duygusal değişikliklerle ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ergenlik döneminde görülen sosyal değişikliklerle ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ergenlik döneminde görülen cinsel değişikliklerle ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ergenlik döneminde görülen ahlâk gelişimi ile ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan bilgi edinebilirsiniz.
➤ Ergenlik döneminde görülen bedensel kişilik oluşumu ilgili araştırma yapınız.	➤ Yakın çevrenizden, İnternet ortamından ve çeşitli kaynak kitaplardan ergenlik döneminde görülen kişilik oluşumu ilgili bilgi edinebilirsiniz.
➤ Altı dalı olan büyük ergen ağacını çiziniz (Her dal bir gelişim alanı olacaktır.).	➤ Graf kâğıdı, renkli fon kartonları, renkli kalemler, renkli raptiyeler, yapıştırıcı, makas, toplu iğne vb. malzemeler kullanabilirsiniz.
➤ Edindiğiniz bilgileri ağacın ilgili dallarına yerleştirecek şekilde düzenleyiniz.	➤ Temiz ve titiz çalışmaya özen gösterebilirsiniz.
➤ Ergen ağacına yerleştireceğiniz bilgileri resimlerle destekleyiniz.	➤ Uyarıcı panonuzu çeşitli kaynaklardan ve İnternet ortamından elde ettiğiniz resimlerle destekleyebilirsiniz.
➤ Ergen ağacını düzenlemek için öğrencilerin görebilecekleri bir yer belirleyiniz.	➤ Ergen ağacını sergilemek için öğrencilerin görebileceği bir mekânı belirleyebilirsiniz.
➤ Ergen ağacını arkadaşlarınızın görebileceği yere asınız.	➤ Hazırladığınız ergen ağacı ile ilgili olarak arkadaşlarınızın görüşlerini alabilirsiniz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi ergenlikte fiziksel gelişim ile ilgili doğru bir ifade **değildir**?
 - A) Ergenlikte eller, ayaklar, kollar ve bacaklar daha önce gelişir.
 - B) Dış görünüm değişerek kemik ve kaslar hızla gelişmeye başlar.
 - C) Kızlar bu döneme erkeklere oranla birkaç yıl daha geç başlar.
 - D) Ergenlik dönemindeki değişimler bireylerin vücut koordinasyonunu bozduğundan eşyalara çarpma, takılma, düşmeler ve sakarlıklar oluşur.
2. Ergenlik döneminde kızlarda ve erkeklerde hangi dokular daha fazla gelişir?
 - A) Yağ-kas
 - B) Sebum-kas
 - C) Yağ-sebum
 - D) Yağ-bağ
3. Aşağıdakilerden hangisi ergenlikte bilişsel gelişim ile ilgili doğru ifadedir?
 - A) Ergen, bu dönemde tümevarım ve tümdengelim yöntemleriyle düşünebilecek düzeye erişir.
 - B) Yaratıcılık artar.
 - C) Din, ahlâki ve felsefi konular üzerine düşünceler geliştirilir.
 - D) Hepsi
4. Aşağıdakilerden hangisi ahlâki gelişim kuramları ile ilgili **değildir**?
 - A) Psikanalitik kuram
 - B) Sebum kuramı
 - C) Toplumsal öğrenme kuramı
 - D) Piaget ve Kohlberg'in ahlâki gelişim kuramları
5. Ergenlik döneminde ergenlerde görülen tedirginlik ve huzursuz olma duyguları aşağıdakilerden hangisine bağlı olarak gelişir?
 - A) Biyolojik, cinsel ve bedensel gelişmenin getirdiği yeni duruma alışma kaygıları
 - B) Akranları ve yetişkinlerle olan sosyal ilişkilerde aksamalar
 - C) İsteklerin engellenmesi
 - D) Hepsi
6. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik döneminden önce, çocuğun tümevarım ve tümdengelim yöntemleriyle düşünememesinin nedeni **değildir**?
 - A) Nesne ve olgular arasındaki ilişkileri kavramadaki yetersizlik
 - B) Çocuğun iç dikkat alanındaki genişlik
 - C) Çözümleme bileşim (analiz ve sentez) yapmadaki yetersizlik
 - D) Daha önceki olgu ve olayları anımsamadaki yetersizlik (unutkanlık)

7. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik döneminde görülen sosyal gelişim özelliklerinden biri **değildir**?
- A) Akran grubu yetişkinlerden daha önemlidir ve onların eleştirilmesine dayanamaz.
- B) Yetişkinin uzaktan denetimine ihtiyaç duyar.
- C) Model arayışı içindedir (Ergenin uygun model bulması son derece önemlidir.).
- D) Sosyal sorumluluk almaktan kaçınır.
8. Ergenlik döneminin en belirgin yeteneği aşağıdakilerden hangisidir?
- A) Somut düşünme yeteneği
- B) Soyut düşünme yeteneği
- C) Kendi kendini yönetme yeteneği
- D) Yönetilme yeteneği
9. Ergenlerin duygusal problemlerinin değişiklik göstermesi aşağıdakilerden hangisi ile açıklanabilir?
- A) Buldukları yaş gruplarına göre
- B) Okula devam edip etmemelerine göre
- C) Ergenlerin sahip oldukları bireysel zekâlarına ve çevreleri tarafından kabul edilme derecelerine göre
- D) Hepsi
10. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik dönemindeki kimlik gelişimi ile ilgili doğru bir ifadedir?
- A) Çocukluk döneminde yetişkinlerin doğrularını, yanlışlarını sorgulamadan kabul eden genç, yeni dönemde kendisine ait bir süzgeç oluşturma mücadelesine girer.
- B) Ergen, ahlâk kurallarını cezadan korktuğu için değil, zaruri anlamda uyulması gerekli kurallar olarak gördüğü için uygulamaya çalışır.
- C) Bu dönemde ahde vefa, cömertlik ve sadakat gibi sosyal alanlardaki ahlâki faziletler de önemini hissettirir.
- D) Hepsi

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

16. () Erkeklerde östrojen kalsiyumu kemik içine depo eder.
17. () Ergenlik döneminde ergen, çalışırken ve oyun oynarken yorulmaz ve çalışmaya isteklidir.
18. () Ergen olumsuz duygularını el, kol hareketleri, yüz ifadesi ve bağırma gibi sözlü ve sözsüz davranışlarla dışa vurur.
19. () Sosyal gelişme, kişinin içinde yaşadığı toplum tarafından kabul edilemeyen davranışı öğrenme sürecidir.

20. () Ergenlik döneminde ergen yetişkinin uzaktan denetimine ihtiyaç duyar.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise “Uygulamalı Test”e geçiniz.

UYGULAMALI TEST

Ergenlikte cinsiyete göre meydana gelen bedensel değişiklikler ile ilgili bilgi kare bulmaca hazırlayınız.

DEğERLENDİRME ÖLÇEğİ

Uygulamalı test sonucunda aşığıda listelenen davranışlardan kazandığınız beceriler için **Evet**, kazanamadıklarınız için **Hayır** kutucuklarına (X) işareti koyarak öğrendiklerinizi kontrol ediniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Arkadaşlarınızla grup oluşturdunuz mu?		
2. Ergenlik sürecinde kızlarda meydana gelen bedensel değişiklikler ile ilgili soruları hazırladınız mı?		
3. Ergenlik sürecinde erkeklerde meydana gelen bedensel değişiklikler ile ilgili soruları hazırladınız mı?		
4. Bulmaca karesini hazırladınız mı?		
5. Bulmaca sorularının yerlerini bulmaca karesinde belirlediniz mi?		
6. Hazırladığınız bulmaca sorularını arkadaşlarınıza sordunuz mu?		
7. Soruların cevaplarını arkadaşlarınızdan aldınız mı?		
8. Aldığınız cevapları bulmaca karesinin ilgili yerlerine yazdınız mı?		
9. Hazırladığınız etkinliğin değerlendirmesini arkadaşlarınızla yaptınız mı?		

DEğERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetlerini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise “Modül Değerlendirme”ye geçiniz.

MODÜL DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Puberte dönemi ergenlik sürecinin hangisinde görülür?
A) Ön ergenlik
B) Ergenlik
C) Gençlik
D) Hiçbiri
2. Aşağıdakilerden hangisi ön ergenlik döneminin özelliklerindendir?
A) Ön ergenlik döneminde ergende ilgi bedenine dönüktür.
B) Ergende bu dönemde sinirlilik ve nedensiz ağlamalar gibi olumsuz tepkiler görülür.
C) Bu evrede cinsel ve fiziksel büyüme çok hızlıdır.
D) Hepsi
3. Kendine ve başkalarına karşı eleştirel düşünce geliştirme ergenliğin hangi döneminde görülür?
A) Ergenlik
B) Ön ergenlik
C) Gençlik
D) Puberta
4. Ergenliğin hangi döneminde bilişsel gelişim hızlıdır?
A) Orta ergenlik
B) Ön ergenlik
C) Gençlik
D) Puberta
5. Aşağıdakilerden hangisi gençlik döneminin özelliklerinden değildir?
A) Bu dönemde ergenin aileden kopma ve bağımsızlaşma duyguları azalır.
B) Kendi kararlarını verip kendi seçimini yapma konusundaki çelişkileri azalır.
C) Daha bağımsızdır.
D) Daha fazla etki altında kalır.
6. Meslek ve eş seçiminde daha gerçekçi ve tutarlılık aşağıdaki dönemlerden hangisinde görülür?
A) Ergenlik
B) Ön ergenlik
C) Gençlik
D) Puberta

7. Erkeklerde kas dokusu daha fazla gelişir, boy daha uzun olur. Bu durum aşağıdaki faktörlerden hangisi ile ilgilidir?
A) Hormonlar
B) Cinsiyet
C) Kalıtım
D) Beslenme
8. Aşağıdakilerden hangisi ergenlik sürecini etkileyen faktörlerden kalıtım ile ilgilidir?
A) Bazı zenci kabilelerinde ergenlik daha erken başlar.
B) Kısa boylu ailelerin çocukları kısa, sarışın olanların çocukları açık renkli olmaya eğilimlidir.
C) Gebeliğin ilk üç ayında annenin geçirdiği virüs enfeksiyonları çocuk için zararlıdır.
D) Erkeklerde kas dokusu daha fazla gelişir, boy daha uzun olur.
9. Aşağıdakilerden hangisi gençlik döneminde karşılaşılan problemlerle başa çıkmada etkili değildir?
A) Sosyokültürel etkinliklere yönelmek (tiyatro, sinema, sergi, konser, hobiler)
B) “Hayır deme” becerisi geliştirmek
C) Sorumlulukları azaltmaya çalışmak
D) Gerektiğinde profesyonel yardım alabilmek
10. Aşağıdakilerden hangisi beslenmenin büyümeye etkileri ile ilgili yanlış bir ifadedir?
A) Beslenme, büyüme ve gelişmeyi etkileyen en önemli çevresel faktördür.
B) Süt çocukluğu döneminde yetersiz beslenmeden boydan çok kilonun öncelikle etkilendiği bilinmektedir.
C) Karbonhidrat ağırlıklı beslenen çocuklar buluşa daha erken yaşta girmektedir.
D) Büyüme yetersizliği düşünülen bir çocukta alınan günlük besinlerin yeterli olup olmadığı mutlaka bir hekim tarafından hesaplanmalıdır.
11. Kızlarda ve erkeklerde kalsiyumu kemik içine depolayan hormonlar aşağıdakilerden hangisinde doğru verilmiştir?
A) Östrojen – testosteron
B) Oksijen – testosteron
C) Östrojen – tiroid
D) Testosteron – tiroid
12. Gençlik döneminde düşünme dönemlerinin geçişi aşağıdakilerden hangisinde doğru verilmiştir?
A) Somut işlemsel-soyut işlemsel
B) Soyut işlemsel-somut işlemsel
C) Tümevarım-tümdengelim
D) Tümdengelim-tümevarım

