

# GELİŞİM PSİKOLOJİSİ (1)

## **GELİŞİM PSİKOLOJİSİ**

—Genetik kodlar taşıyan iki mikroskobik hücrenin birleşmesiyle düşünce ve duyguda eşsiz bir canlı olan insan meydana gelir.

—Psikoloji, insan ve hayvan davranışlarını ve bu davranışların arkasındaki yapı ve süreçleri inceleyen bilim dalıdır. Psikolojinin amacı çevre, insan (hayvan) ve davranış arasındaki etkileşimi incelemektir.

—Psikolojinin bazı alt dalları ve bu alt dalların ilgilendiği konular şunlardır:

*DeneySEL psikoloji:* Deney yöntemini kullanarak psikolojik bilgi üretimi ile ilgilenir. Belli başlı konuları algı, tutum, hatırlama, öğrenme sayılabilir.

*Fizyolojik psikoloji:* Kişinin bedensel yapısı bedeninin işleyişiyle ruhsal durumu arasındaki ilişkiyi konu edinir.

*Gelişim psikolojisi:* Bireyin çeşitli yaşam dönemlerinde gösterdiği özellikleri inceler.

*Sosyal psikoloji:* Bireylerin grup içindeki davranışları ve insanların birbirlerinin davranışları üzerindeki etkileri ile ilgilenir.

*Psikolojik danışma:* Gündelik hayatlarını sürdürmekte zorlanan kişilere yardım etmeyi amaçlar.

*Psikoterapi:* Psikolojik rahatsızlığı olan kişilerin tedavileri ile uğraşır.

*Klinik psikoloji:* Psikolojinin psikiyatristlere yakın olan alanıdır, teşhis ve tedavi amaçlıdır.

*Psikofarmakoloji:* Psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde kullanılacak ilaçlarla ilgilidir.

*Çevresel psikoloji:* Fiziksel çevrenin insan davranışlarına etkisini inceler.

*Psikometri:* Psikolojik ölçme araçlarının geliştirilmesiyle ilgilenir.

*Endüstri ve örgüt psikolojisi:* Çalışma ortamında insan davranışlarının nasıl bir seyir izlediğini inceler.

Psikolojinin pek çok alanından biri olan “gelişim psikolojisi” doğum-ölüm arasındaki gelişim dönemlerini, bu dönemlerin temel özelliklerini araştırarak belli dönemlerde gösterilen davranış örüntülerini ortaya koymaya çalışmaktadır

## **PSİKOLOJİ KURAMLARI**

## **Yapısalcılık (Strüktüralizm)**

—XIX. Yüzyılın ikinci yarısında ortaya çıkmıştır.

—Öncüleri Wilhelm Wundt ve Titchner'dır.

—Bilinci yapı bakımından inceler.

—Bilinç denilen karmaşık yapıyı çözmek, zihnin yalın öğeleri arasındaki bağları bulup bunları kanunlar halinde ortaya koymak başlıca amaçlarıdır.

—Uyarıcılar, algılar, anılar, eşik değerler gibi konular pozitif bilimler açısından bir laboratuvar ortamı içinde incelenmiştir.

## **İşlevselcilik (Fonksiyonalizm)**

—XX. Yüzyılda ortaya çıkmıştır.

—Öncüleri John Dewey, Angell, William James'tir.

—İnsan davranışlarını anlamak için bilincin yanı sıra insanın ihtiyaçlarını karşılamak ve insanın çevresine uyum için başvurduğu uyum davranışları ve öğrenme gibi yolların incelenmesi gerektiğini iddia etmişlerdir.

—İç gözlem dâhil tüm bilimsel araştırma yollarını kullanmışlardır.

## **Davranışçı Yaklaşım**

—XX. Yüzyılda ortaya çıkmıştır.

—Öncüler Watson, Pavlov ve Skinner'dır.

