|  |
| --- |
| ETKİNLİK ADI  ERGENİM, FARKINDAYIM |
| TRAVMA TÜRÜ  Cinsel İstismar |
| AMACI  Önleyici |
| HEDEF KİTLE VE KADEME  ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise |
| UYGULAYACAK KİŞİ  Öğretmen |
| KAZANIMLAR   1. Ergenlik döneminde yaşanan fiziksel, ahlaki, sosyal, bilişsel, cinsel ve duygusal ge­lişimleri bilir. |
| ÖNERİLEN MATERYALLER  • Grup sayısı kadar A3 kâğıt  • EK-1 (Ergenlik Döneminde Yaşanan Gelişimler)  • EK-2 (Kontrol Listesi) (Öğrenci sayısı kadar)  • EK-3 (Cevap Anahtarı )  • Renkli kalemler |
| SÜRE  1 ders saati |
| AKIŞ SÜRECİ  Öğretmen;  *“Sevgili öğrenciler, bugün sizlerle ‘Ergenim, Farkındayım’ adında bir etkinlik yapacağız. Ergenliğe girdiğimiz zaman duygusal, sosyal, bilişsel, ahlaki ve fiziksel değişimler yaşamaya başlarız. Bugün sizlerle bu değişim/gelişimler hakkında konuşacağız. Bu etkinlik için sizleri gruplara ayıracağım.”* der ve öğ­rencileri EK-1’deki başlıklara göre 5 gruba ayırır. |
| *“Her grup bir istasyonu temsil ediyor. Şimdi, gruplara vereceğim A3 kâğıtları­na istasyonunuzun adını yazmanızı istiyorum* (EK-1’de yer alan başlıkların her birini bir istasyon adı olarak verir.)*. Size verilen başlık altında grup olarak tar­tışarak gelişim alanına uygun olduğunu düşündüğüz ifadeleri (o alanda ya­şanan değişimleri, gelişimleri) yazacaksınız. Her istasyonda 5 dakika yazma süreniz olacak. Süreniz dolduğunda yazmış olduğunuz kâğıdı her grup saat yönündeki diğer istasyona verecek. Her istasyon önüne gelen kâğıtta yazılı olan gelişim dönemiyle ilgili özelliklerden eksik olanı ekleyecektir. Her kâğıt, başladığı istasyona geldiğinde çalışmamız tamamlanacaktır.”* der.  Her istasyondan bir öğrenci (grup sözcüsü), istasyonundaki başlık altında yer alan ifadeleri diğer gruplarla paylaşır.  Paylaşımlar sırasında hatalı, eksik olan bilgileri düzeltir ve gelişim alanları hakkında bilgilendirici cümleler kurarak paylaşımları destekler (EK-1’den yararlanır.).  *“Sevgili öğrenciler, bugün hep birlikte ergenlik döneminde yaşanan fiziksel, cinsel, ahlaki, sosyal, bilişsel ve duygusal değişimler hakkındaki bilgilerimizi arttırdık. Kendi gelişimimiz hakkında ne kadar doğru ve yeterli bilgiye sahip olursak, bizi üzecek, zor durumda bırakabilecek durumlardan da kendimizi o kadar çok korumuş oluruz.”* vb. bir açıklama yapar.   1. Daha sonra EK-2’yi her öğrenciye dağıtır. 2. Öğrenciler EK-2’yi doldurduktan sonra, EK-3’ü kullanarak öğrencilerin cevaplarını kontrol etmesini sağlar ve etkinliği sonlandırır. | |
| İLAVE BİLGİ VE UYARILAR   1. Bu etkinlikte, belirtilen sürenin etkili kullanılabilmesi için zaman yönetimine özel­likle dikkat edilmelidir. 2. İstasyonlarda harcanacak süre, grubun seviyesine, koşullarına ve sınıf mevcuduna göre belirlenmelidir. 3. EK-1’deki bilgiler, ortaokul ve lise öğrencilerinin anlayabileceği biçimde genişletilebilir.    1. Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar, Özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler, yazmaya zorlanmaz. Sözel olarak ifade et­tiklerini isterse bir arkadaşına yazdırabilir.    2. Etkinlik sonunda öğrencilerin yazdıkları okunurken yapılan açıklamalar bö­lümünde ergenlik döneminde yaşanan beş değişim alanıyla ilgili açıklamalar daha somut ve yalın ifadelerle örneklendirilerek açıklanabilir. | |