13. Ergen heyecan, coşku ve karşı cinse yönelik duygularını daha çok hangi yollarla dışa yansıtır?
A) Şiir yazma
B) Öykü yazma
C) Hatıra defteri tutma
D) Hepsi
14. Aşağıdakilerden hangisi bireyin ilk sosyalleşmesidir?
A) Okulda
B) Ailede
C) Arkadaşları ile
D) Akrabaları ile
15. Çocukların cinsel gelişim ile ilgili sorularına aşağıda verilen cevap şekillerinden hangisi doğrudur?
A) Çocuğun anlayabileceği bir dille ayrıntılı yanıtlanmalıdır.
B) Çocukların soruları geçiştirilmelidir.
C) Ansiklopedilerden birlikte araştırılmalıdır.
D) Çocuğun seviyesine göre ve fazla ayrıntıya girmeden yanıtlanmalıdır.

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

16. () Ergenlik dönemi, çocukluğun sonu ile ergenliğin başlangıcı arasındaki 8–10 yaş dönemini kapsar.
17. () Orta ergenlik döneminde karşı cinse ilgi başlar, cinsel kimliğine bağlı roller edinilir.
18. () Gençlik döneminde karşılaşılan sorunları aşmada zaman yönetimi bilinci oluşturabilmek önemlidir.
19. () Kızlarda kas dokusu daha fazla gelişir, boy daha uzun olur.
20. () Hamilelikte röntgen, radyum gibi ışınlar çocukta küçük kafa, zekâ geriliği ve uzuvlarda bozukluklara yol açabilir.
21. () Ergenlik döneminde kızlarda yağlanma, erkeklerde ise kas dokusu gelişir.
22. () Hormonların ürettiği “sebum” maddesindeki artış sonucu kas dokusu gelişir.
23. () Hayal etme yaratıcı düşüncüyü besleyen en önemli güçtür.
24. () Ergende heyecan dengesi tam oluşmadığı için duyguların kontrolü zordur.
25. () Erkeklerde testosteron, kızlarda östrojen salgıları beyindeki hipofiz bezinin uyarılmasıyla bol miktarda üretilir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki modüle geçmek için öğretmeninize başvurunuz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ-1 CEVAP ANAHTARI

1	C
2	D
3	B
4	A
5	C
6	D
7	A
8	D
9	A
10	D
11	Y
12	D
13	Y
14	Y
15	D

ÖĞRENME FAALİYETİ-2 CEVAP ANAHTARI

1	C
2	D
3	D
4	B
5	D
6	B
7	D
8	C
9	D
10	D
11	Y
12	Y
13	D
14	Y
15	D

MODÜL DEĞERLENDİRME CEVAP ANAHTARI

1	A
2	D
3	A
4	A
5	D
6	C
7	B
8	B
9	C
10	C
11	A
12	A
13	D
14	B
15	D
16	Y
17	D
18	D
19	Y
20	D
21	D
22	Y
23	D
24	D
25	D

ÖNERİLEN KAYNAKLAR

- ONUR B., **Ergenlik Psikolojisi**, Hacettepe Taş Yayıncılık Limitet Şirketi, Ankara, 1987.
- AVUZER Haluk, **Çocuk Psikolojisi**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1997.
- YAVUZER Haluk, **Okul Çağı Çocuğu**, Birinci Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003.

KAYNAKÇA

- **AKYÜZ Emine**, Çocuğun Haklarının ve Güvenliğinin Korunması.
- Onur B., **Ergenlik Psikolojisi**, Hacettepe Taş Yayıncılık Limitet Şirketi, Ankara, 1987.
- YAVUZER Haluk, **Çocuk Psikolojisi**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1997.
- YAVUZER Haluk, **Okul Çağı Çocuğu**, Birinci Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003.
- Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı: 17, 231–256 S., 2004/2.
- Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Derneği Sitesi (28 Kasım 2007 Çarşamba 09:48)