—Psikolojinin bir bilim haline gelebilmesi için herkes tarafından gözlenebilir ve ölçülebilir (davranışların) doğa bilimlerinde kullanılan objektif ve bilimsel metotlarla incelenmesi gerektiğini iddia etmişlerdir.

—Çevresel uyarıcıları ve organizmanın bunlara verdiği tepkileri incelemişlerdir.

## **Psikodinamik (Psikoanalitik) Yaklaşım**

—XX. Yüzyılda ortaya çıkmıştır.

—Öncüsü Sigmund Freud'dur.

—Davranışı cinsel güdüler, toplumsal baskılar gibi bilinçdışı etkiler açısından ele almaktadır.

## **Gestalt (Bütüncül) Yaklaşımı**

—XX. Yüzyılın ilk yarısında Almanya’da ortaya çıkmıştır.

—Öncüleri Wertheimer, Koffka ve Köhler’dir.

—Davranıştan çok zihinsel süreçlerle ve bireyin algılamalarıyla ilgilenen bir yaklaşımdır.

## **Hümanistik Yaklaşım**

—Öncüleri Abraham Maslow ve Carl Rogers’tır.

—İnsanın doğasının olumlu özelliklerden oluştuğunu, insanın eşsiz olduğunu ve kendini geliştirme potansiyeline sahip bir varlık olduğunu iddia etmişlerdir. (İnsan doğuştan “iyi”dir ve bir potansiyelle yani gizil güçle dünyaya gelir.)

## **Gelişim Araştırmalarında Kullanılan Araştırma Yöntemleri**

### ***Görüşme***

Bireylerin kendileriyle ya da kendilerini ifade etme becerisi kısıtlı çocukların anne ve babalarıyla yapılan görüşmelerdir. Bu yolla belirli bir davranış veya genel gelişimle ilgili veriler toplanır. Bilgi alınacak konular ve sorulacak sorular önceden belirlenmişse buna “yapılandırılmış görüşme” belirlenmemişse “yapılandırılmamış görüşme” denir.

### ***Gözlem***

Bir uzman tarafından, zaman ya da olay örneklemeleri yapılarak kişinin tüm davranışları ya da bir davranışının müdahale edilmeden kaydedilmesine “doğal gözlem” denir. Hangi özelliğin kimde, ne zaman, nasıl, kim tarafından gözleneceğinin belli olduğu gözleme de “sistematik gözlem” denir.

### ***Bebek yaşam öyküleri***

Bebeğin yaşamının birinci yılındaki davranışlarının, özelliklerinin yeteneklerinin kaydedilmesidir.

### ***Betimsel Yöntem***

“Kesitsel araştırmalar” farklı yaş gruplarından alınmış çocuklar üzerinde yapılır. Gelişim özellikleri farklı yaş grupları açısından incelenir.

“Boylamsal araştırmalar” aynı çocukların farklı yaşlarda incelendiği araştırmalardır.

### ***Deneysel Yöntem***

Bireyin içinde bulunduğu çevresel koşullarda değişiklik yapılarak bu değişikliğin davranışlar üzerindeki etkisi incelenir.

## **Gelişim**

—Gelişim; döllenmeden başlayarak bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden geçirdiği sürekli ve düzenli bir ilerlemedir.

—Gelişim, yaşamın sonuna kadar devam eden bir süreçtir.

XX. Yüzyıla kadar gelişimde en büyük rolü kalıtımın oynadığına inanılmıştır. XX. Yüzyıl başlarında Pavlov'un köpekler üzerinde yaptığı deneylerden sonra gelişimde çevre ve öğrenmenin etkili olduğu görüşü ağırlık kazanmıştır.

Bugün gelişimde "kalıtım ve çevrenin" etkisi olduğu bilinmektedir. Bazı davranışların ortaya çıkması ise belirli zaman dilimlerinde mümkün olmaktadır.(Tarihsel Zaman Etkisi)

Özetle; gelişim zaman, kalıtım ve çevrenin etkileşimiyle ortaya çıkan bir süreçtir.

