

ERGENLİK ÇAĞI

Gerek ergenlik gerekse gençlik dönemleri insan yaşamının en güzel, en mutlu ve en güçlü dönemleri olurken, aynı zamanda birer kriz ya da bunalım dönemleridir. Aslında her değişim bir durumdan ötekine geçiş ile eski alışkanlıklardan sıyrılıp yeni koşullara uyma zorunluluğunu getirdiğinden, kendine göre bir zorluk taşımakta, dolayısıyla bir kriz ya da bunalım dönemi olarak adlandırılabilir. Buna göre, gençlikten orta yaşa, orta yaştan yaşlılığa, öğrencilikten iş yaşamına, iş yaşamından emekliliğe, bekarlıktan evliliğe ve yine evlilikten bekarlığa yahut dulluğa geçişlerin her birinde kendine göre birer kriz ve bunalım dönemleridir. Ancak, gerek biyolojik, gerekse sosyal bakımdan en önemli bir değişiklik sayılan ergenlik ve gençlik dönemleri bunların arasında daha bir belirginlik taşır. İşte belki de bu yüzden yıllar boyunca ergenlik ve ilk gençlik dönemleri halk arasında oldukça şatafatlı sözlerle belirlenmiş "buhran çağı", "delikanlılık", "ateşli gençlik", "kabına sığmazlık" gibi deyimler hep bu dönemi anlatmada kullanılmıştır. Dikkat edilirse, bu kullanım bir yandan özenme ve hasret, bir yandan da kıskançlık taşımaktadır. Fransız'ların bir deyişi olan "gençlik bile bilseydi, ihtiyarlık yapabilseydi" sözünde, ihtiyarlığın bilgisizliği vurgulanmakta ve bu gibi deyimlerin hep daha yaşlı kuşaklar tarafından yaratıldığı da göz önüne alındığında, yaşlıların sanki umutsuzluklarının acısını gençliğin deneyimsizliğini vurgulayarak kendilerini daha üstün görmek yoluyla çıkardıkları düşünülebilir (Koptagel-İlal, 1991).

Ergenlik Çağı Ne Zamandır?

Ergenliğin ne zaman başlayıp ne zaman sona erdiği çeşitli görüşlere göre tartışmalı ve değişiktir. Kabaca söylenecek olursa, ergenlik buluş ile başlar ve gencin erişkinliğe varmasıyla da biter. Ama, bu gerçekte ne zamandır? 1889'da İngiliz yazarı Thomas da Quincey şöyle diyordu: "Erkeklik ne zaman, hangi testle, hangi işaretle başlar? Fiziksel olarak bir ölçüye, yasal olarak bir ölçüye, ahlak açısından bir üçüncü, düşünsel açıdan da bir dördüncü ölçüye göre başlar, oysa hiç biri de kesin değildir." Aslına bakılırsa, bu deyişte büyük gerçek payı vardır. Çocuk büyüyüp de fiziksel, biyolojik olgunluğa erince 13-14 yaşlarında biyolojik bakımdan erişkin fonksiyonlarını yapabilecek duruma gelmiştir. En azında cinsel fonksiyon söz konusu olduğunda bu böyledir. Buna rağmen, bu yaşta hatta daha sonraki yaşlarda bu genç insan bazı toplumsal kurallar ve yasalar açısından erişkin işlevlerine yetkili sayılmamaktadır. Örneğin; kişi bazı ülkelerde 18, bazılarında 21 yaşına gelmeden reşit sayılmaz. Bankadan parasını çekemez. Yasal açıdan özerk değildir. Nerede oturacağına kendisi karar veremez. Yasal işlemler karşısında bir veli tarafından temsil edilir.

Bugün biyolojik ve psikolojik olarak erinlik çağını 10-12 yaşalar ile 16-18 , hatta bazı hallerde 20 yaşlar arasındaki dönem olarak kabul ediyoruz. Ne var ki, yüzyıl önce Thomas de Quincey'in de dertlendiği gibi, bu sınırları hala kesin olarak çizemiyoruz. Ergenlik (Adölesans) jenerik adı altında anılan bu çağ içinde bir arada tanımlana ama bir birinden oldukça ayrıcalıklar gösteren bir kaç gurubu buluyoruz aslında. Bu konudaki geniş çapta bilimsel yayınlar, konuyu derinlemesine araştırmaya çalışmakla birlikte daha henüz bu ayırımı tam bir açıklık getirememişlerdir

Ergenlik çağını kendine özgü görevleri, istekleri ve uyum olanakları olan üç belirgin döneme ayırıp, ayrıca her dönemi de kendine öz cins, ırk ve sosyal sınıf ayrıcalıkları bakımından incelemek yararlı olur. Ergenlik evrenindeki bu ayırım yetersizliği aslında bu kavramın yeniliğinden gelmektedir. Ergenliğin kültürel açıdan tanınması endüstri devriminin bir yan ürünüdür. Endüstri devriminden önce artık biyolojik açıdan çocuk olmayan, fakat erişkin rolüne de, özellikle iş ve meslek bakımından, hazır olmayan böyle bir ara sınıf yoktu. Eskiden kişi biyolojik değişimiyle birlikte yavaş yavaş çocuklukta erişkinliğe geçer ve bu her iki dönemde birbiriyle sürer giderdi. Ayrıca, erişkinliğe hazırlıkta yavaş yavaş hatta daha çocukluk yıllarından başlayarak ilerler ve çocuklar ilerde benimseyecekleri erişkin rolleri doğrudan doğruya gözlemleyerek öğrenirlerdi. Bazı ilkel gruplar da bir takım törenler ve sınamalar da bulunup çocukluktan erişkinliğe geçişi belirlerlerdi.

