

## Lise dönemi yaş gelişim özellikleri

### YENİ BİR EĞİTİM-ÖĞRETİM YILINA BAŞLARKEN...

Yeni bir eğitim öğretim yılına başladığımız şu günlerde iyi bir başlangıç yapmanız adına birkaç hatırlatmayı sizlerle paylaşmak istedik.

#### Sevgili Öğrenciler,

- Öğrenci –veli el kitabını okuyarak okula başlamanız, genel işleyiş ile ilgili ayrıntılı bilgi sahibi olmanızı sağlayacaktır.
- Okul gereksinimlerinizi (ders-araç gereçlerinizi )en kısa sürede tamamlayınız.
- İlk günler, uyku problemi yaşayabilirsiniz. Yazdan kalan alışkanlıkları değiştirmek zaman alabilir. En iyi çözüm olarak sabah normal kalktığımız saatten bir saat erken kalkabilirsiniz. Bu durum vücut saatinizi ayarlayarak akşamları erken yatmanızı sağlayacaktır.
- Okulumuzda sınıf arkadaşlığı kadar okul arkadaşlığı da benimsenmektedir. Arkadaşlık ilişkilerinizde olabildiğince ilk adımı atmaktan çekinmeyin.
- Okulda gereksinim duyduğunuz konularda bilgi alabilmek için doğrudan ilgili birime giderek bu durumu onlarla paylaşın.
- Evdeki sürenizi verimli geçirebilmek için öncelikler sıranızı iyi belirleyin. Böylelikle çalıştığınız süreden en üst düzeyde verim almanız kolaylaşacaktır.
- Unutmayı engellemek için belirli aralıklar ile düzenli tekrarlar yapın.
- İlk haftalarda yapacağınız bu düzenlemeler sınav dönemini sağlıklı ve verimli geçirmenizi sağlayacaktır.

Yeni eğitim ve öğretim yılında tüm öğrencilerimize başarılar dileriz...

### ERGENLİK DÖNEMİ

#### Dönemsel Özellikleri

Ergenlik dönemi biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın gerçekleştiği çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir.

Ortalama olarak kızlar erkeklere oranla iki yıl kadar önce olgunlaşır. Bu nedenle yaş sınırlarında kızlar ve erkekler arasında belirgin fark görülür.

Kızlarda bu dönem 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar.

### **ERİNLİK (BULUĞ)**

Gençlerdeki bir diğer evre Erinlik(buluğ) dediğimiz dönemdir. Kısa süren fizyolojik değişiklikler evresidir.

Bu dönemde birey kendi bedenindeki değişikliklerin farkındadır.

Kendisi için yeni olan birtakım duyguların içindedir.

Karşı cinse yönelik ilgide artma olur.

Ergenlik dönemi biyolojik bir değişim ile başlar ve bedensel, zihinsel ve ruhsal gelişmeyle son bulur.

### **BEDENSEL GELİŞİM**

Boy ve ağırlık artışı,

İskelet ve kas gelişimi,

İç salgı sistemindeki gelişim ve çeşitli organlarda büyümedir.

### **BİLİŞSEL GELİŞİM**

#### **(Formel –Soyut İşlemler Dönemi)**

Dönem 11 yaşından sonra başlar ve mantıksal düşünme becerisi yetişkinler düzeyine erişir.

Görüş alışverişi ve tartışma bireyin yaşamında önemli bir yer alır.

Bu dönemde soyut düşünür genellemeler yapar.

Toplumun gelenek ve göreneklerine karşı tutumu değişir.

**Örn:** Oyun oynarken gruptaki diğer kişilerin onayı olursa kuralları değiştirir.

### **DUYGUSAL GELİŞİM**

Duygusal dünyasındaki çelişkiler dikkat çeker. Yalnızlıktan haz duyar, ancak bir gruba katılma özlemi vardır.

Yetişkini hor görme ama ona dayanma vardır.

Endişe ve umutsuzluğa karşın geleceğe coşkuyla yöneliş vardır.

Duygusal Tepkileri Etkileyen Başlıca Faktörler

Sağlık durumu - zeka düzeyi - cinsiyet - okul başarısı ve sosyal kabul düzeyi.

Sağlık koşulları ile duygusal tepkiler arasında önemli bir ilişki vardır. Kötü sağlık koşulları bireyi aşırı duygusal kılabilir.

Kişisel üzüntü ve şüpheler sonucu genç karamsarlığa düşebilir.

Güvensizlik duygusu, çevrenin takdirini kazanma arzusu gencin başarısızlıklarını incelemesi sonucunda birey kendisini yetersiz bulup içine kapanabilir.

Korku, öfke, kıskançlık gibi duyguları taşıyabilir.

Grup arkadaşları tarafından kabul edilmek, sevilme gereksinimi duyar; bu isteğini ifade etmeye çalışır. Olumlu karşılandığında mutlu olur. Aksi halde endişelenir, öfkelenir.

Fiziksel görünüşü ile çok ilgilidir. Küçük kusurlar son derece büyütülür.

### **SOSYAL GELİŞİM**

İlkel toplumlarda çocukluktan erişkinliğe geçiş birden bire olur.

Toplumun gelenek ve görenekleri uyarınca düzenlen bir törenle genç artık erişkin olarak kabul edilir.

Her toplumun bireyi bu dönemi yařar.

Hangi toplumda olursa olsun birey çağına özgü olan duygu, düşünce, tutum ve eylem içindedir. abuk kurulup bozulan ilişkiler, kolay etkilenme ilgi çekme ve rol sahibi olma çabasındadır.