## **Gelişimi Etkileyebilecek Faktörler**

### ***Kalıtımsal Faktörler***

—Anne ve babadan gelen fiziksel özellikler, zekâ potansiyeli gibi kalıtımsal özelliklerin "iyi" olması bebeğin bu özelliklerinin de "iyi" olabileceği anlamına gelmektedir. Ayrıca Akdeniz anemisi veya hemofili gibi hastalıklar da genlerle taşınabilmektedir.

### ***Çevresel Faktörler***

*Doğum öncesinde*, annenin gebeliği sırasında kullandığı bazı ilaçlar, kimyasal maddeler; geçirdiği bazı virütik hastalıklar fetusun gelişimini olumsuz etkileyebilir. Annenin radyasyona maruz kalması, uzun süre yetersiz beslenmesi, ana baba arasındaki kan uyumsuzluğu, annenin psikolojik durumu gibi etkenler de bebeğin gelişimini olumsuz etkileyebilir.

*Doğum sırasındak* olumsuz etkenler, uzun ve güç doğumlar, erken doğum, bebeğin düşük kiloyla doğması, doğum sırasında bebeğin oksijensiz kalması, travmaya maruz kalması vb. olarak sıralanabilir.

*Doğum sonrası*, bebeğin gelişimini olumsuz etkileyen etkenlere ise bebeğin geçirdiği virütik hastalıklar, kazalar, bebeğin uzun süre oksijensiz kalması, uzun süreli beslenme yoksunluğu veya kazalar olarak sıralanabilir.

## **Gelişimin temel Kavramları**

### ***Büyüme***

Vücutun boy, kilo ve hacim olarak niceliksel artışıdır.

### ***Olgunlaşma***

Organizmanın ondan beklenen görevi yapabilecek düzeye ulaşmasıdır. Olgunlaşma öğrenmeden bağımsız, biyolojik bir süreçtir. Öğrenme için olgunlaşma gereklidir; ancak olgunlaşma için öğrenme gerekli değildir.

### ***Öğrenme***

Bireyin çevresiyle etkileşimi sonucu oluşan nispeten kalıcı izli davranış değişikliğidir. Okuma-yazma, konuşma gibi.

### ***Hazırbulunuşluk***

Bireyin kendisinden beklenen bir davranışı gerçekleştirmek için yeterli olgunluk düzeyinin yanı sıra o davranış için gerekli ön bilgiye, tutuma, davranışa, isteğe vb. sahip olmasıdır.

### ***Gelişim***

Organizmanın döllenmeden başlayarak bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden belli koşulları olan, en son aşamasına ulaşmaya kadar sürekli ilerleme kaydeden değişimdir. Gelişim bir süreçtir.

### ***Gelişme***

Organizmanın büyüme, olgunlaşma ve öğrenmenin etkileşimi ile düzenli ve sürekli olarak değişmesidir. Gelişme, gelişim sürecinde ortaya çıkan bir üründür.

### ***Gelişim Dönemi***

Belli özelliklerin ön plana çıktığı gelişim aşamalarıdır. Bebeklik, ilk çocukluk, çocukluk, ergenlik, ilk yetişkinlik, yetişkinlik, yaşlılık olarak sıralanabilir.

### ***Kritik Dönem***

Organizmanın, çevre etkilerine daha duyarlı olduğu gelişim açısından önemli zaman dilimleridir. Anne karnında sinir sisteminin olduğu dönemde annenin radyasyona maruz kalması sinir sisteminin gelişmesini olumsuz etkiler. Bu kritik dönemdeki çevre etkisi nedeniyle olumsuz etkilenen sinir sisteminin gelişim düzeyi bir daha asla istenen düzeyde olamayacaktır.

### ***Tarihsel Zaman Etkisi***

Yaşanılan zaman diliminin öğrenme üzerindeki etkisidir. Günümüz çocuklarının bilgisayar kullanmayı çabucak öğrenmesi gibi.

