

FİZİKSEL ÖZELLİKLER

Ergenlik, hızlı büyüme ve gelişme ile belirginleşen çok önemli bir gelişim dönemidir. 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.



AKABE İMAMHATİP ORTAOKULU

"ERGENLİK DÖNEMİ GELİŞİM ÖZELLİKLERİ"

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK SERVİSİ



ANİ DUYGUSAL DEĞİŞİMLER

- Mahcubiyet ve Çekingenlik
- Aşırı Hayal Kurma
- Tedirgin ve Huzursuz Olma
- Yalnız Kalma İsteği
- Çabuk Heyecanlanma
- Çalışmaya Karşı İsteksizlik
- Aşırı Özgüven

Yukarıda duyguların yanı sıra farklı duyguları da aynı anda yaşayabilirsiniz. Örneğin bir gün kendinizi aşırı özgüvenli hissederken ertesi gün kendinize karşı güveniniz sarsılmış hissedebilirsiniz.

SOSYAL GELİŞİM VE DEĞİŞİM

- Yeni sosyal çevrelere girme
- İletişime girmede çekinme
- Daha fazla arkadaş edinme isteği
- Popüler olma isteği
- Dış dünyayı takip eder duruma gelme
- Toplumsal konularla ilgilenme
- Utangaçlık, çekingenlik ve kendine güvensizlik,
- Kızlarda erkeklere oranla daha erken gelişim,
- Kendinde ve başkalarında fiziksel görünüme önem verme,
- Duygularda hızlı değişim,
- Normal olmama ve beğenilmeme endişesi taşıma.

Ergen; bağımsızlık kazanmak için çıktığı yolculukta, güvenli bir liman arayışı içerisinde gemisinin yelkenini sağlam tutmaya çalışan "ACEMİ KAPTAN" gibi de adlandırılabilir.



ERGEN-AİLE İLİŞKİLERİ

-ÇOCUKLUK DÖNEMİNİ ANNE-BABAYA KAYITSIZ BİR BAĞLANMA VARDIR. ÇOCUĞUN ÖZDEŞİM KURDUĞU KİŞİ ANNE-BABADIR.

-ERGENLİK DÖNEMİNDE İSE ANNE VE BABAYA DAHA ELEŞTİREL BİR BAKIŞ VARDIR.

-ANNE-BABA ETKİSİZ, GÜÇSÜZ VE YETERSİZ GÖRÜLMEMEYE BAŞLANABİLİR.

-BU DOĞRULTUDA GENÇ VE ERGEN ARASINDA ÇATIŞMA ORTAYA ÇIKABİLİR

"AİLE İLE YAŞANAN SORUNLAR"

-AİLE TARAFINDAN ANLAŞILMADIĞININ DÜŞÜNÜLMESİ

-BASKI VE SINIRLANDIRMALARIN FAZLA OLMASI

-GÜVENSİZLİK

-DERS ÇALIŞMA VE BAŞARI KONUSUNDA BASKI YAPILMASI OLABİLİR

BU TÜRLERDEKİ KONULAR AİLE İÇERİSİNDE ÇATIŞMA YARATABİLİR.