



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

İlkokul Rehberlik Bülteni

**SON ÇOCUKLUK VE
ERGENLİK DÖNEMİ
MAYIS 2023**

www.okankoleji.com



İnsan, yaşamı boyunca sürekli gelişim ve dönüşüm içerisinde. Bu gelişim ve dönüşüm yaş gruplarına göre çeşitli gruplarda incelenebilmektedir:

- 1.Bebeklik: 0-3 yaş
- 2.İlk çocukluk: 3-7 yaş
- 3.Son çocukluk: 7-12 yaş
- 4.Ergenlik: 12-18 yaş
- 5.Genç yetişkinlik: 18-30 yaş
- 6.Orta yetişkinlik: 30-65 yaş
- 7.İleri yetişkinlik: +65 yaş

Erikson'a göre, her dönemde atlatılması gereken bir kriz bulunmaktadır. Bireyler, gelişim dönemi içerisindeki krizleri çözümleyerek bir sonraki döneme sağlıklı bir şekilde geçiş yapar.

Son Çocukluk Dönemi

7-10/12 yaş aralığını kapsayan dönem, ergenlik öncesi son çocukluk dönemidir. Bu dönemde çözülmesi gereken kriz, "başarıya karşı yetersizlik duygusu"dur. Akademik gelişim ve duygusal gelişimin paralellliğini bu dönemde yoğun bir şekilde gözlemlemek mümkündür. Çocuk bir şeyler üretmek, yaptığı işlerde başarılı olmak, yaptığı işlerden beğeni toplamak, çevresi tarafından takdir edilmek ister. Öğrenmeden, üretici olmaktan, başarılı görünmekten memnun olursa, başarı/yarışma duygusu gelişir. Yaptığı işlerde başarılı oldukça kendisine güven duyar, kendisine olan güveni arttıkça da çalışma ve başarılı olma güdöleri artar. Aksi halde aşağılık ve yetersizlik duygularına kapılabilir.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Erinlik Süreci

10-12 yaş aralığını kapsayan, son çocukluktan ergenliğe geçiş sürecidir. Erinlik, özellikle fiziksel değişimlerin odakta olduğu bir dönemdir. Çocukluktan yetişkinliğe geçen bireyler olarak büyümede gerçekleşen bütün fiziksel değişimleri içine alır. Erişkinliğe geçiş döneminde vücudun biyolojik olgunlaşma süreci olarak da tanımlanabilir. Erinlikteki biyolojik değişimler, benlik algısına da etki etmektedir. Bu yüzden ebeveynler olarak çocuklarla fiziksel değişimleri hakkında konuşmak önemli bir noktada yer alır. Bu konuşmayı gerçekleştirenken şu faktörlere dikkat edilmelidir:

- Çocuğunuzun yaşayabileceği değişimleri anlatın. Anlatımınızda nesnel ifadelerden faydalanın. Ancak aşırı bilimsel bir dille veya alabileceğinden fazla bilgiyle onu ürkütmekten kaçının.
- Bu değişimleri, aynı yaş grubundan geçen herkesin yaşayabileceğini vurgulayın. Kendi deneyimlerinizden de bahsedebilirsiniz.
- Çocuğunuzun bu değişimleri hayatında ilk kez yaşadığını unutmayın. Yaşadığı veya yaşayacağı değişimlerle ilgili endişelere kapıldığında hissettiklerinin saçma ve gereksiz olduğunu vurgulamak yerine anlaşıldığını hissettirin.
- Merak ettiği noktaları yargısız, net ve anlaşılır biçimde açıklayın. Bir başka merakı olduğunda tekrar size başvurabileceği şekilde konuşmalar gerçekleştirin.

Ergenlik Dönemi

12-18 yaş aralığını kapsayan dönem, ergenlik dönemi olarak adlandırılmaktadır. Ergenlik; bireyin benliğindeki gelişme sürerken kendini keşfettiği dönemdir. Benlik ise kişinin bedenine, kişilik özelliklerine, değerlerine, yeteneklerine ilişkin düşüncelerini, duygularını ve tüm bunlara biçtiği değeri içerir. Ergenlikte olan biten pek çok şeyin hem nedeni hem sonucu, benlik gelişimi ve kimlik arayışıyla ilgilidir. Dolayısıyla bu dönemde çözülmesi gereken kriz, "kimlik arayışına karşı rol karmaşası"dır. Kriz sürecinde ergenin kimliğiyle ilgili çatışmalar yaşaması istendik bir durumdur. Çatışma yaşanmadan çözülme ve kendini keşif süreci oldukça sınırlı yaşanacak veya hiç yaşanmayacaktır. Bireylerin kendilerini keşfedebilmeleri için öncelikle keşif sürecini gerekli kılan karmaşa meydana gelmelidir.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Ergenlerdeki duygusal gelişim ve değişime bakıldığında ise dikkati çeken ilk noktalardan biri duyguların yoğunluğundaki artış ve istikrarsızlıktır. Bu bağlamda söz konusu duygusal dalgalanmalar; karşı cinse âşık olma, mahcûbiyet ve çekingenlik, aşırı hayâl kurma, tedirginlik ve huzursuzluk, yalnız kalma isteği, çalışmaya karşı isteksizlik ve çabuk heyecanlanma gibi duygulanım durumlarıdır. Bu anlamda ergenlik çağındaki gençlerle ilgili yapılan alan araştırmalarında, ergenlerin duygusal problemlerinin; bulundukları yaş gruplarına, okula devam edip etmemelerine, ailenin geliştirdiği tutumlarına, ergenlerin sahip oldukları bireysel zekalarına ve çevreleri tarafından kabul edilme derecelerine göre değişiklik gösterebilir.

Ebeveyn Olarak Neler Yapabilirsiniz?

- 1.Çocuğunuza konuşma fırsatı verin. Uzun monologlar halinde konuşmamaya özen gösterin.
- 2.Çok önemli olmayan konularda, fikirlerinin yanlış olduğunu düşündüğünüzde, onu düzeltip karşı çıkmayın. Yanlış olduğunu düşündüğünüz konu hakkında daha sonrasında anlayış çerçevesinde bir tartışma gerçekleştirebilirsiniz.
- 3.Söylediğiniz sözlerle, söyleme tarzınızla ya da beden dilinizle onu iğnelemeyin.
- 4.Çocuğunuzun ne söylediğini tam olarak anlayın. Ne söylediğini anlamadığınız noktada cevap vermekten kaçının. Cevap vermeden önce anlatmak istediğini anladığınızdan ve söyleyeceklerinizin gerçek bir cevap olup olmadığından emin olun.

KAYNAKÇA

- Duran, M. (2021). Duyuşsal davranış eğitimi ve erinlik döneminde sosyal beceriler. İksad Yayınevi: Ankara.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1(17), 231-238.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T., & NASIROĞLU, S. (2012). Kişilik gelişimi. Psikiyatride güncel yaklaşımlar, 4(4), 566-589.
- Sevim, S., Önal, A. A., Avşar, V., & Doğan, B. G. (2020). Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlikte olumsuz benlik kavramının yordayıcıları: akılcı olmayan inançlar, benmerkezlilik ve cinsiyetin rolü. Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi.

OKAN EĞİTİM KURUMLARI REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE