

## **ERGENLİKTE GELİŞİM GÖREVLERİ:**

1. Bedensel özelliklerini kabul etmek ve bedeni olumlu kullanmak
2. Cinsel rolünü kabul etme ve bu role uygun davranışlar geliştirme
3. Her cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurmak
4. Ana-babadan ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığı gerçekleştirme, kendisi ile ilgili önemli kararlar verebilme.
5. Meslek seçimi için gerekli ön hazırlıkları yapma ve kendisine en uygun olan mesleği seçebilme
6. Evliliğe ve aile yaşamına hazırlanmak

**Ergenin bu gelişim görevlerini yerine getirebilmesi için daha önceki yılların gelişim görevlerini zamanında tamamlaması ve fizyolojik gelişimi açısından yaşına uygun bir olgunluk düzeyine erişmiş olması gerekmektedir.**

Gelişim çağına özgü gelişim görevlerinin zamanında yerine getirilmesi kişinin çevresi ile uyumlu bir ilişki kurmasına, başarısız her gelişim görevi ise kişiliğin uyumunda bir soruna ve güvensizlik durumunun oluşmasına neden olmaktadır.

Gelişim görevlerinin zamanında başarılmasına kişinin kendine duyduğu güven ve saygı, bunun yanında sosyal çevrenin kişiye sunacağı güven ve ön yaşantıların çeşitliliği önemlidir.

## **BEDENSEL VE CİNSEL GELİŞİM**

Ergenlik; endokrin bezlerinin damarlara hormon salgılaması ile biyolojik olarak başlar, kandaki hormonlar erinlik süreci olarak bilinen bedensel ve cinsel değişimleri başlatır.

### **Bedensel Değişimler:**

Çocukluğun sonu ergenliğin başlangıcı arasındaki, bireyin cinsel olarak olgunlaşmaya başladığı kısa süre 1-2 yıl erinlik olarak bilinir. en hızlı büyüme ve gelişim dönemlerinden biri erinliktir. Değişimlerin en çok olanları ani büyüme atılımı, birincil ve ikincil cinsiyet özelliklerinin ortaya çıkmasıdır.

Ergenliğin başlangıcının en belirgin habercisi boy uzamasıdır. Çocukluk döneminde ortalama olarak erkek çocukların daha kısa olan kız çocukları 10-12 yaşlarında ilk

büyüme atılımı yaparlar ve bu noktada genellikle daha uzun ve ağırdırlar. Bu süre boyunca kızların çoğu 5-10 cm büyür. Maksimum boya 16-17 yaş dolaylarında ulaşılır.

Gelişimin bir çok alanında kızların 2 yıl gerisinde olan erkek çocuklar kendi büyüme atımlarına genellikle 10-16 yaşları arasında (ortalama 14) başlarlar. Her yıl 7,5-12 cm büyürler. Daha sonra büyüme, maksimum boya 18-20 yaşlara kadar yavaşlayarak sürer. 11-16 yaşları arasında ortalama kız çocuk yaklaşık 19 kilo, ortalama erkek çocuk 25 kilo olacaktır. Büyüme atılımı sırasında eller ve ayaklar genellikle bedenin diğer bölümlerinden daha çabuk gelişir; buda geçici bir sakarlığa ve beceriksizliğe yol açar.

Ağırlık konusunda iki sapma söz konusudur. Bunlardan ilki aşırı şişmanlık, (kızları erkeklerden daha fazla ilgilendirmektedir) diğeri de iştah kaybından doğan aşırı kilo kaybı anlamına gelen anoreksiya nevrozudur.

Şişmanlık kişinin ortalama ağırlığının %20'si üstünde ya da daha fazla bir ağırlıkta olması demektir. Şişmanlık benlik kavramına, okula ve yaşlılarına uyum sağlamaya etkisi nedeniyle ciddi bir sorun haline gelebilmektedir. İkinci ağırlık sorunu anoreksiya nevroz yemek yemeyi reddetmeyi alınan herhangi bir besini kusmayı ve aşırı kilo kaybını içermektedir. En ciddi durumda hastaneye yatırılması gerekmektedir. Vakaların %10 kadarının açlıktan öldüğü belirtilmektedir. Sorun genellikle şişmanlıktan kaçma ve çekiciliğini yitirme korkma olarak ortaya çıkmaktadır.

Kısa ya da çok uzun boylu olmak, çok şişman ya da çok zayıf olmak ergenin grup içerisindeki statüsünü ve arkadaş ilişkilerini etkileyen önemli bir faktördür.

## **BİRİNCİL VE İKİNCİL CİNSİYET ÖZELLİKLERİ**

Erinlik sırasında erin otomatik olarak boy ve kilo kazanırken cinsel olgunlaşmanın başladığı işaretini veren ayrı derecede önemli diğer değişimler ortaya çıkarır. Erinlik döneminde cinsel organlardaki gelişim, üreme fonksiyonu ile doğrudan ilgili olan birincil cinsiyet özellikleri (erkeklere penis, testisler, kızlarda yumurtalıklar ve rahim) ve üreme fonksiyonuyla dolaylı olarak ilgili olan(tüylerin gelişimi, erkeklerde ses değişikliği, göğüs ve kalçanın oluşumu) ikincil cinsiyet özellikleri biçiminde özetlenebilir.

Bu dönemde kızların ve erkeklerin bedenin bazı fiziksel özelliklerinin normal olup olmadığı cinsel bakımdan yeterli gelişmeye ulaşmış olup olmadığı gibi kaygılar yaşanır.

Bazı erkek ergenler için ses değişimleri sıkıntı kaynağıdır. Çünkü erkek çocuk bir cümleden diğerine başına ne geleceğini asla bilemez. Sonuçta utangaç olabilir, yetişkinlerin ve kızların onları konuşurma girişimlerinden kaçınabilirler.

Ergenlik yıllarında yüzdeki yağ bezlerinin tıkanması ve iltihaplanması ile oluşan sivilcelerden son derece rahatsız olan ergene, sivilcelerin nedenleri ve önlemleri konusunda çocuğa yardımcı olunmalıdır.

### **Beden İmgesi:**

Bu hızlı değişme ve gelişme, ergenler için önemli bir kaygı kaynağı oluşturur. Ergenin bu gelişim hızına ve değişimlere hazırlıklı olup olmaması, toplumun kendisi için koyduğu ölçülerle ergenin olgunluğu arasındaki uyumsuzluk onun davranışlarında etkili olmaktadır.

Ergenlik yıllarında bulunan öğrencilerin sağlığıyla ilgili önlemler başta gelmektedir. Çünkü vücut enerjisinin büyük bir kısmını cinsel büyümeye ve olgunlaşmaya sarf ettiğinden ergenin dengeli beslenmesi gerekmektedir. Ergenlikte açlık dürtüsü sık hissedildiğinden bunu bastırmak için abur cubur yeme eğilimi artmaktadır. Ergenlik çağındaki gençlerin bir yetişkinden daha çok protein mineral ve vitamin ihtiyacı olduğundan gelişigüzel beslenme hem onda gizli açlığa neden olmakta ve hastalıklara direnci azaltmakta hem de ruh sağlığını ve duygusal dengeyi bozmaktadır. Gençler dengeli beslenme ve önemi konusunda bilinçlendirilmelidir.

**Ergenlerin başarması gereken gelişim görevlerinden ilki bedeni kabul etme görevidir.** Beden imgesi yani bedenimiz hakkındaki duygularımız benlik kavramımızı yani birey olarak kendi hakkımızdaki duygularımızı etkilemektedir. Olumlu beden imgesine sahip bir ergen olumlu benlik kavramı geliştirmeye daha uygundur. Ergenin olumlu benlik kavramı geliştirmesinde, bir insanın nasıl görüldüğü hakkındaki fantezileri, düşünceleri en önemlisi de yaşlılarından daha erken ya da geç olgunlaşmış olması gibi etkenler de vardır. Bu konu ergenin her iki cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurma görevindeki başarısını ya da başarısızlığını da etkileyecektir.

Burada önemli olan hususlardan biri ergenin gelişimini ve uyumunu nasıl etkilediğidir? Araştırmalar erken olgunlaşan erkeklerin daha fazla avantaja sahip olduğunu göstermektedir. Olduklarından daha büyük görünen bu çocuklar çoğu zaman yetişkin muamelesi görmekte ve onlara daha fazla sorumluluk yüklenmektedir.

Yetişkinlerle ve kızlarla daha olgun bir düzeyde ilişkiye girmekte ve yaşlıları arasında liderliği üstlenmektedirler. Diğer yanda geç olgunlaşan erkekler bir

takım dezavantajlara sahip görünmektedir. Yetişkinler ve okul arkadaşları onlara çocuk gözüyle bakmakta ve böyle davranmaktadır. Bu çocuklar kendilerini güvensiz ve aşağı hissedebilirler. Dikkat çekmeye yönelik davranışta bulunabilirler.

Erken olgunlaşan kızlar ise önce avantajsız görünmektedirler. Ama bir ya da bira daha sonra yaşitlarının hayranlığını çekebilmekte ve kendilerinden büyük olanlarla olgun ilişkiler kurabilmektedir. Olumlu benlik geliştirilebilmektedir. Genellikle geç olgunlaşan kızlar bunu çok kötü yaşamıyorlar; çünkü toplum erkeklerden ne beklediğini daha kesin biçimde tanımlıyor ve kızlardaki sapmalara daha fazla hoşgörü gösterilebiliyor.

## **ERGENLİKTE BİLİŞSEL GELİŞİM**

Bedensel ve cinsel değişimlerle birlikte ergenler zihinsel yeteneklerinde de değişim yaşarlar. Bilişsel gelişim ergenlerin yalnız kendilerini, ailelerini, arkadaşlarını ve öğretmenlerini değil, dünyalarını görme biçimi üzerinde uzun süreli etkiler taşır. Ergenlerin düşünme süreçleri değişir. Gittikçe artan biçimde geleceğe yönelik ve soyut düşüncelerle ilgili olurlar. İdealizm kazanır. Cinsellik, ahlak, din gibi konularla ilgili gerçekten kendilerine ait bir değerler takımı edinirler. 11-12 yaş dolaylarında başlayan mantıksal düşünmenin yetişkinler düzeyine ulaştığı bu döneme soyut işlemler dönemi denir.

Somut işlem döneminde olan bir çocuk gerçek sorunlarla uğraşmak zorunda olduğu halde (çünkü onun düşüncesi şimdiki zaman ile sınırlı) soyut işlem düşüncesine sahip olan ergen, yakın çevreyi varsayımsal bir geçmişe ya da geleceğe bağlayan olası sorunlarla uğraşır (geleceği hesaba katabilir). Somut işlem döneminde bir çocuk bilgi somut olarak verildiğinde (bilgi ile görsel yada fiziksel bir ilişki kurabileceği ölçüde) bilgiyi sistemli ve mantıklı bir biçimde işleyebilir. Ergen ise olaylar olmadan sonuçlarını kestirme yeteneğini geliştirir. Zihninde bir çok seçeneği gözden geçirip inceleyebilir, mantıksal sonuçlar çıkarabilir ve ister somut, ister soyut biçimde sunulsun, karmaşık sorunları sistemli bir biçimde çözebilirler.

Kısacası ergenler, geleceği varsayımlar doğrultusunda görme ve gerçek ya da olası sorunlara seçenek çözümler üretmelerine olanak veren yetenekler kazanırlar.

Ergenin geleceğe yönelik planlar yapabilmesi, davranışlarını eleştirebilmesi, değerler sistemini olgunlaştırabilmesi ve kendini tanıyarak kabul edebilmesi soyut düşünme yeteneğinin kazanılmış olmasını gerektirir. O nedenle okullarımızda çocuğu ilgilendiren konular üzerinde soyut düşünme yeteneğinin sınırlarını

genişletici tartışmalara yer vermek, onları ders dışı okumalara yöneltmek ve okunanları değerlendirmek vazgeçilmez etkinlikler olmalıdır.

## **ERGEN BEN-MERKEZCİLİĞİ**

Ben merkezlik bilişsel gelişimin her devresinde farklılık gösterir. Ergendeki bedensel ve cinsel değişimler sonucu çevrelerindeki insanların kendi davranışları ile görünüşleriyle kendileri kadar saplantıları ile ilgilendiklerini ve her zaman ilgi odağı olduklarını kabul etmeye başlarlar. Ergenler gittikçe kendi yarattıkları bir hayali seyirci kitlesiyle çevrilirler. Bu düşünceye inandıkları için benlik bilinci artar ve kendilerine hayran olma ile kendilerini eleştirme arasında gidip gelirler. Bu tutum ergenleri kendi kendilerine yarattıkları başkalarından önemli oldukları düşüncesiyle (hayali seyirci) özel veya biricik olduklarını hissetmeye götürür. Duyguların çok özel ve ölümsüzlüğüne inançları vardır. Kimsenin kendisi kadar acı çekemeyeceğini ve bu kadar mükemmel duygular yaşamayacağına inanır. Sonunda ergenler gerçekte herkesten farklı olmadıklarını ve insanların kendilerini seyretmek için var olmadığını fark etmeye başlarlar. Ben merkezlik yerini doğruları ve yanlışları dengeleyen daha gerçekçi bir benlik kavramına bırakır.

Yeni bilişsel yetenekleri ergenlere davranışın iyiliğini ya da kötülüğünü düşünmek ya da yargılama gücünü kazandırır. Ergenlerin kendilerinin ve başkalarının davranışları görme tarzındaki değişimlere yol açmaktadır.

