

BÖLÜM 11

Ergenlik Döneminde Fiziksel ve Bilişsel Gelişim

Tuncay AKINCI¹

GİRİŞ

Granville Stanley Hall (1844–1924), modern psikolojinin gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemi üzerine yaptığı çalışmalarla tanınan Hall, çocuk ve eğitim psikolojisinin kurucusu olarak kabul edilir. Psikoloji alanında ergenlik dönemine dair kapsamlı ilk eseri yazmış ve bu çalışmasını 1904 yılında iki cilt hâlinde “Adolesans” adıyla yayımlamıştır. Bu eser, günümüzde hâlâ ergenlikle ilgili yapılan çalışmalara temel kaynak olarak gösterilmektedir. Eğitim psikolojisi genel olarak gelişim ve öğrenme psikolojisinden oluşur; bu bağlamda ergenlik döneminde yaşanan fiziksel ve bilişsel değişimler gelişim psikolojisinin temel inceleme alanları arasında yer alır. İnsanın gelişimi bir bütün olarak ilerlese de konunun daha iyi anlaşılabilmesi için gelişim fiziksel, bilişsel, sosyal, ahlaki ve duygusal olmak üzere farklı alanlara ayrılarak incelenir. Bu bölümde ise özellikle ergenlikte fiziksel ve bilişsel gelişim alanlarına odaklanılmış; önce fiziksel, ardından bilişsel gelişim ele alınmıştır.

Çocuklar ergenliğe yaklaşıırken bedenlerinde çarpıcı değişimler kendini göstermeye başlar. Bu değişimlerden biri de büyüme atağı şeklindedir. Son çocuklukta nispeten yavaş ilerleyen bir büyümenin ardından, erinliğin başlarında büyüme hızı artar. Bu artış fiziksel gelişimde kendini daha fazla göstermektedir. Genel olarak beden oranları ve fiziksel görünüşteki bu değişimler fiziksel gelişim olarak tanımlanır (Siyez, 2007). Bu durum daha çok büyüme ve gelişme şeklinde de ifade edilir.

Büyüme ve gelişme, döllenme ile başlayarak ergenlik dönemi sonuna kadar devam eder. Bu dönem süresince büyüme ve gelişme hiç durmaz. Büyüme kavram olarak, vücuttaki boy ve ağırlıktaki artış gibi niceliksel olarak ölçülebilen değerlerle ilgilidir. Ergenlikte

¹ Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık AD., takinci@marmara.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-8052-3327

Ergenliğin Son Dönemindeki Bir Ergen:

- Benmerkezci kavramlara ve kişisel karar almaya odaklanmak için karmaşık düşünmeyi daha az kullanır
- Adalet, tarih, siyaset ve vatanseverlik gibi daha küresel kavramlar hakkında düşünceleri artar,
- Belirli konular veya endişeler hakkında sıklıkla idealist görüşler geliştirir,
- Karşıt görüşlere karşı hoşgörüsüzlük geliştirebilir ve tartışabilir,
- Kariyer kararları almaya yönelik düşünmeye odaklanmaya başlar,
- Yetişkinler dünyasındaki roller üzerine düşünmeye odaklanmaya başlar,

2.5.4.Ergenlerin Sağlıklı Bilişsel Gelişimleri İçin Tavsiyeler;

- Ergen(ler)i çeşitli konular, meseleler ve güncel olaylar hakkındaki tartışmalara dahil etme,
- Ergen(ler)in fikir ve düşüncelerini sizinle paylaşmasına teşvik etme,
- Ergen(ler)i, bağımsız düşünmeye ve kendi fikirlerini geliştirmeye teşvik etme,
- Ergen(ler)in, kişisel/sosyal, eğitsel ve mesleki hedef belirlemesine yardımcı olma,
- Ergen(ler)i, geleceğe yönelik olasılıklar hakkında düşünmeye teşvik etme.
- Ergen(ler)in, iyi ve doğru kararlarını takdir etme ve onlara iltifat etme,
- Ergen(ler)in almış olduğu olumsuz kararların yeniden değerlendirmesinde yardımcı olma.

KAYNAKLAR

- Bacanlı, H. (2021). Eğitim psikolojisi. Pegem Akademi.
- Başaran, İ. E. (2005). Eğitim psikolojisi. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bauman, L. (1998). Çocuğunuz ergenlik çağında. Boyner Holding Yayınları.
- Berk, İ. E. (2013). Çocuk gelişimi (A. Dönmez, Çev.). İmge Kitabevi.
- Buhler, C., Spiegel, E., & Thomas, A. (1985). Ergenlik dönemine toplu bakış. In B. Onur (Ed.), Ergenlik psikolojisi. Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ). (Eylül, 2022). Adolescent health. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Elkind, D. (1994). Egocentrism in adolescence. Child Development, 38(4), 1025–1034.
- Ekşi, A. (1990). Çocuk, genç, ana, babalar. Bilgi Yayınevi.
- Erden, M., & Akman, Y. (2004). Gelişim ve öğrenme. Arkadaş Yayınevi.
- Gibson, J. T., & Chandler, L. A. (1988). Educational psychology: Mastering principles and applications. Allyn & Bacon.
- Grumbach, M. M. (2002). The neuroendocrinology of human puberty revisited. Hormone Research, 57(Suppl 2), 2–14. <https://doi.org/10.1159/000058094>
- Horn, S. S., Drill, K. L., Hochberg, M. J., Heinze, J., & Frank, T. (2008). Development: 6–8. In T. L. Good (Ed.), 21st century learning (Vol. 1, pp. 93–102). Sage.
- Hurlock, E. B. (1987). Ergenlikte beden gelişimi. In B. Onur (Ed.), Ergenlik psikolojisi. Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Inhelder, B., & Piaget, J. (1958). The growth of logical thinking from childhood to adolescence. Basic Books.

- Kaplowitz, P. B. (2008). Pubertal development in girls: Secular trends. *Current Opinion in Obstetrics and Gynecology*, 20(5), 487–491. <https://doi.org/10.1097/GCO.0b013e32830ce75e>
- Kandemir, M. (2016). Bilişsel gelişim. In Ş. Işık (Ed.), *Eğitim psikolojisi* (pp. xx–xx). Pegem Akademi.
- Klaczynski, P. A., & Felmban, W. S. (2014). Heuristics and biases during adolescence: Developmental reversals and individual differences. In H. Markovitz (Ed.), *The developmental psychology of reasoning and decision making* (pp. 84–111). Psychology Press.
- Kuhn, D. (2013). Reasoning. In P. D. Zelazo (Ed.), *The Oxford handbook of developmental psychology* (Vol. 1, pp. 744–764). Oxford University Press.
- Kulaksızoğlu, A. (2002). *Ergenlik psikolojisi*. Remzi Kitabevi.
- Linn, P. (2016). Risky behaviors: Integrating adolescent egocentrism with the theory of planned behavior. *Review of General Psychology*, 20(4), 392–398. <https://doi.org/10.1037/gpr0000085>
- Marshall, W. A., & Tanner, J. M. (1969). Variations in the pattern of pubertal changes in boys. *Archives of Disease in Childhood*, 44(235), 291–303. <https://doi.org/10.1136/adc.44.235.291>
- Packard, B., & Babineau, M. E. (2008). Development: 9–12. In T. L. Good (Ed.), *21st century learning* (Vol. 1, pp. 103–112). Sage.
- Parent, A. S., Teilmann, G., Juul, A., Skakkebaek, N. E., Toppari, J., & Bourguignon, J. P. (2003). The timing of normal puberty and the age limits of sexual precocity: Variations around the world, secular trends, and changes after migration. *Endocrine Reviews*, 24(5), 668–693. <https://doi.org/10.1210/er.2002-0019>
- Poyraz, C. (2010). Fiziksel gelişim. In H. Ergin & A. Yıldız (Eds.), *Eğitim psikolojisi*. Nobel Yayınları.
- Santrock, J. W. (2012). Yaşam boyu gelişim (G. Yüksel, Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Senemoğlu, N. (2023). Gelişim, öğrenme ve öğretim (29. bs.). Anı Yayıncılık.
- Slavin, R. E. (2018). *Educational psychology: Theory and practice* (12th ed.). Pearson.
- Smith, P. K. (2016). *Adolescence: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Sigelman, C. K. (2021). *Life-span human development* (10th ed.). Wadsworth Publishing.
- Siyez, D. M. (2007). Fiziksel gelişim. In A. Kaya (Ed.), *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Soyer, M. K. (2018). Bilişsel gelişim. In A. Bakioğlu (Ed.), *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Solso, R. L., Maclin, M. K., & Maclin, O. H. (2010). Bilişsel psikoloji (A. Ayçiçeği-Dinn, Çev.). *Kitapevi Yayınları*.
- Steinberg, L. (2017). *Ergenlik* (F. Çok, Ed.). İmge Kitabevi Yayınları.
- Temel, F., & Aksoy, A. B. (2022). *Ergen ve gelişimi*. Nobel Yayınları.
- Tomic, W., & Kingma, J. (1996). Three theories of cognitive representation and criteria for evaluating training effects. *Educational Practice and Theory*, 18(1), 15–35.
- Wadsworth, B. J. (1996). *Piaget's theory of cognitive and affective development: Foundations of constructivism* (5th ed.). Longman Publishing.
- Worthman, C. M. (2019). Puberty and the evolution of human life history. *Evolutionary Anthropology*, 28(4), 165–179. <https://doi.org/10.1002/evan.21785>
- Yavuzer, H. (2015). *Gençleri anlamak* (9. bs.). Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2024). *Çocuğunuzun ilk altı yılı* (41. bs.). Remzi Kitabevi.