## ***Gelişim Görevleri***

Gelişimin her döneminde ve normal gelişim sürecinde bireyden gerçekleştirmesi beklenen görevlerdir.

## **Gelişimin Temel İlkeleri**

### ***Gelişim yordanabilir bir sıra izler***

a) *Gelişim baştan ayağa doğrudur.*

b) *Gelişim içten dışa doğrudur.* (Bebğin anne karnında önce iç sistemleri daha sonra dış uzuvları gelişir.)

c) *Gelişim genelden özele doğrudur.* (Bedenin oluşumunda olduğu gibi davranışlarda da genle davranış özel davranış sırası vardır. Önce sadece ses çıkarma, sonra konuşma gibi.)

### ***Gelişimde bireysel farklılıklar vardır***

Gelişimin hangi sırayı izleyeceği belli olmakla beraber gelişim özellikleri her bireyde aynı zamanda ve aynı şekilde görülmez.

### ***Gelişim sürekli ve belirli aşamalarda gerçekleşir***

Gelişim döllenmeyle başlayıp ölüme kadar süren kesintisiz bir süreçtir. Bu süreç duraklamaz, kesintiye uğramaz. Gelişim belirli aşamalarda ortaya çıkar ve bu aşamalar mutlaka gerçekleşir.

### ***Gelişimde kritik dönemler vardır***

Her bir özelliğin kazanılmasında organizmanın çevre etkisine açık olduğu bir kritik dönem vardır.

### ***Gelişim bir bütündür***

Gelişim zihinsel, fiziksel, duygusal, sosyal birçok alanı içine alan kapsamlı bir kavramdır. Bir gelişim alanında yaşanan olumsuzluklar ya da olumlu durumlar bir başka gelişim alanını da etkiler.

### ***Gelişim; kalıtım, çevre ve zamanın etkileşimi ile ortaya çıkar***

### ***Gelişim nöbetleşe devam eder***

Gelişimin hızı her yaşta aynı değildir. Belli dönemlerde belli gelişim alanlarının ön plana çıkması diğer alanlardaki gelişimin durduğunu göstermez. Sadece bir gelişim alanı belirgin ve hızlıdır. Gelişim diğer alanlarda da devam eder.

## **Gelişim Dönemleri ve Gelişim Görevleri**

Gelişim görevi kavramı Robert Havighurst tarafından ortaya atılmıştır. Bireyin her gelişim döneminde yerinde getirmesi gereken görevleri işaret eder.

Gelişim dönemleri ve bu dönemlere denk gelen bazı gelişim görevleri şöyledir:

—*Doğum Öncesi Dönem:*

- a) Zigot (0–2 hafta)
- b) Embriyo (2–8 hafta)
- c) Fetüs (8–40 hafta)

—*Bebeklik Dönemi (0–2 yaş)*

Yürümeyi öğrenmek, katı yiyecekleri yiyebilmek, sosyal çevresindeki bireylerle ilişki kurabilmek...

—*Okul Öncesi Dönem (2–6 yaş) (İlk çocukluk-Oyun dönemi)*

Konuşmayı öğrenmek, tuvalet eğitimi kazanmış olmak, cinsiyet farklılıklarını ve cinsiyet kimliğini kazanmış olmak...

—*Okul Dönemi (6–12 yaş) (Çocukluk dönemi)*

Gündelik oyunlar için gerekli fiziksel özellikleri kazanmak, kendine karşı olumlu tutum geliştirmek, vicdan ve değerler sistemi geliştirmek...

—*Ergenlik Dönemi (12–18 yaş)*

Her iki cins yaşlılarıyla olumlu ilişkiler geliştirmek, duygusal bağımsızlığa ulaşmak, evliliğe hazırlanmaya başlamak...

—*Genç Yetişkinlik Dönemi (18–30 yaş)*

Eş seçmek, aile kurmak, işe girmek, çocuk yetiştirmek, sosyal gruplara katılmak...