### **Ergenliğin İlk yıllarında Kişilik Gelişimi**

Ergenliğin ilk yıllarında birey ne çocuktur ne de gençtir. Bu nedenle ona "yeniyetme" denir. Ama ergenliğin son yıllarında kişi artık bir gençtir. İlk yıllarda kişi tutarsız ve çelişkili davranışlar sergilerken son yıllarında daha tutarlı ve belirli davranışlar geliştirmeye başlar.

Ergenliğin ilk yıllarında kişi biyolojik yapısında beliren, önce ikincil, daha sonra birincil cinsiyet özelliklerini ve cinsel dürtülerini henüz cinsel kimliğinin öğeleri olarak özümleyememiştir. Ayrıca her ergenin ilk çocukluk çağından itibaren cinselliği ile ilgili özdeşimi kendi ana-baba modellerine ve onlarla ilişkilerine göre biçimlenmiştir. Evde küçümsenen bir ebeveynle, kadın-erkek rollerinin kesin sınırlarla ayrılmadığı ailelerde ebeveynlerden birinin ya da her ikisinin yokluğu ana-babanın karşı cinsten bir evlat sahibi olmaya duyduğu özlemi sözlerine ve çocuğun dış görünümüne yansıtmaları kişinin kendi cinselliği ile ilgili davranışları kazanması engeller. "Yeniyetme" yeni kimliğine bir yandan umut ve güvenle bakarken diğer yandan da toplumun cinsel konulara ayıp ve utanç duygusu kimliğinin bir yönünün kabulünü güçleştirmektedir. Bu nedenle "yeniyetme" umut

ve suçluluk duygusu, güven ve güvensizlik duygularıyla şaşkın ve çelişkili görünmektedir.

Eğer kişi bebeklik çağından başlayarak ergenlik yıllarına kadar getirdiği kişilik yapısında temel güven duygusu yerine güvensizlik bağımsızlık yerine kararsızlık, girişim yerine güvensizlik, bağımsızlık yerine kararsızlık, girişim yerine suçluluk başarı duygusu yerine yetersizlik duygusu ile yoğrulmuş bir duygusu geliştirdi ise ergenlik çağını doğal bunalımları sırasında çok fazla zorlanacaktır.

Sağlıklı bir kişilik gelişimi içinde bile ergen erinlik yıllarında çocukluktan getirdiği tüm alışkanlıkları terk ettiği yakınları için bir yakınma duygusu olarak görülmektedir. Ergenliğin ilk yıllarında ana- babaların çocukları hakkında genellikle şöyle konuştukları görülmektedir. Asi, hırçın, evde huysuz, dışarıda sıkılgan, durgun ve dalgın, sorumsuz kendi başına buyruk, alıngan ve karamsar, ters ve olur olmaz şeye ağılıyor, ders çalışmıyor, kaide ve kuralları tanımıyor, küstah konuşmalar yetişkinleri kaygılandırıcı ama ergenliğin ilk yılları için normal sayılabilecek davranışlardır

Ergenliğin ilk yıllarında görülen bütün bu olumsuz davranışlar benlik yapısının bir zorlama karşısında olduğunu göstermektedir. ve zorlanmaların daha çok bağımsızlığa duyulan gereksinmenin artışı ve cinsel uyanıştan kaynaklandığı söylenebilir.

Ergen çocukluk dönemindeki alışkanlık ve fikirlerinin artık kendisi için yetersiz olduğunu görür. Tutarsız davranışlar yerleşmiş olan bu alışkanlıkların yerlerine yenilerinin kazanılması sonucunda ortaya çıkar. Ergenin yeni gereksinmelere doyum getiren aynı zamanda toplumsal kurullarla çelişmeyen davranışlar kazanıncaya kadar pek çok yanılgılar içine düşmesi doğaldır. Yeter ki normal gitmeyen koşullar altında kendi yolunu bulması için gerekli savaşımlarını gücünü kaybetmesi , ergenin ilk zamanlar savaşımlarını kaybetmişçesine ve arkadaşları dahil çevresine yabancılaşmasını doğal karşılamak gerekir. Kısa bir süre sonra bu durumdan kurtulup kendini coşkulu bir yaşam temposunda çıkış yolu arayacak ve bu arada kaçınılmaz yanlışlıklar yapacaktır. Ergenliğin ilk yıllarında görülen bu kararsızlıkları ve tutarsızlıkları normal ve sağlıklı bir kişilik gelişiminin görünümü saymak gerekir.