EK-1

Ergenlik Döneminde Yaşanan Gelişimler

Fiziksel - Cinsel Gelişim

Fiziksel-cinsel gelişimde kızlarda regl dönemi başlar, göğüslerin bü­yümesi ve kalçaların genişlemesi; erkeklerde ise, meni artışı, sesin kalınlaş­ması, bıyık ve sakalların çıkmaya başlaması gibi cinsel içerikli fizyolojik ge­lişmeler görülür. Öte yandan dönemi belirlemede yaş faktörü de önemli­dir. Kızlar, erkeklere göre genel olarak daha önce buluğ çağına girebilir ve erkeklere göre daha kısa sürede cinsel olgunluğa erişebilirler. Fiziksel an­lamda boy artış hızının en yüksek olduğu yaşlar ise, kızlar için 11-12, erkek­ler için 13-15 yaşları arasıdır. Söz konusu dönemde ergen, yetişkinlik döne­minde alacağı boyun %80’ine ulaşır. Ergenlik çağındaki kız çocuklarda; boy uzar, kilo artar, göğüsler belirginleşir, ağırlıklı olarak cinsel bölgelerde ve kol­tuk altlarında olmak üzere vücudun diğer bölgelerinde kıllanma olur.

Erkeklerde daha çok kas, kızlarda ise yağ dokusu gelişimi olmakta­dır. Bu nedenle ergenlikte aşırı kilo alımı, şişmanlık sık görülen yakınma­lardır. Vücuttaki sebum artışına bağlı olarak yüzde ve bazen vücutta sivil­celenme görülebilir. Hormonlardaki değişim nedeniyle ter bezlerindeki salgı artışı terlemenin artmasına neden olmaktadır.

Bilişsel Gelişim

Bilişsel gelişim çocuğun doğumuyla beraber başlayan ve yaşam bo­yu devam eden bir süreçtir. Bu süreçteki ergenlik dönemi ise bireyin ya­şamı boyunca kullanacağı şemalarının netleştiği önemli bir dönemdir. Er­genlik döneminde netleşen şemalar hayata dair alacağı kararlarda önem­li referans kaynakları olacaktır. Bu nedenle gerek kişilik gelişimi gerek çev­reyle olan davranışlarının sağlıklı bir şekilde gelişmesi ve bilişsel süreçler açısından ergenlik dönemi önemli rol oynamaktadır. İnsanların doğduğu andan itibaren çevreyle olan uyum sağlama süreci bilişsel gelişim aşama­sında elde ettiği birikimlerin bir yansıması olarak ortaya çıkar. Öğretim ha­yatında kademe geçişleri olduğu gibi zihinsel gelişiminde de somuttan soyuta bir geçiş sağlanır. Bu geçişi sağlayan bireyler neden sonuç ilişkisi kurma, plan yapma, karar verme, hipotez kurma, atom, inanç, değer gibi soyut kavramları kullanabilir.

Duygusal Gelişim

Ergenlerdeki duygusal gelişim ve değişim konusunda dikkati çeken ilk noktanın, duyguların yoğunluğundaki artış ve istikrarsızlık olduğunu söylemek mümkündür. Bu bağlamda söz konusu duygusal dalgalanma­lar; karşı cinse âşık olma, mahcubiyet ve çekingenlik, aşırı hayal kurma, te­dirginlik, endişe, kızgınlık, 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 tutumlara, ergenlerin sahip oldukları bireysel zekâlarına ve çevreleri tarafından kabul edilme derece­lerine göre değişiklik gösterdiği tespit edilmiştir.

Ahlaki Gelişim

Ahlak gelişimi sağlanan bireyde doğru-yanlış, iyi-kötü, dürüst ve doğru olma, yardımsever olma, adalet, eşitlik, özgürlük, hoşgörü gibi evrensel değerler toplumun faydası ve yararına katkı sağlayan faaliyet­lere önem verme, vicdan gelişimi gibi kavramlar oluşur. Bu kavramları günlük yaşamında uygular. Uygulamayanları ikaz eder. Bu konuda ça­ba ve gayret sarf eder. Evrensel ahlak ilkelerine sahip bir birey kendi­si dışındaki diğer insanların inanç ve değer sistemine saygı gösterir, ön yargılı davranmaz.

