

**5. Güvenilmezlerdir.**

Bir öğrenciyle ilgili gizli kılması gereken bilgiye sahipsiniz ve bunu başka öğrencilerin yanında okul rehber öğretmeniyle paylaştınız. Bu bilginin birkaç dakika sonra yayılacağından emin olabilirsiniz.

Ergenler gizli bilgiyi kendilerine saklamak konusunda iyi niyetlere sahiptirler, ancak karşılına paylaşma fırsatı çıktığında bunu değerlendirmekten geri kalamazlar. Bu yaşta henüz paylaşılması gereken şeylerin paylaşılmasının ne gibi sonuçlar doğuracağını kestiremezler. Bu yüzden dikkatli olun.

**6. Benmerkezcidirler fakat kişisel alana dair sorular da sorarlar.**

Başkalarının ihtiyaçlarına yönelik farkındalıkları hala baştan savmadır. Kendinizi iyi hissetmediğiniz ve dersin sonunda 15 dakikalık sessizlik talep ettiğiniz günlerde, size söz verirler, yardımcı olmaya çok heveslidirler. Ancak 5 dakika sonra karşılaşacağınız sahne pek de sessiz olmayacaktır.

**Nasıl baş edebiliriz?**

Aldığınız övgülerin ve gördüğünüz ilginin tadını çıkarın, ancak varlığınıza bile unuttukları zamanlarda da şaşırmayın. Aşırı kişisel sorulara gelince ise onları bir mantık çerçevesinde cevaplayın ve bu cevaplar her yaşa uygun olsun.

**7- Ailelerinden uzaklaşırlar.**

Her ne kadar bu yaştaki çocuklar gelişimlerinin hiçbir döneminde olmadığı kadar fazla yetişkin rehberliğine ihtiyaç duysa da, hayatta danışacakları son insan aileleri noktasına gelirler.

**Nasıl baş edebiliriz?**

Rol model olun ve ailesiyle işbirliği içinde olmaya gayret gösterin. Gerçek bir istismardan şüphelenmiyorsanız bunu gerekli kişilere bildirin.

**8-Hala çocuklardır.**

Onların nasıl da olgunlaştıklarını düşündükten on dakika sonra yaşlarına hiç de uygun olmayan sorularla karşılaşabilirsiniz. Özellikle erkek çocukları daha hareketlidirler.

**Nasıl baş edebiliriz?**

Olgun davranışın sonsuza dek sürmesini beklemeyin. Çocukça davranışlar gösterdiklerinde bunun normal olduğunu bilin. Aslında yaşlarına uygun davranıyorlar.

Hareket etme isteklerinin nedeni, bedenlerinin büyük bir hızla büyüyor olması. Bu yüzden belki ders planlarınıza biraz hareket katmayı deneyebilirsiniz.

*“Öğretmen, tıpkı bir cümlenin öznesi gibi eğitimin en temel ögesidir ve eğitim; öğretmenle başlar, tıpkı cümlenin özne ile başlaması gibi.”*

Öğretmen Olmak, Doğan Cüceloğlu

## 700. YIL ORTAOKULU ÖĞRETMEN EL BROŞÜRÜ

KONU: Ergenlik

Teşekkürlerimizle...

Psikolojik Danışmanlık  
ve  
Rehberlik Servisi

# Ergenlik

## **Ergenlik Nedir?**

Doğum, nasıl fetüs halinden bebeklige geçişi tanımlarsa, ergenlik de çocukluktan yetişkinliğe geçişi tanımladığı için ikinci doğum olarak ifade edilir. Bu yüzden ergenler, tıpkı yaşamın başındaki bebekler gibi kırılgan ve dayanıksızdırlar. Ergenlik döneminin genellikle 10-20 yaşları arasını kapsadığı kabul edilse de bu yazında 12-15 yaş grubu özelliklerine değindik.

## **a) Fiziksel Özellikler**

Kızlar, erkeklere kıyasla ergenlik dönemine 2 yıl erken girmektedir.

### **Kızlarda;**

- Vücut ağırlığı 6-18 kg artar. Boyları 10-20 cm uzar.
- Göğüsler belirginleşir, adet kanaması başlar, cinselbölgelede ve koltuk altlarında kıllanma meydana gelir.
- Hormonal salgılar arttığı için deri yağlanır ve sivilcelenme olur.

### **Erkeklerde;**

- Vücut ağırlığı 7-20 kg artar. Boyları 10-30 cm uzar.
- Ses çatallaşmaya başlayarak erkeğe has biçimde kalınlaşır.
- El ve ayak orantısız büyüyerek sakarlığa neden olur.
- Deri yağlanır ve sivilce çıkar.
- Boyca uzama, hacimce irileşme başlar. Kas dokusu artarak vücuda iri erkeksi görünüm verir.
- Yüz, kollar, genital alan, göğüs ve bacaklar erkeğe has biçimde tüylenir.
- Androjen (erkeklik hormonu) salgısının zirve yapması nedeniyle penis ve testisler olgunlaşmaya başlar. Böylece peniste uyarılabilme kabiliyeti artar, testisler sperm üretmeye başlar.

## **b) Zihinsel Özellikler**

Ergenler, zihinsel gelişim açısından “soyut işlemler” döneminde ve bu zihinsel güç açısından bir yetişkine denk olduğu anlamına gelir. Fakat deneyim ve bilgi eksikliği yaşarlar ve dürtüseldir. Bu yüzden ani öfke patlamaları yaşayabilir, kontrolsüz davranabilirler.