## **ERGENLİĞİN SON YILLARINDA KİŞİLİK GELİŞİMİ**

Ergenliğin ilk yıllarında yetişkin otoritesine başkaldırma şekline dönüşen bağımsızlık gereksinmesi ile cinsel kimliğin kabulüne ilişkin gereksinimler henüz tam çözüme ulaşmamakta beraber, kişinin bu konudaki çabaları onu arkadaş dünyası içine itmekte; onun dikkatini kendisi üzerinden bir ölçüde

uzaklaştırmaktadır. Yavaş yavaş ergen cinsel isteklerini kendi denetimi altında tutabilmeyi öğrenmeye ve cinsel kimliği özümlemeye başlamaktadır. Böylece ergene ergenlik öncesinde olduğu gibi, karşı cinsi reddetmemekte ve erenlik yıllarında yaptığı gibi karşı cinse ilgisini gizlememektedir. Aksine karşı cinsin beğenisine bir gereksinim duymakta ve sağlıklı bir gelişim içerisindeyse karşı cinse olan ilgisini gizleme gereği duymamaktadır.

Meslek seçimi üzerinde ciddi bir düşünceye yönelmiş bulunmakta ve yeteneklerini gözden geçirmeye başlamaktadır. Bu durum karşısında ergenin ideal benliği ile gerçek benliğinin birbiriyle uzlaşması ya da çözüm gerektiren başka çatışmalar içine düşmesi beklenebilir. Kişinin kendi ilgi ve yeteneklerini gerçekçi bir gözle görmesi, bunlara uygun meslekleri tanınması ve bu doğrultuda seçimini yapma ilerde meslekteki başarılarını ve uyumunu olumlu yönde etkileyecektir.

Yetişkin olma yolunda kendisi için bir kimlik geliştirme konusundaki aşamaları, ergeni yetişkin beğenisinden çok arkadaş beğenisine yöneltilir duruma getirmiştir. Aslında bu durum kişi için duygusal bağımsızlığını kazanma ve akran değerlerini özümleme bakımından önemli bir aşamadır. Genç arkadaşları tarafından kabul edilmesi onun kendini kabulünde olumlu etki eder. Bu dönemde sayıca çok, kısa süreli arkadaşlıklar ve büyük gruplar yerini, ergenliğin bitimine doğru sayıca az yakın dostluklara ve küçük arkadaş gruplarına bırakmaktadır.

Kişinin kendini kabulü "kişilik değerlilik ve sınırlılıkları olan her bir özelliğini gerçekçi bir gözle tanıması ve bunları kişiliğinin bir parçası sayma biçiminde ki sağlıklı tutumu" olarak tanımlanabilir. Kişinin böyle sağlıklı ve olumlu bir benlik tasarımı geliştirebilmesi bazı yerlerde başarılı olması gerekmektedir. Yetişkin dünyası ve yakınları ergene bağımsız davranma fırsatı vererek, kendi kendine karar verme, kendisine güvenmesini sağlayacak yaşantılar geçirmesine fırsat vermeli.

Ergenin kendini kabulünde akran dünyası içine girmesi ve yaşantılar geçirmesi gerekmektedir.

Ergenlik çağının gelişim görevlerinin başarılmış olması, onun daha rahat bir biçimde gene yetişkinlik yıllarına girmesini sağlar.

## **ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ YÜKSEK DUYGUSALLIĞIN NEDENLERİ**

1. Her yaşta uyum, duygusal gerginliği de beraberinde getirir. Çünkü yeni durumlara uyum, hem zihinsel, hem de hareketle ilgili davranışlarda değişikliği gerektirir.

2. Ergen çocukluk dönemindeki alışkanlık ve fikirlerinin artık kendisi için yetersiz olduğunu görür. Duygusal gerginlik, yerleşmiş olan bu alışkanlıkların yerlerine yenilerinin kazanılması sonucunda ortaya çıkar.

3. Çevresel ve toplumsal faktörler ergende güvensizlik duygusu yaratır ki bu da duygusallığa neden olur.

4. Kuşaklar arasındaki farklı duyuş ve düşünüş nedeniyle ana-baba ve ergen arasında yeterli düzeyde dostça bir ilişki kurulmamaktadır. Bunun sonucu olarak da, davranışlarından dolayı kendine çocuk muamelesi yapılan ergen, yer yer isyan etmektedir.

5. Aile içindeki duygusal ve sosyal etkileşim açısından başarılı bir çocukluk dönemi geçiren birey, ergenlik dönemi sorunlarını daha kolaylıkla çözebilir. Çocukluk yıllarında çocuklarıyla arkadaşça bir diyalog kurmayı başaran anne ve babalar, bu diyalogu ergenlik döneminde de sürdürmekte, genç için gerekli olan rehberlik işlevini yerine getirmiş olurlar.