Doğa koşullarına sıkı sıkıya bağımlılık içinde ve insan gücüne dayanan yaşam örneklerinde gencin bedensel gücü, cesaret gösterileri acıya dayanıklılık dereceleri bu büyümeyi saptayan ölçüler olurken, daha sonraları mistik ve dinsel bazı törenler de artık simgesel nitelikte bile olsa, günümüzde bu ilkel törenlerin izlerini taşımaktadırlar. Örneğin; Hıristiyanlık' taki konfirmasyon ya da Museviler'deki barmitzva törenleri kişinin çocukluktan çıkıp o toplumun erişkinler grubuna katılmasının erişkinliğin sorumluluklarına hazır olmasının başlangıcını belirten simgesel davranışlardır. Ne var ki, günümüzün endüstrileşmiş toplumlarında bu törenler asıl anlamlarını çoktan yitirmiş simgeler olarak kalmakta ve ergenin oluşumu içinde bulunduğu toplum koşullarına göre süregitmektedir. Toprakla uğraşan ve geniş aile geleneğinin hala egemen olduğu kırsal kesim toplumlarında ergenlik başlı başına psikolojik ya da sosyal bir olay olmazken, endüstrileşmiş tüketici, kentsel kesim toplumlarında ergenlik çağı sorunları önemli boyutlara ulaşmış olarak belirmektedir.

Ortalama insan yaşamının hemen hemen 1/10'unu kapsayan bir dönem olan ergenlik çağı kişinin yaşamının önemli değişikliklerini içeren bir çağdır. Ergenliğin başlangıcında kişinin biyolojik durumunda, sonunda ise, psiko-sosyal durumunda bir değişiklik bulunmaktadır. Böylece bu dönemin başlangıcı da, sonu da birer kişisel kriz demektir.

Dolayısıyla, bugün artık oldukça uzun bir süre içinde kabul edilen ergenliği "erken", "orta" ve "geç dönem"ler olarak ayırt etmek olasıdır (Koptagel-İlal, 1991).

Erinlik Belirtileri :

Ergenlik Çağında bedende önemli değişimler olmaktadır. Çocukluk çağı özelliklerinden yetişkinliğe geçiş bahis konusudur. Beden değişmelerinin büyük bir kısmı ergenlik devresinin ilk safhası olan erinlik çağında vuku bulur. Erinlik çağından sonra devam eden beden gelişmeleri ise yavaş cereyan eder.

Erinlik çağının bedende meydana getirdiği gelişmeler eski çağdan beri bilinmektedir. Değişen bedenin , davranış ve yönelişler üzerinde yaptığı etkiler ise bilimsel çalışmalar yapılmasını gerektirmiştir. Beden gelişiminde hızlanma, ferdin bu değişmelere yeterli intibakını engellemekte ve sonuç olarak güvensizliğe sebep olmaktadır. Buhler cinsiyet organlarının gelişmesiyle davranışlarda meydana gelen değişmeye nazarı dikkati çekmiş ve bu yıllarda, beden değişmelerinin olumsuz ve yetersiz intibaka sebep olduğu üzerinde durmuştur. Ergenin davranışlarını etkileyen bu beden değişmelerini şu erinlik belirtileri teşkil etmektedir.

Kıllar : Erinlik çağına girişte bedenin belirli yerlerinde kıllar büyür ve ergenlik sonlarında bükümlü hal alır.

Ay Hali : Yüzyıllar boyunca kızlarda ay halinin cinsi olduğunun işareti olduğuna inanılmıştır. Bilimsel araştırmalar, ay halinin erinlik çağının başı veya sonunda vuku bulmadığını ve bu olayın erinliğin yanını gösterdiği ifade etmektedir. Ay halini takiben "ergen kısırlığı" buna delil olarak gösterilmektedir. Bu devre 6 ay veya daha uzun sürer ve bu süre içinde yumurtalıklarda olgunlaşma olmaz. Buna göre ay halinin, cinsi olgunluğa delil teşkil ettiği söylenemez.

Islak Geceler: Halk arasında erkek çocuğun cinsi organlarının gece salgı yapması onun cinsi yönden olgunlaştığına bir delil olarak görülür. Uyku esnasında penis, spermi havi sıvı çıkarır. Erkeğin üreme organının bu şekilde fazla semeni dışarı atması normaldir. Ancak bu her çocukta vuku bulmayabilir ve ayrıca bu salgıların erinliğin başlangıcında değil, fakat ortalarında vuku bulduğuna işaret etmek gereklidir.

Akıl Dişi : Akıl dişinin çıkmasını erinlik başlangıcı olarak görenler olmuştur. Ancak erinlik devresinin başlangıcını gösteren sağlam bir işaret değildir (Fatma Varış).

Ergenlik Çağının Fiziksel Gelişimi:

Ergenlik çağı tek bir bilim dalı açısından anlaşılması ve tanımlanması güç bir devredir. Bu bilim dalı istek fizik, biyoloji, psikoloji, pedagoji, ister eğitim olsun, her birinin bir gencin gelişmesine katkısı olup, bireyde değişikliklerin yer aldığı çağdır. Özellikle biyolojik, psikolojik ve sosyal olarak bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı bu dönem çocukluktan erginliğe bir geçiş dönemidir. Ergenliğin başlangıcı kızlar ve erkeklerde belirli biyolojik değişmelerle başlar. Bu devre ülkemizde kızlarda ortalama 10-12, erkeklerde 12-14 yaşlar arası başlar. Ergenlik çağına girişten önceki yıllarda boy ve ağırlık bakımından bir yavaşlamadan sonra gelişmede giderek hızlanan bir artış izlenir. Ülkemizde gelişim batı ülkelerinden daha önce oluşmaktadır. Biraz sonra ikinci derecede cinsel nitelikler meydana çıkar.

