

ERGENLİK DÖNEMİ

A. KIZLARDA MEYDANA GELEN FİZİKSEL DEĞİŞİMLER

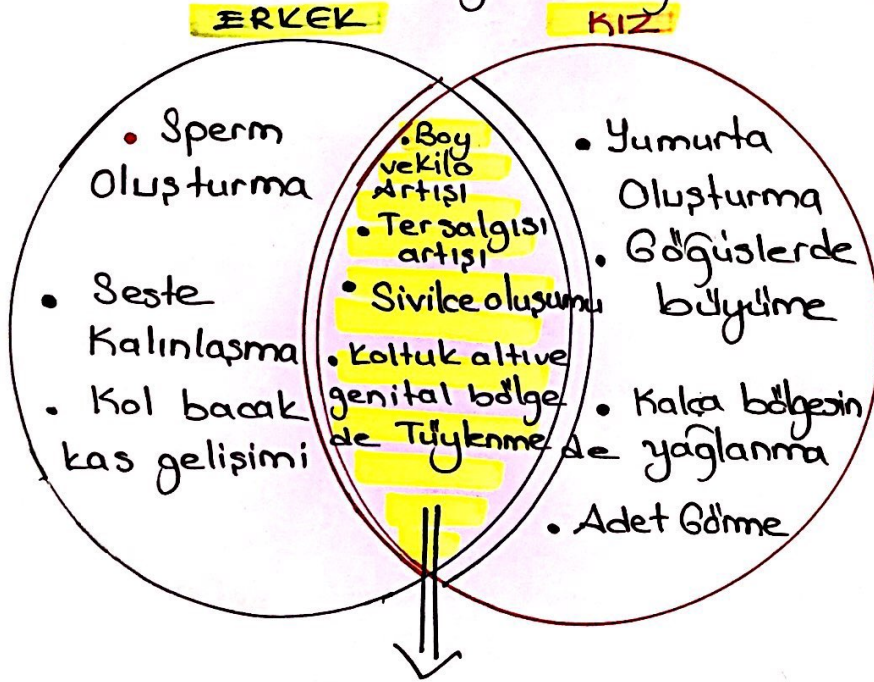
- 1- Göğüslerde büyüme
- 2- Kalça bölümünde yağlanma
- 3- Yumurta üretimi
- 4- Siville oluşumu
- 5- Kilo Artışı
- 6 Ter salgısının artması
7. Koltuk altı ve genital bölgede tüylenme (Ortak)
- 8- Boy uzaması
- 9- Adet görme.

} Kız ve Erkeklerde Ortak Görüldür.

B. ERKEKLERDE MEYDANA GELEN FİZİKSEL DEĞİŞİMLER

- 1- Sperm üretimi
2. Siville oluşumu * (Ortak)
3. Seslerde kalınlaşma
4. Kol ve bacak kaslarında artış
- 5- Kilo Artışı * (Ortak)
- 6- Ter salgısının artması * (Ortak)
7. Koltuk altı ve genital bölgede tüylenme * Ortak
- 8- Boy uzaması
9. Sakal- Biyık Oluşumu.

ERGENLİK: Kız ve Erkek çocuklarının çocukluk döneminden çıkarak yetişkinliğe adım atmasıdır.



Ortak görülen Değişimler.

-7-

FEN
OKULU

Elyaz Aralık Sahin
Edukk

ERGENLİK DÖNEMİNDE KIZ VE ERKEK ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN RUHSAL DEĞİŞİKLİKLER

1. Hayatı sorgulama
2. Fikir çatışmaları - asilik
3. Duygu durumunda dalgalanmalar ve hassasiyet
4. Bencillik ve bağımsız olma isteği
5. Beğenilme isteği
6. Dış görünüşe özen gösterme
7. Karşı cinse ilgi
8. Sabırsızlık ve şiddet eğilimi
9. Madde alışkanlıklarına karşı merak
10. Güvensizlik ve başkalarını suçlama
11. Özgürlüğüne düşkündür.

NOT = Ergenlik döneminde değişiklikler kız ve erkek çocuklarda aynı dönemde başlamaz.

* Kızlar erkeklerden 1-2 yıl daha önce ergenliğe girerler.

* Yaşanılan bölgenin özellikleri, genetik faktörler ergenliğe girme yaşını etkileyebilir.

ERGENLİK DÖNEMİNİ SAĞLIKLI GEÇİRMEK İÇİN NELER YAPMALIYIZ

1. Çevremizdeki insanlarla iletişim içinde bulunmalı
2. Olumlu arkadaşlıklar edinmeli
3. Hobilerimizi ön plana çıkarmalı
4. Bu dönemle ilgili doğru bilgiler edinmeli
5. Gerekirse kişisel gelişim uzmanlarından yardım alınmalıdır.