6. Sosyal baskıyla oluşturulan güvensizlik ve şüphencilik duyguları yerine, gence bir kişiliğe sahip olduğu hissettirilmeli işinde ve sosyal yaşamında arzularını, yetenek ve gereksinimlerine uygun bir biçimde gerçekleştirebilmesine yardım edilmelidir.

7. Yeni bir çevreye uyum her yaşta zor olmakla beraber ergenlik döneminde uyumun daha da güçleştiği görülür. Bunun başlıca nedeni, ergenden kısa bir süre içinde bir çok yeni çevreye uyum göstermesinin beklenmesidir.

## **ERGENLİK DÖNEMİNDE EN SIK RASTLANAN HEYECAN BİÇİMLERİ**

### **Korku:**

Ergenlikte korku tepkisi bir anlamda çocukluktakiyle eşdeğerdir. Genç bireyler için özellikle "bilinmeyen" şeyler korkunun doğmasına temel nedendir. Ergenin ilgilendiği faaliyetlerin sonucunu kestirememesi de korkuya neden olabilir. Ergenlikte tüm duygusal konularda bireyin kendini kontrol edebilme alışkanlığını kazanabilmesi önemlidir.

### **Ergenlikte korku Üç Temel Nuktada incelenebilir:**

1. Objelere Karşı Duyulan Korkular: Yılan, köpek, uçak, fırtına, ateş gibi objelere karşı duyulan korkular.

2. Sosyal İlişkilerden Duyulan Korkular: Diğer insanlarla tanışmak, alaycı kimselerle bir arada olmak, topluluk önünde konuşmak ya da çoğunluğu



büyüklerden oluşan bir gruba katılmak, gençlerde korku meydana getirebilir. Bu tür sosyal korku, utangaçlık ya da şaşkınlık şeklinde görülür.

**3. Ergenin Kendisi İle İlgili Korkuları:** Yoksulluk, ölüm, kendisinin veya ailesinden bir bireyin ciddi bir hastalığa tutulması, okulda ya da işinde başarısızlığa uğraması gençte korku oluşturabilir. Genç korku durumunda kaçma ya da (vücudun kaskatı kesilmesi, titreyip şaşırması, terlemesi gibi bedensel tepkiyle yanıt verir. Yaş ilerledikçe, çevresiyle olan ilişkilerin artması sonucu korkuların giderek azaldığı görülür.

### **Endişe:**

Endişeler gerçek nedenden çok, hayali nedenlerden oluşan korku tipleridir. Korkulan durumun zihinsel düzeyde prova edilerek yinelenmesidir. Genellikle korkudan daha uzun sürerler. Burada gelecekte beklenen durumlardan duyulan gerilim halleri söz konusudur. Endişe, geçmişte bireye doyum sağlamayan bazı olaylar üzerine, oluşabildiği gibi, bireyin başarmak istediği geleceğe yönelik faaliyetlerini de içerebilir. Orta ve lise öğrencileri özellikle çeşitli okul sorunları hakkında, dış görünüş ve arkadaşları arasında popüler olmama, endişe yaratan diğer konular arasında sayılabilir.

### **Öfke:**

Ergenlik döneminde öfkeye neden olan uyarımlar genellikle sosyal kaynaklıdır. Ergenle alay edilmesi, ona yalan söylenmesi öfkeyi oluşturan başlıca nedenlerdir.

### **Duygusal Kırıklıklar:**

Bir arzu ya da amacın önüne çıkan dış veya iç engeller ergene kırıklıkların oluşumuna yol açar. Bu durumların çok azında öfke, ama hepsinde sıkıntı hali görülür. Ergen kırıklığını sosyal çevrenin kabul edebileceği bir davranış biçimde belli eder. bireyin kırıklık anında göstereceği tepki onun yaşına, toplumsal geçmişine, deneyimlerine ve kendisine kırıklık yaratan nedeni algılayış biçimine bağlıdır.

Gencin arzularını gerçekleştirmesini etkileyen faktörleri beş grupta toplayabiliriz.

1. Biyolojik yetersizlikler: Bireyin arzuları, biyolojik kapasite ve yeteneklerinin çok üstündedir.

2. Yetersiz alışkanlık yetenek ve beceriler: ergenlik döneminde birey tam bir uyum gösterebilmek için gerekli olan alışkanlık, yetenek ve becerilerden yoksundur.

3. Çevresel yetersizlik ve tehlikeler: Maddi yetersizlikler, sosyal merkezlerden uzak olmak, arkadaşı gibi davranmasını engelleyen okul ve ailelerin kural ve disiplinleri, gencin kırıklığa uğramasına neden olur.

4. Ergende biyolojik ve psikolojik gereksinimlerden doğan karmaşık istek, nefret, tercihlerle dolu tavırların yarattığı bir ruhsal durum egemendir. Ancak huzurlu bir aile ortamında duygusal bakımdan sağlam bir yapı içinde, bu arzular rahat bir şekilde karşılanırsa çevreye uyum kolaylaşır.

### **Ergenin Aile İçi İlişki ve Sorunları**

Ergenin davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma gereksinimi vardır. Bu gereksinimi karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum ailedir.

Ergen yaşadığı toplumda kendi görev ve statüsü hakkında açık seçik bir fikre sahip değildir. Kendisine yetişkin görev sorumluluklarının verilmemesi ve statü belirsizliği ergeni mutsuz kılar. Statü belirleyici olarak aile, çocuğun toplumsal durumunu ve toplum içinde o yere gelebilmesi için üstlenmesi gereken rolü saptamaktadır.

Aile bireyleri arasında etkileşim ve iletişim ergenin kişilik yapısını biçimlendirmede çok büyük çok derin etkisi vardır. Ailede otoritenin türü, yaşamsal bir etken olarak ortaya çıkar. Davranışların ergenin üzerindeki etkiler, ana-babanın ergene uyguladıkları baskının derecesine bağlıdır. Bu kuvvet gösterisi yetkeci ailelerde ana-babalar kuralları koyar, diğerlerinin de bunlara uyması beklenir, kurallara aykırı davranışlar sert bir disiplinle karşılanır, onlara inanılır, itaat edilir, saygı gösterilir. Çoğu zaman suçlulukla ya da başkaldırıyla sonuçlanır. İzin verici ailelerde ise çok az kural vardır, hiç olmayabilir de ana-balar bilerek ya da hiç ilgilenmeyerek ergenlere aşağı yukarı hoşuna gittiği gibi davranma olanağı tanırırlar. Disiplin ortaya çıktığında çoğunlukla kararsızdır ve önceden kestirilemez. Ergen üzerindeki etkileri çok açık değildir. Böylesi koşullarda bazı ergenlerin çok iyi olduğunu, bazılarında da düşük benlik saygısı geliştirdiği gözlenmiştir. Bir de demokratik aileler vardır. Bu ailede yetkileri ellerinde tutarken ve uyulacak kuralları koyarken, ergenlere farklı olma, kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenme ve daha fazla karar verme olanakları verilir. Disiplin, katı cezadan çok akıl yürütmeyi, kendine güven ve yüksek akademik güdü gibi davranışları gösterir.

Özetle ana-babanın yöntemleri bir ergenin bağımsızlığı gerçekleştirme yeteneğini büyük ölçüde etkilemektedir. Ana-baba yetkecilik ya da izin vericilik uçlarında yer aldığına çocuklarıyla ilişkilerini güçlükler saracaktır. Demokratik yaklaşım olumlu bir benlik kavramını ve bağımsızlığı kolaylaştırır. Bunlar izin verici ailelerde ortaya çıkabilir. Yetkecilikte de amaçlara doğru ilerlemeye büyük ölçüde engel olur.

Ana-babanın duygusal sorunları, evlilik ilişkilerinde başarılı olamamaları, ergenin aile içinde sürekli kavga ve çekişmeye tanık olması, aşırı koruma , bir çocuğu diğerinden ayırarak sevmek, bazı çocuklarının uyum bozukluklarını görememe ergeni karmaşa, iç çatışmaya ve ya suç davranışına itebilir. Bunların dışında anne ve babaların kendi gelişim dönemlerini dikkate alarak, ergenleri evden ve okuldan kaçmaya iten davranış ve uyum bozukluklarına neden olur.

Ergenlik döneminde kurallara karşı çıkışlara intihar girişimlerine, duygusal taşkınlık ve tedirginlik hallerine sık sık rastlanır. Örneğin, genç kız ve erkeklerde intihar girişimlerinin en çok görüldüğü yaşlar 17 ve 18'dir.