Erkek çocuklarda cinsel nitelikler genital tüylerin çıkması, yüzde bıyık ve sakal tüylerinin belirmeleri ve ses değişmesi ile göze çarpar.

Fiziksel değişmeler bireyin sosyal ve psikolojik uyumunu etkilediği gibi sosyal unsurlarda psikolojik ve bedende yer alan değişiklikleri etkiler; aynı şekilde psikolojik unsurların yanında sosyal ve fizyolojik değişmeler de görünür.

Özellikle ergenlik çağının kızlar ve erkeklerde yer alan sosyal değişiklikler bazı kriterlere bağlıdır. Bu kriterler arasında ergenin iş bulup çalışması, evden ayrılması, evlenmesi ve oy kullanması gibi olaylara girişmesi, çocukluktan erişkinliğe geçişi gösterir.

Her kişinin yaşantısı boyunca belirli geçiş ve dönem sıkıntıları yaratan devreleri vardır. İlk defa okula giden çocuk, evinin sağladığı güven havasından ayrılarak yaşantısında sıkıntı yaratabilecek bir duruma girer, üstelik okula giriş dönemine esaslı bir uyum göstermek zorundadır. Ergenlik de böyle bir bunalım çağıdır. Çocuk veya erişkin değildir, fakat genç birbirinin içine girişmiş kuvvet bekleyişler alanlarının içindedir.

Bu dönemlerde kanunlara karşı eylemler, intihar teşebbüsleri, uygusal taşkınlık ve tedirginlik hali ön planda görülür. Genç kızlarda intihar teşebbüsleri buluş çağında en yüksek ortalama göstermektedir. Bütün bu olumsuz davranışların altında da anksiyete hali vardır (Yavuz, 1974).

Ergenlik döneminin başlangıcının habercisi, boy uzamasıdır. Çocuğun ana rahminden teşekkül etmesinden bu yana gövdesi gelişimini büyümesini devam ettirir. İlk iki yıl içinde büyüme hızlanır. Sonraları büyüme hızı azalarak kızlarda 7, erkeklerde 10 yaş civarlarında bir gelişme eğrisi gösterir. Erkek çocuklar doğuştan kızlardan biraz daha boylu olup, bu üstünlüğü 10 yaşlarına kadar korurlar, fakat kızlarda bu yaşlarda onlara yetişir. 11

yaşlarından 14'e kadar kızlar daha çabuk uzuyorlar. 15 yaştan sonra bu üstünlük erkeklere geçiyor. Yalnız kişisel farklılıkların olduğunu unutmamak gerekir.

Ergenlik çağında gelişmenin diğer bir yönü de, kilo alınarak ağırlığın artmasıdır. Yalnız, boy uzaması gelişmenin tek kriteri değildir. Yapılan çeşitli incelemelerde, ortalama ağırlık artışları kız ve erkekte boy uzaması eğrileri ile ayrı eğilim gösterip, boy uzaması eğrilerine paralel olarak gelişmektedir.

Fiziksel yönde ergenliğin başlangıcı ve sona ermesi, bireylerde farklı olmakla beraber, bu çağlardaki önemli değişimler, ortalama istatistik normlarına uyacaktır. Boy ve kilo artarken, kollardaki kuvvet de artacaktır.

Cinsel gelişim, başlangıçta ergenlerde kızlarda göğüs büyümeleri, erkeklerde bıyık ve sakal tüylerinin çıkması gibi ikinci derecen cinsel niteliklerden oluşur. Ergenlerin fiziksel gelişmesinde primer sex organlarının gelişmesi çok önemlidir. Kızlarda regl başlangıcı yanlı olarak fiziksel olgunluk zannedilmiştir. Regl başlangıcında, overler erişkinlerin overlerinin ancak %30 oranındadır. Yalnız, gelişme tamamlanınca testis ve overler tam olarak gelişir, demek ki, bu reglerin başlangıcından, çok sonraları oluşur. Ancak hipofiz guddesinin çıkardığı salgılar testis ve overlerin tam çalışmasını sağlar. Henüz, olgunlaşmamış sex guddelerine hipofiz salgıları cinsel olgunlaşmayı sağlayacak olan hormonu çıkardığı zaman overlerde ve testislerde sex hormonunun teşekkülü başlar. Kadın hormonları sex hormonları konusunda esas ve ikinci derecedeki sex niteliklerinin gelişmesini sağlar. Aynı şekilde erkek hormonu erkeğin primer ve ikinci derecede niteliklerinin gelişmesine yol açar. Uterusta bazı oluşumlara yol açan kafi miktarda hormon bulunuşu reglin başlaması ile, kızın cinsel bakımdan olgunluğa yöneldiğine bir işarettir. Bu dönemde kızın üretme niteliğini henüz elde etmemiş olması kuvvetli bir ihtimaldir. Fiziksel ve cinsel gelişim devam eder ve sonunda over döllenebilecek bir ovum oluşturur. Cinsel guddelerin oluşum devrelerinde reglerin aksaması görülebilir. Bu aksama, anormal olmayıp, sex organlarının nispeten olgunlaşmasından ileri gelir (Yavuz, 1974).