## **c) Sosyal Özellikler**

Bu yaştaki gençler için arkadaşlar aileden çok daha önemlidir ve aynı cinsiyetten arkadaşlarla ilişkilerde daha yakın olurlar. Ayrıca her türlü bağımlılık ve alışkanlıkların başlayıp geliştiği bir dönem olduğu için arkadaşlarının kim olduğu ok önemlidir.

- Kızlar erken olgunlaştığına, yaşlarına göre daha çekingen olurlar ve sosyal ilişkilerde yetersiz hissederler. Bulunduğu gruptan dışlanma olabilir.
- Erkekler erken olgunlaştığında, yaşlarına göre daha fazla ilgi görür, grup lideri gibilerdir, akranlarına daha kolay uyum sağlar ve daha dışa dönüktürler.
- Kızlar geç olgunlaştığında, daha dışa dönük, sosyal ilişkileri kuvvetli ve yaşları arasında popülerdirler.
- Erkekler geç olgunlaştığında, daha az ilgi görürler, dikkat çekici hareketlerde bulunarak dikkatlerini kendi üzerlerine çekmeye çalışırlar.

## **Biz öğretmenler olarak neler yapabiliriz?**

**1- Akranlarının fikirlerine hemen hiçbir şeye olmadı kadar çok değer verirler.**

Örneğin üzerinde çok çalıştıklarını bildiğiniz bir ödevi, sınıfta herkesin önünde sesli olarak okumaları gerektiğini fark ettikleri için son anda size teslim etmekten vazgeçebilirler. Ya da çikolatalı sütü çok sevmelerine rağmen etrafta biri, çikolatalı sütün bebek içeceği olduğuna dair bir açıklama yaptığı için onlara önerdiğiniz çikolatalı sütü reddedebilirler.

### **Nasıl baş edebiliriz?**

Bu özelliğin işinize yaramasını sağlamaya çalışın: Sınıftaki herkesin üstün gördüğü çocukları bulun. Ve sonra bu çocukların, herkesin bir parçası olmasını istediğiniz bir konu hakkındaki yeni bir projeyi üstlenmelerini ya da sizinle birlikte sorumluluğu paylaşmalarını sağlayın.

Eğer sınıfın en havalı kızı neyi sevdiğini söylerse, diğerleri de onu takip etmek isteyecektir. Ayrıca sosyalleşmenin ergenler için büyük bir motivasyon kaynağı olduğunu bilin. Bir saatlik yoğun bir dersin sonuna beş dakikalık bir serbest konuşma zamanı koyarsanız, öğrenciler sizinle daha kolay işbirliği yapacaktır.

## **2- Vücutlarında olup biten şeylerden korkarlar.**

Vücutlarına dikkat çekmemeye çalışın. Seslerinin değiştiğine, ayaklarının büyüdüğüne ya da daha kötüsü hiç büyümüyor gibi gördüklerine kimsenin dikkat çekmemesini tercih ederler.

Eğer bir çocuğa toplum önünde bir şey yaptırmaya çalışıyorsanız – tahtada problem çözmek ya da sınav kağıtlarını dağıtmak gibi – ve o da bunu yapmaya gerçekten direniyorsa ne yapmalısınız? Bunun muhtemelen vücudunda olup biten bir şeylerle ilgili bir açıklaması vardır. Bu yüzden eğer nedenini anlayamadığımız bir dirençle karşılaşırsanız, geri çekilin. Sebebini anlamaya çalışmayın ve diğer bir çocuğa geçin. Ve yönlendirilmesi gerektiğini düşünüyorsanız rehberlik servisiyle işbirliği yapın.

## **3- Abartma eğilimleri vardır.**

Dışarıda birden kar yağmaya mı başladı? Oturun, arkanıza yaslanın ve daha önce hiç kar görmemiş gibi davranmalarını izleyin.

### **Nasıl baş edebiliriz?**

Sınıfta bir fare olduğunu mu gördünüz? Korku filmi çılgınlıklarına hazır olun. Dışarıda birden kar yağmaya mı başladı? Oturun, arkanıza yaslanın ve daha önce hiç kar görmemiş gibi davranmalarını izleyin. Bu abartmaların arkasındaki gerçek duyguları onaylarken yaşadıkları deneyimleri daha gerçekçi bir açıdan yeniden tanımlamaya çalışın: “Evet, fare korkutucu olabilir. Şu ufaklığın işine bakalım ve dersimize geri dönelim.”

Problemleri sakın ve mantıklı bir dille anlatarak, sağlıklı bir insanın hayatın küçük sürprizleri ile nasıl yol aldığını modellemiş olursunuz. Olaya biraz da mizah katmayı unutmayın: Bu davranışlardan rahatsız olmak yerine birzadan geçeceğini düşünün.

## **4- Toplum önünde övülmekten mahcup olurlar.**

Bir ilkokul öğrencisi, akranları önünde ön plana çıkmaya bayılır. Ama bir ortaokul öğrencisinin bu durumda utancından ezilip büzüldüğünü fark edeceksiniz.

### **Nasıl baş edebiliriz?**

Kesinlikle desteklemeye devam edin, ama bunu özel olarak yapın.