—*Yetişkinlik Dönemi (30–65 yaş)*

Ekonomik standartlara ulaşmak, çocuklarının sorumlu yetişkinler olmasına yardımcı olmak, fizyolojik değişimlere ayak uydurmak...

—*Yaşlılık Dönemi (65 yaş üstü)*

Azalan fiziksel güze ve bozulan sağlığa uyum sağlamak, emekliliğe uyum sağlamak, eş kaybına uyum sağlamak...

## **BU KONUYA İLİŞKİN ÖNEMLİ ÖZET BİLGİLER:**

1. İlköğretime yeni başlayan bir çocuğun kalem tutabilmesi, yazma için gerekli olgunluk düzeyine geldiğini gösterir.
2. Bir öğretmenin kolay öğretebilmesi için öncelikli olarak öğrenme psikolojisini bilmesi gerekir.
3. Bireyin kalıtsal özellikleri döllenme anında oluşur.
4. Bireysel kalıtımın en kritik aşaması, ana babadan alınan 23'er kromozomun genleri oluşturmastır.
5. Bir çocuğun parmaklarının makasa tutacak düzeye erişmesini açıklayan temel kavram büyümedir.
6. Birey yaşamındaki en hızlı gelişim hamilelik döneminde yaşanır.
7. Psikanaliz kuramına göre yemek ve içmek "id" ile ilgilidir.
8. Psikanaliz kuramına göre toplumsallık ve sosyalleşme "süperego" ile ilgilidir.
9. Bireyin her şeyde kendini ön plana çıkarması, en doğruyu kendisinin bildiğini sanması, onun benmerkezci (egosantrizm) aşamasında olduğunu gösterir.
10. Ergenlik dönemi, bireyin kimlik arayışına başladığı dönemdir.
11. Bireyin dişlerini fırçalaması, yemek yemesi ve giyinmesi onun olgunlaştığını gösterir.
12. Bireyin cinsel işlevi erinlik döneminde ortaya çıkar.
13. Sakarlıların sıkça görüldüğü dönem ergenlik dönemidir.
14. Bireyin analiz ve sentez yapabilmesi için soyut düşünme yeteneğinin gelişmesi gerekir.
15. Fiziksel gelişim "erinlik, ergenlik, yetişkinlik" sırasını izler.
16. Bireyin müzik notalarını ayırt öğrenebilmesi için öncelikle sesleri ayırt edebilmesi gerekir. Bu durumu en doğru açıklayan kavram hazırbulunusluktur.
17. Döllenmiş yumurtaya zigot denir. Zigot, 23'ü anadan, 23'ü babadan gelen 46 kromozomdan oluşur.
18. Döllenmeden sonra geçen ilk 2 haftaya dölüt dönemi denir. 2-8 hafta arasına embriyon dönemi, 9. haftadan sonraki döneme de fetüs dönemi denir.
19. Bebekler "göz kırpma, yutma, emme, kaynağını arama (izleme), babinski, moro, yakalama, yürüme, yüzme refleksleriyle doğarlar.
20. Refleks hareketlerin çoğu 6. aydan sonra kaybolarak yerini istemli hareketlere bırakır.
21. Bebeğin yanağına elle dokunulduğunda bebek, o nesneyi tutarak emmeye çalışır. Buna kökünün arama refleksi denir.

## **Ek Kavramlar**

### ***İçgüdü***

Bir türün bütün üyelerinde görülen, nedenleri canlının kendisi tarafından da bilinmeyen, öğrenilmeden yapılan kalıtsal davranışlardır. Örümceğin ağ örmesi gibi.



## **Refleks**

Doğuştan getirilen, düşünülmeden aniden yapılan basit davranışlardır. Yüksek ses duyunca irkilmek gibi.

## **Deneyim**

Bireyin duyu organlarını kullanarak çevresiyle etkileşime girmesi sonucunda nesne ya da fikirlere ilişkin "şema"lar geliştirmesidir.