Ergenlik çağında kızlarda ve erkeklerde çeşitli bedensel gelişmeler göze çarpar. Kız ve erkek çocukların beden yapısındaki gelişmeleri ayrı ayrı incelemek gerekir. Kızlarda omuzlar, yuvarlaklaşır, göğüs ve kalçalarda deri altına toplanan yağ miktarı artar. Göğüs ve kalçalar büyür, göğüs uçları olgunlaşır.

Erkek çocuklarda ergenlik döneminde kızlardan farklı olarak kol ve bacak adalelerinde bir gelişme olur. Göğüs kafesi ve omuzlar genişler, vücut ve yüz erkeksi görünüm kazanır.

Seslerin kalınlaşması: Ergende, ses, çocukluktakinin aksine kalınlaşmaya başlar. Bu dönemde ergen ses tonunu ayarlamaz. Önceki ses çatallaşır. Daha sonra, ses telleri gelişmesini tamamlar, ergenin ses tonu da olgunlaşır.

Yüzdeki sivilcelerin artması: Derideki yağ bezlerinin fazla çalışması sonucu, salgılanan yağlar, bez kanallarını tıkar ve yüzde siyah noktalar oluşturur. Yağ birikimi şişer ve ergenlik sivilcelerini meydana getirir.

Yüzde bıyık ve sakalın çıkması: Ergenlik döneminde yüzde meydana gelen belirgin değişiklik de, erkek çocukta bıyık ve sakalların çıkmasıdır. Önce bıyıklar belirgin hale gelir, sonra sakak kemikleri altından sakallar görülmeye başlar, sakal ve bıyıkların çıkmasında gençler arasında bireysel farklılıklara bağlı olarak, değişiklikler olur.

Vücutta Kılınma: Ergenlik döneminin başlangıcındaki değişikliklerden biri de, hipofiz bezinin salgıları ile başlayan koltuk altı ve üreme organları bölgesindeki kılınmalar.

Ter bezlerinin çalışmasının artması: Bu dönemde koltuk altı ile kasıklardaki ve vücudun diğerlerinde ter bezleri çocukluk döneminden daha fazla çalışır. Sık terleme sonucu ortaya çıkan kirliliği önlemek için vücut temizliğine dikkat etmek en az haftada bir kere su ve sabun ile temizlenmek, koltuk altı ve üreme organlarındaki türlerin ter ve kir tutacağı için uzamadan alınması ergenlik sağlığı için gereklidir.

Vücut kokusunun belirginleşmesi: Cinsel olgunlukla beraber, vücutta herkese has bir koku belirginleşir. Bu vücut kokusunun cinsel çekicilikle bir ilişkisi vardır.

Gırtlaktaki kıkırdaklaşma: Hipofiz hormonunun etkisi ile ergenlik döneminin başlangıcında erkek çocuklarda gırtlığın çene altına rastlayan bölgesinde bir kıkırdaklaşma görülür. Halk arasında "adem elması" denen bu boğum büyüyerek sertleşir.

Göğüslerde düğümçüklenme: Erkek ergenlerde genellikle 14-16 yaşları arasında olur. Göğüslerin her ikisi veya birinde görülen ağrılı büyüme ve sertleşmelerdir. Tıp dilinde buna jinekomasti denir. Hormon kaynaklıdır. 6 ay ile 3 yıl arasında iyileşme görülür.

Ergenlik Döneminde Görülen Cinsel Rüyalarda: Özellikle erkek gençler, artan cinsel içteplerin sonucu cinsel kaynaklı rüyalar görürler. Bu rüyalar esnasında üretilen fazla sperm boşalma sonucu vücudun dışına atılır. Halk dilinde "rüyalanma", eski dilde "ihtilam olma" denilen bu olay, sebebini bilmeyen ergenler için ürkütücüdür. Çeşitli tedirginlikler yaratabilir (Kulaksızoğlu, 1998).

Bilişsel Gelişim

Piaget'ye göre ergen 11 yaşından itibaren formel işlemsel düşünceyi geliştirmeye başlar. Bu dönemin önemli özelliği hipotetik tümdengelim! düşüncedir. Ergen, bir problem çözmeye

durumunda neden-sonuç ilişkisini kurabilmek için olası tüm değişkenleri göz önüne alabilir ve bunlardan birini sınavken diğerlerini dışarıda bırakabilir. Gerçek ve somut olmayanla yani olasılıklarla ilgilenebilir ve mecaz anlamları anlamakta güçlük çekmez. Formel düşüncenin her ergende ortaya çıkmayacağı, bu düşünce biçimiyle ilgili bilişsel stratejilerin ancak eğitimle gelişebileceği ve bu nedenle formel işlemsel dönemin, Piaget'nin önceki üç dönemi gibi evrensel olmadığı tartışılmaktadır.

Ergenlerdeki soyut düşünce onların günlük davranışlarını da etkilemektedir. Kendileri ve dünya hakkında daha fazla düşünmekte ve 13-15 yaşları arasında daha tartışmacı, idealist ve eleştirici olmaktadır. Bununla birlikte kendilerinin ve başkalarının soyut bakış açılarını değerlendirmekte zorlandıkları için yeni bir ben merkezci eğilim içine girmektedirler. Elkind'a göre kendi düşünceleri, duyguları ve davranışlarıyla aşırı ilgilidirler. Kendi ve diğerleri arasındaki ilişkilerle ilgili olarak da iki önemli çarpıtmaları vardır. Bunlardan biri, kendi kendileriyle çok ilgili olmalarının ötesinde diğerlerinin de kendisiyle ilgilendiklerini düşünmeleri ve devamlı bir sahnede, herkes kendilerini izliyormuş gibi davranmalarıdır. Diğeri ise kendi önemlerini aşırılaştırma ve kendilerini özel ve özgün olarak algılamaları sonucu başkalarının başına gelenin kendi başlarına da gelebileceğini düşünmemeleridir. Bunun sonucu olarak da alkol ve uyuşturucu alma, hızlı ve tehlikeli araba kullanma gibi riskli davranışlara girmekten sakınmamaktadırlar.