Sosyal Gelişim

Ergenlikte önemli bir diğer gelişim boyutu ise sosyal gelişmedir. Bi­lindiği gibi bireyin sosyalleşmesi ilk olarak ailede başlar. Bu bağlamda er­genin sosyalleşme süreci aslında çocukluk döneminde başlamış ve ergen­lik döneminde ise bu süreç ailesinin dışına taşarak okul çevresi ve dolayı­sıyla arkadaş grupları ekseninde hızla devam etmektedir. Bireyin bu dö­nemdeki en önemli özellliklerinden bir tanesi birey merkezli kişilik özelli­ğinin baskın hâle gelmesidir. Bu nedenle hayatı ile ilgili kararlar alma ko­nusunda sosyal ortamın getirdiği çeşitli beklenti ve kaygılar gençte çatış­malara sebep olabilir. Bu çatışmalardan sağlıklı bir şekilde çıkabilmesi ba­şarılı kimlik yapısına katkı sağlar.

**EK-2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sıra No | Ergenlik Döneminde Yaşanan Fiziksel, Cinsel, Bilişsel, Duygusal Ahlaki ve Sosyal Gelişimler | Fİ  Z  İ  KSEL | C  İ  N  S  E  L | Bİ  LİŞSEL | DUYGUSAL | AHLAKİ | SOSYAL |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Ses kalınlaşır. |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Hormonlara bağlı cinsel gelişim hızlanır. |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Vücutta tüylenmeler başlar. |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Karşı cinse olan ilgi artar. |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Hayatın merkezine kendisini alır. |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Gruba ait olma ihtiyacı gelişir. |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Bireysel düşünceden daha çok grup kurallarını önemser. |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Adalet, eşitlik, özgürlük gibi kavramlara hassasiyet oluşur. |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Geleneksel ritüellere olan ilgi azalır. |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Başkalarının duygu ve düşüncelerine saygı duyar. |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Cinselliğe olan ilgi artar. |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Soyut düşünme becerisi gelişmeye başlar. |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Korku, öfke utanma ve üzüntü gibi duyguları yoğun yaşar. |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Yalnız kalma isteği artar. |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Kimlik arayışı başlar. |  |  |  |  |  |  |

EK-3

Cevap Anahtarı

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Sıra No | Ergenlik Döneminde Yaşanan Fiziksel, Cinsel, Bilişsel, Duygusal Ahlaki ve Sosyal Gelişimler | F  İ  Z  İ  KSE  L | CİNSEL | BİLİŞSEL | DUYGUSAL | AHLAKİ | SOSYAL |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Ses kalınlaşır. | | | | x | |  | |  |  |  |  |
| 2 | Hormonlara bağlı cinsel gelişim hızlanır. | | | |  | | x | |  |  |  |  |
| 3 | Vücutta tüylenmeler başlar. | | | | x | |  | |  |  |  |  |
| 4 | Karşı cinse olan ilgi artar. | | | |  | | x | |  |  |  |  |
| 5 | Hayatın merkezine kendisini alır. | | | |  | |  | |  | x |  |  |
| 6 | Gruba ait olma ihtiyacı gelişir. | | | |  | |  | |  |  | x | x |
| 7 | Bireysel düşünceden daha çok grup kurallarını önemser. | | | |  | |  | |  |  |  | x |
| 8 | Adalet, eşitlik, özgürlük gibi kavramlara hassasiyet oluşur. | | | |  | |  | |  |  | x |  |
| 9 | Geleneksel ritüellere olan ilgi azalır. | | | |  | |  | |  |  | x |  |
| 10 | Başkalarının duygu ve düşünceler­ine saygı duyar. | | | |  | |  | |  | x |  |  |
| 11 | Cinselliğe olan ilgi artar. | | | |  | | x | |  |  |  |  |
| 12 | Soyut düşünme becerisi gelişmeye başlar. | | | |  | |  | | x |  |  |  |
| 13 | Korku, öfke utanma ve üzüntü gibi duyguları yoğun yaşar. | | | |  | |  | |  | x |  |  |
| 14 | Yalnız kalma isteği artar. | | | |  | |  | |  | x |  |  |
| 15 | Kimlik arayışı başlar. |  |  |  | |  | |  | |  | x |  |