## **FİZİKSEL GELİŞİM**

*Bedensel gelişim*, boy, ağırlık ve hacimdeki artışla birlikte vücudun sistemlerinin kendilerinden beklenen işlevleri de kapsayan gelişimini ifade eder.

*Psikomotor gelişim*, bireyin zihin ve kas koordinasyonuna dayalı davranışlarının gelişmesidir.

### **Doğum Öncesi Fiziksel Gelişim**

Babadan gelen sperm hücresinin, annenin yumurta hücresini döllemesi ile *zigot* oluşur.

Döllenmeden yaklaşık bir hafta sonra zigotta 100–150 kadar hücre oluşur. Bu aşamada hücre topluluğunun ortasında bir yarık oluşur. *Blastula* adı verilen bu hücre topluluğunun oluşumu sırasında hücreler daha sonra yerine getirecekleri işlevlere göre ayrımlaşır.

İkinci haftanın sonunda blastulanın rahim içine yerleşmesiyle *embriyo* süreci başlar.

Üçüncü aydan doğuma kadarki dönemse *fetus* dönemidir.

Yaklaşık 9 ay 10 gün süren doğum öncesi dönem, insanın bir daha hiç ulaşamayacağı kadar biyolojik büyümenin gerçekleştiği dönemdir.

### **Büyüme ve Beden Organları**

—Yenidoğanın boyu yaklaşık 50–52 cm'dir, ağırlığı ise 3000–3600 gramdır.

—Çocuk ilk 6 ayda ağırlığının 2 katına, birinci yaş sonunda 3 katına ulaşır. Birinci yaşta boy %50 artar.

—Doğumda baş bedenin yaklaşık  $\frac{1}{4}$ 'ü kadardır. Yetişkinlerde bu oran  $\frac{1}{8}$ 'dir.

—Yenidoğanın bacaklarının bedenine oranı  $\frac{1}{8}$  iken yetişkinlerde bu oran  $\frac{1}{2}$ 'dir.

—Çocuk 4 yaşına geldiğinde beyin ağırlığının %80'i, 8 yaşına geldiğinde %90'ı kazanılmış olur. Kalan %10 ise 8–20 yaş arasında tamamlanır.

## **Bebeklik Döneminde Fiziksel ve Psikomotor Gelişim**

### ***Bedensel Gelişim***

—Doğum öncesinden sonra fizyolojik gelişmenin en hızlı olduğu dönemdir.

—Çocuk 12–30 aylar arasında altını ıslatmamayı öğrenir.

—5–8 aylarda süt dişleri çıkmaya başlar, 2,5 yaş civarında tamamlanır.

### ***Psikomotor Gelişim***

Doğum öncesi dönemden sonra psikomotor gelişimin en hızlı olduğu dönem yaşamın ilk yılıdır. Bebeğin doğuştan getirdiği refleksler vardır. Zamanla psikomotor beceriler ortaya çıkar. Bebeğin sahip olduğu refleksler şunlardır.

*Kökseme, emme ve yutma refleksi:* Yanağına dokunulan yenidoğan başını o yana çevirir. Dudaklarına dokunulduğunda emme davranışı gösterir.

#### *Sürünme*

*Bükülme refleksi:* Bebeğin ayağına iğne batırıldığında bebek ayağını hızla kendine çeker.

*Babinski refleksi:* Ayak tabanına dokunulunca bebeğin ayak parmaklarını önce açıp sonra büzmesidir.

*Tonik boyun refleksi:* Bebeğin sırt üstü yatarken başını yana çevirmesi, kolunu yüzünü döndüğü yöne çevirmesi ve diğer kolunu bükerken bedenini döndüğü yönden bükerek uzaklaştırmasıdır.

*Moro refleksi:* Uyarılma durumunda bebeğin başını arkaya atması, sırtını kemer yapıp kollarını yana açmasıdır. Bebek bunu çoğu kez ağlayarak yapar.

*Yakalama refleksi:* Avucunun içine konan şeyi kavramasıdır..

### **Duyuların Gelişimi**

—Yenidoğanın işitme, görme, dokunma, koklama ve tat alma duyuları mevcuttur.

—Bebek özellikle annesinin sesini ve kokusuna duyarlıdır.

—En gelişmiş duyusu dokunmadır.

## **Okul Öncesi Dönemde Fiziksel ve Psikomotor Gelişim (2–6 yaş)**

### ***Bedensel Gelişim***

—Ağırlık ortalama yılda 2 kg artar, boy da 6–8 cm uzar.

### ***Psikomotor Gelişim***

—Bu dönemde kaba motor hareketleri sağlayan kaslarda gelişme ince motor hareketleri sağlayanlara göre daha hızlıdır.

—Erkek çocukları daha uzun ve ağırdır. Erkek çocukları kaba motor becerilerde daha başarılıken kız çocukları ince motor becerileri gerektiren işlerde başarılıdır. Düşme ilikleme gibi işlerde kız çocuklarıyla erkek çocuklarını karşılaştırmak bu açıdan hatalı olacaktır.

### ***Duyuların Gelişimi***

—Diğer duylara göre daha geç tamamlandığı için bu dönemde görme duylusu üzerinde durulmaktadır. Bu dönemde büyük puntolu yazılar kullanılmalıdır.

## **Okul Döneminde Fiziksel ve Psikomotor Gelişim (6–12 yaş)**

### ***Bedensel Gelişim***

—Sinir sisteminin gelişimi tamamlanır.

—Kalp atışı yetişkinlerinkine yakındır.

—İç salgı bezleri bu dönemde oldukça önemlidir. (Örneğin, troid bezi yeterince salgı üretmezse bedensel ve zihinsel gelişimde yavaşlama olur.)

—Kızların boy ve ağırlıkları bu dönemde erkekleri geçmeye başlar. (10-15 yaş arası)

### ***Psikomotor Gelişim***

—İki cinste de psikomotor beceriler açısından önemli gelişmeler olur.

—İnce motor kasların kontrolü büyük ölçüde başarılır. Bu sayede bisiklete binme gibi becerilerin yanı sıra müzik aletlerine, el sanatlarına ilgi de artar.

## **Ergenlik Döneminde Fiziksel ve Psikomotor Gelişim (12–18 yaş)**

—Bu döneme has olan ve yetişkinliğe geçilirken kullanılan “geçici davranışlar” görülür. Bu davranışlar olumlu ya da olumsuz olabilir.

—Ergenlerin düşüncelerinde hormonların etkisi önemlidir. Hormonal değişimlerin benlik saygısı, mutluluk, konsantrasyon, saldırganlık, davranış problemleri, sosyal ilişkiler üzerinde de etkileri vardır.

### ***Bedensel Gelişim***

—Ergenliğin ilk dönemine “erinlik” denir. Bu dönem çocuklukla yetişkinlik arasında bir geçiş dönemidir.

—Bu dönemde iskelet sisteminin gelişmesi, bedenin yağlanması ya da kas gelişiminin artması, dolaşım ve solunum sisteminin gelişimi, güçte artış, ikincil cinsiyet özelliklerinin kazanılması ve üreme organlarının büyümesi, hormonal sistemdeki ve endokrin sistemdeki değişimler gözlenir.

—Genelde kızlar 11–13, erkekler 13–15 yaşlarında erinliğe (buluğa) girerler.

—Hipofiz bezi çok çalıştığı için uzama hızlıdır.

—Erinlikte en çok eller, kollar, ayaklar ve bacaklar büyür.

—Erkeklerin ciğeri ve kalbi kızlarınkinden büyüktür. Bu kuvveti, hızı ve bedensel dayanıklılığı etkiler.

### ***Psikomotor Gelişim***

—Ergenlik dönemindeki hızlı bedensel değişiklik, beden yapısındaki oransızlık psikomotor becerilerde acemilik gözlenmesine neden olur.