Anne-baba ergene karşı davranışlarında düzenleme yapmalıdır. Bu amaçla;

- Ergen hiçbir zaman başkalarının önünde eleştirilmemeli, davranışları başkalarınınkiyle karşılaştırılmamalıdır.
- Ergen karşısında yetişkin her zaman tarafsız ve güçlü olmaya çalışmalı, ergenin haklarıyla sorumlulukları arasındaki dengeyi kolaylıkla kurabilmelidir.
- Anne-babını fikirlerine saygı duyma, gencin ne derece göreviyse, onların fikirlerinde tam bir anlaşmaya ulaşmış olmalarını beklemek de hakkıdır.
- Ergen, kültürüne özgü toplumsal değerleri kendi arkadaş grubu içinde yaşarak öğreneceğinden, anne ve babalar, kendileriyle olan bağların zayıflayacağı endişesiyle arkadaş ilişkilerini engellemektedir.

### **Ergenin Sosyalleşmesinde Okulun Önemi**

Okulun temel işlevlerinin başında, kültür değerlerini genç kuşaklara aktarmanın yanı sıra onların içinde yaşadığı kültüre uyum göstermelerini sağlamak gerekir. Ergenlik dönemindeki duygusal gerginlik ve ilgilerin farklılaşması, bir yandan bireyin çalışma gücünü azaltıp dengesizliğe neden olurken, bir yandan da dikkatin belirli bir konu üzerinde yoğunlaşmasını engeller ve okulda başarısız kılabilir. Bu nedenle okuldaki öğretmenin işlevi ve sorumluluğu büyüktür. Öğretmen bu gerginliği azaltan, ergenlik dönemi ve sorunlarını bilen, ergenin özel sorunlarına eğilebilen bir birey olmalıdır. Ergen ana-baba etkisinden kurtulduğunda, anne-

babasının yerine koyacağı bir modele gereksinim duyar. İşte öğretmen çoğu kez bu görevi üstlenmek durumundadır. Okul faaliyetleri her öğrencinin katılabileceği bir biçimde düzenlenmeli öğrencilerin ilgi, beceri ve liderlik alanlarının saptanmasına ortam hazırlanmalıdır.

Okuldaki eğitim programı, ergenin özelliklerini dikkate alarak hazırlandığı, öğretim programı zenginleştirildiği ve grup tartışmalarına yer verildiği takdirde, bu uyum ve çaba olumlu yolda desteklenebilir.

### **Ergenlik Döneminde Antisosyal Davranış**

Ülkemizde suçların yaklaşık yarısını, 25 yaşın altındaki çocuk ve ergenlerin işlemiş olması ve ileri yaşlarda suç işleyenlerin büyük bir bölümünün, çocuklu ve ergenlik dönemlerinde de suç işlemiş olmaları, sorunun önemini daha da artırmaktadır. İstatistiklerin çocuk suçlarının en çok 14 yaşında işlendiğini göstermesi, zorlu ergenlik dönemi ile suç arasında dinamik bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Ülkemizde işlenen suç türünün en çok "şahsa karşı" olduğu bunu "cinsel" suçlara, "mala karşı" işlenen suç türlerinin izlediği belirlenmiştir.

### **Evden Kaçma**

Evden kaçan gençlerin kendilerine göre tutarlı bir çok nedeni vardır.: Alışlagelmiş yaşam biçimini değiştirmek, büyüyüp olgunlaşmak, geçici de olsa huzur bulmak ve kabul görmek, yeni bir yuva ve yaşam aramak bu nedenlerin başlıcalarıdır. Evden kaçma kişisel rahatsızlıklar dışında, aile gerginliklerine de bir tepkidir. Aile sorunları değer çatışmaları, sosyal konularda çatışma, okul başarısızlığı, ana-baba tarafında ihmal ya da reddediliş gibi nedenlerden kaynaklanmaktadır.

İşin ilginç yanı, evden kaçan gençlerin çoğu ana-babalarını sever ve sayarlar. Bu ayrılış düş kırıklığı sunucudur; ana-baba anlamamakta ya da beklentilerinde ve kurallarında son derece katı davranmaktadır. Onlara göre evleri birbirine anlayış göstermeyen, sorumluluk ve güven duymayan birbirleriyle hiçbir fiziksel ya da duygusal ilişkisi olmayan, iletişim kuramayan insanların yaşadıkları bir yerdir. Kısaca gençlerin evden kaçmalarına yabancılaşma duygusu, baskı ve gerginlik neden olmaktadır.

Araştırmalarda gençlerin evden kaçmalarına, dolayısıyla anti-sosyal davranışa ilk adımlarını atmalarına neden olan en büyük etken %59 oranında baba baskısı olduğu kanıtlanmıştır. Kısacası evden kaçmanın kökeninde, aile içinde psiko-sosyal etkileşim yetersizliği ve ergenlik döneminin özellikleri yer almaktadır.