



KONU: LİSE ÇAĞI PSİKOSOSYAL GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

Değerli Velilerimiz,

Çocuğunuza 2 ay önce aldığınız pantolon bir bakıyorsunuz ki kısalmış. Ailece sinemaya gitmek istiyorsunuz ama çocuğunuz sizinle gelmek istemiyor. Çocuğunuz okula hazırlanmak için tam bir saat oyalanıyor. Çocuğunuzun boyunun bir anda uzadığını fark ediyorsunuz veya olumlu bir şey söylediğinizi düşündüğünüzde bile daha önce hiç karşılaşmadığınız tepkilerle karşılaşıyorsunuz.

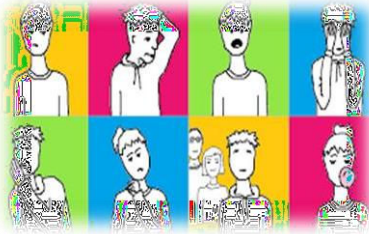
Yukarıdaki durumları yaşamaya başladıysanız çocuğunuz lise çağına gelmiş ve ergenlik dönemine girmeye başlamış demektir. Ergenlik dönemi kişinin hayatında yeni bir süreçtir. Bireyin sosyal, duygusal, bedensel ve akademik olarak değişim yaşayacağı bu dönemde hem anne-babanın çocuktan hem de çocuğun kendinden ve çevresinden beklentileri değişmektedir. Bu bültenimizin ergenlik dönemi konusunda sizlere ışık tutmasını dileriz. Keyifli okumalar...

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi

LİSE ÇAĞI PSİKOSOSYAL GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

Lise çağı her birey için yeni bir dönem ve yeni bir macera demektir. Çocuğunuz lise çağında yeni bir hayata başlar ve burada onu ergenlik karşılar. Peki nedir bu son zamanlarda çok duyduğumuz ve zaman zaman ebeveynlerin “bizim zamanımızda yoktu” dediği bu ergenlik?

Ergenlik çocukluk ile yetişkinlik arasında bir ara dönemdir. Buluş(ön ergenlik) ergenliğin başlarındaki gelişme dönemidir. Ergenlik buluş ile başlar bedenin büyümesinin sona ermesi ile biter. Ergenlik, her çocukta ayrı yaşlarda başlayabilir. Ergenlik özelliklerinin başlamasında çevresel, kalıtsal, ve ruhsal ögeler rol oynamaktadır.



İnsan vücudunda adeta bir iç saat vardır. Ve gerekli olgunluk düzeyine geldiğinde bazı değişiklikleri başlatmak için alarm vermektedir. Ülkemizde ergenlik dönemi ortalama olarak kızlarda 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar. Ergenlikteki fiziksel gelişme, kız ve erkek çocuklarda aynı zamanda ve aynı

hızda olmaz. Araştırmalar kız çocuklarında ergenliğin daha erken başladığını göstermektedir.

Lise çağındaki çocuğunuzun fiziksel gelişimi diğer dönemlere göre daha hızlıdır. Bu dönemde boyda ve kiloda belirgin artışlar olur. Sesin kalınlaşması, vücutta tüylenme, ter bezlerinin çalışmasının artması, üreme organındaki değişiklikler, yüzde tüylenme, yüzde sivilcelenme bu dönemde görülen fiziksel gelişimler arasında sayılabilir. Ergenlik döneminde vücutta görülen değişikliklerle birlikte bireyin duygusal dünyasında da bir takım gelişmeler yaşanmaktadır. Yani çocuğunuz sadece dış

“Benden başka herkes bunu yapıyor.” Düşüncesi gençlerde normaldir. Davranış ve düşüncelerini, yaşlılarıyla karşılaştırması çocuğunun kendi benlik gelişiminin doğal bir parçasıdır. Grup baskısı, gençlerin görüş ve davranışlarını olumlu veya olumsuz etkiler. Anne babanın denetimi ve yol göstericiliği, bu baskının olumlu yanını güçlendirebilir.

Cinsellik: Cinsellik, çocuğunun yetişmesinde çok önemli ve ciddi bir konudur. Ergenlik çağına gelen gençler cinsellikle ilgili birçok şeyi öğrenmek isterler. Bu onların normal ve sağlıklı gelişimlerinin belirtisidir. Çocuğunun kafasına takılan bazı sorular vardır ve o bu sorulara öyle ya da böyle cevaplar bulacaktır. Anne babalarıyla cinsellik üzerine konuşmak istemelerine rağmen gençler, çekindikleri için bir türlü konuya giremezler. Yetişmekte olan gençler güvenilir kaynaklardan bilgi alamayınca bu bilgileri, arkadaş, film ve dergi gibi çok fazla güvenilir olmayan kaynaklardan alırlar. Öncelikle ebeveynler tarafından cinselliğin bir tabu olmadığı anlatılması gerekmektedir. Aileler bu konuyu açamıyorsa, çevrede güvenilecekleri başka bir yetiştikenden destek alabilirler. Ama yine de aileler her halükarda çocuğun bu konudaki danışmanlığını yapmaya hazır olmalıdırlar.

Aile İlişkileri: Aile bireyleri boş zamanlarını birlikte planlar ve birbirlerine destek olurlarsa, ailede bağlılık ve dayanışma güçlenir. Birlikte geçirilecek zamanın düzenli ve mükemmel düzenlenmiş olmasına gerek yoktur. Önemli olan, yalnızca aileye ait güzel bir birlikteliğin yaşanması ve bu birlikteliğin herkes için değerli olmasıdır. Beraberlik duygusunu güçlendirmek için yeniliğe açık olup çocuklarınızın önerilerini dikkate almalısınız. Böylece çocuğunuz da yetişkin olma yolunda aile içi alınan kararlarda söz hakkı almanın mutluluğunu yaşayacak bunun sağlıklı yansımalarını hayatının diğer evrelerinde göreceksiniz ve gösterecektir.

İçerisinde bulunduğumuz topluma ayakları yere sağlam basan, hedefleri olan, öz yeterliliği ve psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler yetiştirme umuduyla..

Özgün ÖZBEY İÇKE
Rehber Öğretmen-Psikolojik Danışman

Kaynakça: Ergenlik Çağı ve Kişilik Gelişimi, Türk Lions Vakfı (2013)