Ergenlikte Zihinsel Gelişim

12 yaş ve üzerisi zihinsel gelişim çerçevesinde varsayımlar kurabilir, mantıksal sonuçlar çıkarabilir ve karmaşık sorunları sistemli biçimde çözebilir. Bu dönem gençleri kendi görüşlerini haklı gösterebilecek düşünce kurallarını ve mantık yollarını bulmaya başlarlar.

Ergenlikte Duygusal Gelişim

Ergenlik dönemi dengesiz ve düzensiz bir evredir. Bu evre "gence hiçbirşey anlatılmadığı için, anlatma çabasının yoğun olduğu bir dönem" olarak açıklanabilir. Dönem, bir çelişkiler dönemidir. Yalnızlıktan duyulan hazzın yanı sıra bir gruba katılma özlemi, yetişkini hor görme ama ona dayanma; endişe ve umutsuzluğa karşın geleceğe coşkuyla yönelik bu çelişkilerin en belirginleridir. Bu evrede duyguların şiddet kazandığı görülür. Bunlar sinirlilik, öfke, bağırma, herşeye karşı gelme gibi özelliklerdir.

Ergenlikte Sosyal Gelişim

Bu dönemde genç; çabuk kurulan ve bozulan ilişkiler, kolay etkilenme, toplum içinde sivrirme, ilgi çekme ve rol sahibi olma çabası içindedir. Toplumda saygınlık kazanmaya ve statü sahibi olmaya gereksinme duyar. Toplumsal uyum geniş ölçüde bu gereksinimin karşılanmasına bağlıdır.

Gencin bu dönemde ailesiyle, arkadaşlarıyla ve öğretmenleriyle olan ilişkileri de önemlidir. Özdeşleşme içine girerek aile bireylerine, çevredeki kişilere, düşüncelere genişleyen alanda, gencin benimsediği düşünce, davranış, tutum ve eylemleri oluşur. Gencin bu dönemde arkadaş ilişkileri çerçevesinde, ait olduğu grup önem kazanır ve grup normlarına uymada çaba harcar.

Ergenlikte Gelişim Görevleri :

Bir insan bu günün ve geleceğin sorunlarıyla başarılı bir şekilde uğraşacaksa, bebeklikten ve ilk çocukluktan ergenliğe, ergenlikten ileri yetişkinliğe doğru özel davranış türlerinin kazanılması gerekmektedir. Ergenlik, bedensel, toplumsal, bilişsel olgunlaşma dönemidir. Bir ergenin başarması gereken yaşam görevleri bu bölümde incelenmektedir.

A) Bedensel Özelliklerini Kabul Etmek ve Bedenini Etkili Biçimde Kullanmak:

Ergenlik, bir dizi hızlı bedensel değişimle biyolojik olarak başlar; Bu değişimler büyük ölçüde bir insanın yetişkin boyuna, ağırlığına, bedensel ve cinsel özelliklerine kavuşmasını sağlar. Bunun sonuçlarından herkes hoşnut kalmaz. Bir kız ya da erkek çocuk, kendini çok kısa ya da çok uzun bulabilir. Umduğu kadar yakışıklı ya da güzel olmadığını düşünebilir. Buradaki gelişim görevi bedensel özelliklerini kabul etmeyi ve onları en iyisi sanmayı öğrenmektir.

B) Eril Yada dişil Bir Toplumsal Rolü Gerçekleştirmek :

Hala değişen bir dünyada bu görev bir ergenin bugün yapmak zorunda olduğu dönemlerin en önemlilerinden birini oluşturmaktadır. Bu davranış tarzını açıkça eril, diğeri açıkça dişil olarak etiketlediğimiz, yıllarda "bir erkek ya da kadının en uygun davranışı nedir?" sorusunu yanıtlamamız kolaydı. Oysa bugün bir çok kişi cinsler arasındaki benzerlikleri farklılıklardan daha fazla vurgulamaktadır. Kumaş pantolonlar, blucinleri, unisex saf kesimlerini düşünelim. Kuşkusuz en büyük değişimler kadın rollerinde ortaya çıktı. Ama herkes aynı yönde hareket etmemektedir. Kimileri, toplumsal rollerini geleneksel çerçevede gerçekleştirme, kimileri eşitliği ve birbiriyle örtüşen davranışları savunmakta, kimileri aşırı uçlar arasındaki yerini korumaktadır. Anlaşılır bir biçimde ana-babaların, öğretmenlerin ve ergenlerin kendilerini, yakın geçmişten kesinlikle farklı olan bir şimdiki zamandan köklü biçimde ayrılan bir geleceğe hazırlanma konusunda kafaları karışmaktadır.

C) Her iki cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurmak :

İlk ergenliğin büyük ölçüde aynı cinsten arkadaşlardan kurulan yaşıt grupları şimdi yerini daha olgun erkek kadın ilişkilerine bırakmalıdır. Ergen, karma bir grupta gülüşmeden, kızarmadan, terlemeden ne söyleyeceğini ve nasıl söyleyeceğini, yetişkinlere özgü çeşitli toplumsal etkinliklere nasıl katılacağını öğrenmek zorundadır. Kültür, bu toplumsal ilişkilerin ne olduğunu büyük ölçüde belirler; bir toplumdan diğerine ve sınıflar arasında değişiklik gösterir.

D) Ana-babadan ve diğer Yetişkinlerden Duygusal Bağımsızlığı Gerçekleştirmek:

Ana-babadan özellikle davranış, tutum ve ilgiler bakımından bağımsız olmaya girişen ergenler, genellikle önceden izin almadan, ardından da, ayrıntılı rapor vermek zorunda kalmadan bir şeyleri arkadaşlarıyla birlikte yapmak isterler. Daha çok çöplüğe benzeyen yatak odasının kapısına "özel mülkiyet", "uzak durun" levhaları astığını belli sürelerde anımsarsınız. Fakat, bağımsızlığın getirdiği özgürlükle birlikte, ana-babaya ve diğer yetişkinlere duyulan sevgi ve saygıyı veren bir başka boyut daha vardır. Bu boyut, vermeyi ve almayı her iki tarafı da anlamayı gerektirir. Havıghurst'un (1972) belirttiği gibi ergenler, ana-babalar, onların üzerinde otorite kurmaya kalkıştığında sıklıkla baş kaldırırlar. Ama ana-babalar onların sorumlu yetişkin gibi davranmaya yöreklendirdiğinde, bağımlılık göstermeye çalışırlar. Burada da kültür, önemli bir rol oynar. Bağımsızlık görevi alt sınıftan orta sınıftakinden daha kolay yerine getirilmektedir. Orta sınıf uzayan eğitimi, ekonomik desteği, geçilmiş olan evliliği, daha fazla kazımayı, özellikle ergen kızları vurgulamaktadır.

E) Evliliğe ve Aile Yaşamına Hazırlanma :

Bu gelişim görevi, bir çok açıdan, az önce tartışılan yönü, dördüncü görevlerde ilerlemeler kaydedilmiş olmasına bağlıdır. "Deneme evliliği", "birlikte yaşama" gibi toplumsal geleneklerdeki değişimler belki bu gücü çağdaş ergenler için daha zor ergenlerin çoğu büyük olasılıkla sonunda evlenmeyi ve çocuk sahibi olmayı beklemektedir. Ancak, Havıghurst'un belirttiği gibi bazen ergenler evliliği ve aile yaşamını zevkle beklerler. Bazıları ise, düşmanlık ya da korku hissederler. Açıkça bir bireyin bu alandaki tutumu, başarısı ya da başarısızlığı hem kültürden ve sosyo-ekonomik düzeyden hem de aile deneyimlerinden etkilenir. Bir çok ergen fazla düşünmeden ya da hazırlanmadan ve çoğu zaman ev işleri ya da çocuk yetiştirmek için gerekli olan becerilere sahip olmadan evlenmekte ve çocuk yapmaktadır. Bu olduğunda, lise veya üniversite düzeyinde gerekli kurslara ve rehberliğe baş vurularak daha fazla çaba harcadığını görmekteyiz (Onur, 1993).

Gençlik Çağında Cinsel Gelişme :

Ergenlik bedensel değişimleri, kızlara genç kız, erkeklere de, erkek görünümü kazandırır. Buna karşıt olarak hormonların çalışmasıyla erişkine özgü cinsel duygular belirir. Ergen bu yeni, yoğun ve güçlü duygularla tanışmak ve ortaya çıkan yeni duruma uyum sağlamak zorundadır. Bu ise, kendiliğinden oluvermez. Gençten gence değişen bir bocalama ve yadırganma döneminden sonra gerçekleşir. İlk ıslak düşünüyü yaşayan bir erkek ergen bundan şaşkınlıkla karışık bir haz duyar. Bu yoğun ve yabancı duygular onu allak bullak eder. Cinsel organıyla oynayarak bu hazzı yeniler, ama yasak, ayıp ve günah işlemiş gibi suçluluk duyar. Kendini kirli ve bayağı bulur. Yaptığı kötü işin ortaya çıkmasından korkar. Anababasının yüzüne bakınca işlediği suçu anlayacaklarını sanır. Çevreden edindiği yanlış bilgiler ve korkutmaların etkisiyle utancı büsbütün artar. Kendi kendine cinsel doyumun onu hasta edeceğini, aptallaştıracağını, hatta aklını oynatacağını sanır.

Dinsel eğilimin ağır bastığı yörelerde, gençlere cinsel özdoymunun ya da elle doymunu (masturbasyon) büyük bir günah olduğu aşılır. Bu işi yapanların annesiyle ya da kız kardeşiyle ilişkide bulunuş gibi günah kar sayılacakları öğretilir. Genç, bir süre, bu büyük günahı işlememeye kendi kendine söz verir. Ancak cinsel duygular baskın çıkar. Bir süre sonra gene şeytana uyar, gene tövbe eder ama son tövbesini de bozmak zorunda kalır.

Genç kızlar genellikle özdoymuna erkeklerden daha seyrek olarak başvururlar ve daha büyük bir suçluluk duygusuna kapılırlar. Kızlara cinsel dürtüleri sürekli bastırmaları doğrudan ya da dolaylı yollardan öğretilmiştir.

İlk aybaşı kanaması çoğu genç kızını ansızın yakalar. Özellikle bunun anlamını bilmeyen genç kızlarda şaşkınlık ve korku büyük olur. anneler kızlarına yeterli bilgi verilerse, tepkileri daha hafif olur. Ergenliğe beklenmedik biçimde giren genç kızlarda ilk aybaşı kanaması daha çok tedirginlik ve bocalama yaratır (Yörüköğlü, 1996).

Sinir hastalığına elverişli olan kızlar, adet görme olayını çoğu zaman çirkin bir şey gibi düşünürler. Burada rol oynayan neden olgunluk yetersizliği değildir. Bu durum, daha önemli nedenlere dayanmaktadır. Bu nedenler, bütün yaşam boyunca etkilerini gösterirler.

Adet görmeyi çirkin bir şey gibi düşünenler aşırıya kaçan bir utanma duyarlar. Bu utanma, bazı hallerde patolojik bir şekil alır.

Kızlar, çoğu zaman adet gördüklerine inanmak istemezler. Adet gördüklerini kabul etmekten kaçınırlar (Sipahioğlu, 1994).

Kimi genç kız bedenindeki değişiklikleri bir türlü benimseyemez. Ergenliğin getirdiği yoğun duygulardan çok tedirgin olur. Ruhsal olgunlaşmaları geciken kızların çocukluktan genç kızlığa geçişleri daha zor olur. Seksek oynayan bir kızın ansızın kendini bir kadın olarak

kabul etmesi kolay değildir. Yemek yemeyerek sulu bir açlık perhizine girerek, çocukluktan kadınlığa girişini yavaşlatacağını sananlar vardır. Kimi genç kızlarda çok yemek yeme sonucu gebe kalındığına inanırlar. Böyle bilinçdışı korkuya kapılan genç kız yemeden içmeden kesilir. Bir deri bir kemik kalana kadar perhizini sürdürebilir. Tıp dilinde ruhsal iştahsızlık (anoreksia nevrosa) adı verilen bu durum oldukça ağır bir ruhsal hastalık belirtisidir, yoğun tedaviyi gerektirir. Başka bir anlatımla, genç kızın cinsel kimliğini yadsıması, ondan ürkmesi durumudur.

Cinsel kimliği yadsımanın çocukluktan kaynaklanan nedenleri:

Annesini sürekli mutsuz gören, kadınlığın ezilme ve acı çekme olduğu sonucunu çıkaran bir kız, evlilikten ve anne olmaktan doğal olarak korkar. Genç kızlığa girişini sevinilecek bir aşama değil, mutsuzlukların başlangıcı olarak yorumlar. Böyle bir genç kız hep çocuk olarak korktuğu geleceği geciktirdiğini sanır (Yörükoğlu, 1996).

Kız ve erkeklerde buluğa girecekleri dönemden yaklaşık bir buçuk yıl önce cinsel içerikli değişiklikler başlar. Bunlar, kızlarda 10 yaşlarında, erkeklerde 11-12 yaşları civarında olmaktadır. Buluğ öncesi denen bu dönemde karşı cinsle ve cinsel sembollerle ilgilenme, daha kadınsı veya erkeksi tavırlar geliştirme gibi davranışlar gözlenebilir. Boyca büyümenin doruğuna çıkması ve buluğa erme, hemen aynı zamanda olduğundan, buluğ öncesi ergende iştah artışı görülür. Ergen adeta hızlı büyüme için gerekli olan protein ve enerjiyi depolamaktadır. Buluğdaki cinsel uyanışı ve diğer değişimleri başlatan uyarının ne olduğu tam olarak bilinmemektedir. İnsan vücudunda adeta bir iç saat vardır. Ve gerekli olgunluk mertebesine geldiğinde bazı değişiklikleri başlatmak için alarm vermektedir. Ergenlikteki cinsel gelişme kız ve erkek çocuklarda aynı zamanda ve aynı hızda olmaz.

Cinsel gelişme iki türlü incelenir.

1. Esas cinsel Gelişmeler:

Buna birincil cinsel değişiklikler de denir. Üreme organlarındaki değişiklikleri içerir.

2. İlave Cinsel Gelişmeler:

İkincil cinsel gelişmeler de denir. Kız ve erkeklerde beden yapısındaki değişiklikler, s4esteki değişimler, sivilcelerin artması, bıyık ve sakal çıkması, vücuttaki kıllanma, ter bezlerinin çalışmasındaki artış. Gırtlakta kıkırdaklaşma, göğüslerde düğümçüklenme, cinsel rüyaların artması, ilave cinsel gelişmeler olarak görülür.

1-)Esas Cinsel Gelişmeler :

Kızlardaki esas cinsel Gelişmeler: Kızlarda ergenliğe girerken görülen en önemli değişiklik adet kanamasıdır. İlk adet kanamasından yaklaşık yıl sonra yumurta üretimi başlar. Yaklaşık her 28 günlük dönemde yumurtalıklardan bir yumurtacık yumurtalık kanalına bırakılır. Döllenme olmadığı sürece kadın üreme organı içinde oluşan dokular vücuttan dışarı atılır. Bu olay adet kanaması şeklinde adlandırılır. Bu kanama dönemi ortalama olarak 6 gün devam edebilir. Kızlar bu sırada hassas ve sinirli olabilirler. Kızlar ilk adet kanamasından sonra bir süre düzensiz olarak kanama olurlar, bu aylar boyunca üreme yeteneği tam olarak kazanılmamıştır. Buna "ergen kısırlığı" denmektedir. İlk halinin genç kızlar için çok önemli, unutulmayacak bir değişiklik olduğu belirtilmektedir.

Erkeklerde esas cinsel gelişmeler: Erkeklerin üreme organındaki değişiklik ortalama olarak yaşlarında başlar. Bu dönemde erkek üreme organı ve erbezleri (testisleri) büyür, erkek üreme hücresi (sperm) üretmeye balar.

2-)İlave Cinsel Gelişmeler

Beden Yapısındaki Gelişmeler :Seslerin kalınlaşması, yüzdeki sivilcelerin artması, bıyık ve sakalın çıkması, vücutta kıllanma, üreme organlarındaki kıllanma, ter bezlerinin çalışmasının artması, vücut kokusu gırtlakta kıkırdaklaşma, göğüslerde düğümceklenme, cinsel ilave cinsel gelişmenin içerisine girer ve bunlar fiziksel gelişim konusunda anlatılmıştır. (Kulaksızoğlu, 1998).

Cinsel Olgunluk :

İlk meni akıntısı ve ilk aylık kanama karşısında şaşkınlığa kapılıp kendilerine med olduğunu bilemeyen ve hastalandıklarını sanan genç kızların ve delikanlıların sayısı hiç de küçümsenecek gibi değildir.

Bu tip gençlerin büyük bir çoğunluğu, ürkek, yaşlılarıyla ancak yüzeysel ilişkiler kurabilen kişilerdir.

Kızlar korka korkma annelerine başvurduklarında onlara lütfen bu yeni duruma nasıl uyum sağlayacakları ve ne kullanacakları açıklanır. Bu da çoğunlukla sevimsiz bir havada gerçekleşir, çünkü annelerin çoğu hala aylık kanamayı hastalık, karın ağrısı kan ve depresyonla özdeşleştirirler; kızlarının "o hale" gelmesini üzüntüyle karşılar ve kendi olumsuz izlenimlerini onlara da aktarırlar. Delikanlılarda ise durum ancak tesadüfen fark edilir (Örneğin; pijama ya da yatak parçasında oluşan bir leke ile), çocuk; ailesinin durumu anladığını durduk yerde kendisine temiz pijama verilmesinden ya da yatak takımlarının

değiştirilmesinden anlar. Delikanlı ve aile bir araya gelip bu konuyu konuşmayı akıl bile edemez.

Pek çok aile için kızların ya da oğullarının eriştiği cinsel olgunluğun hiç sözünü etmemek çok daha fazladır(Pamir, 1988).

Cinsel Olgunluk ve Aile :

Ana-babanın yasaklarıyla engellendikçe ya da iletişim güçlüğü söz konusu olmadığı sürece yeni yetişkinlerin kendi aralarındaki tutumları bu konuda bambaşkadır. Yaşıtlar arasında cinsel olgunluğa erişmek uzun zamandan beri özlemle beklenen bir olaydır. "O iş" kimin başına gelmişse, arkadaşlarının arasında itibarı derhal artar.

Ergenlik öncesi çağda kızların çoğunlukla bir yakın arkadaşları varken erkek çocuklar grup halinde gezerler. Bu farkındalığın nedeni çoğunlukla kız ve erkek çocuklara uygulanan farklı eğitimidir. Erkek çocuklar, diğer çocukları arkadaş olarak görmeyi öğrenirken kız çocuklar başka kızları kendilerine rakip addederler ve çoğunlukla erkeklere yönelirler.

"Yakın" kız arkadaşlıkları çoğunlukla geçicidir. Bu arkadaşlık taraflar arasında ortak bir sır olduğu ve sır değerli bir hazine gibi korunduğu sürece geçerlidir. Bu tip kızların başında bir öğretmene, bir yıldıza duyulan hayranlık ve ergenlik çağındaki bedensel değişikliklerin birbirine anlatılması gerekir.

İki kız arkadaşın sık sık buluşmasına anne ve baba çoğunlukla karışmaz. Kızların birbirlerine yatıya kalmalarına da bir şey demez. Kızlara birbirlerini bedensel açıdan daha iyi tanıma ve özellikle göğüslerinin büyüklüğünü karşılaştırma olanağını böylece daha iyi elde ederler. Her ikisi de heyecanla "kadın olma"yı bekler. Bundan anladıklarına gelince : Yeterince gelişmiş göğüsler, genital kullanmanın tamamlanması. Aylık kanama bilinçlerinde yer almaz Bu bile oluşum, neşeyle değil, korkuyla beklenen bir şeydir. Buna karşın kızlar göğüsleriyle gurur duyarlar.

Erkek çocuklarda olmayan bir şey onlarda olmaktadır. Göğüsler, erkek çocuklarda ne başlangıçtan beri sahip oldukları penise karşı geç elde edilen birer övünç unsurudur.

Genç kızlık arkadaşlıklar çoğunlukla cinsel olgunluktan önce trajik şekilde son bulur: Kızlardan birinin akli bir oğlan tarafından çelinir, o da ona karşı koyamaz, arkadaşını tek başına bırakıp oğlanla gezmek için bahaneler bulur. Terk edilen ile tüm sırlarını "bir erkek çocuğa" anlatmaktan çekinmeyen onun gibi bir kızla arkadaşlık etmeyi zaten istemez.

Erkek çocuk gruplarında da cinsel olgunluk önemli bir rol oynar. Bu konuda açık konuşulması son derece normaldir: "Tüylendin mi?", "fişkirtiyor musun?" gibilerinden. Olanaklar el verdikçe, spor salonunun giyinme odasında örneğin, penis büyüklükleri

karşılaştırılır ve "kiminkinin daha çabuk sertleşeceği" gibilerinden yarışmalar yapılır. Delikanlıların cinsel gelişmesinin ne denli prestij kazandıran bir olay olduğu bunlardan rahatlıkla anlaşılmaktadır. Çocuğun, yaşlıları arasında ileride hangi sosyal seviyeye geleceği cinsel gelişmenin derecesiyle belirlenir. Büyüklük karşılaştırması ya da diğer yoklamalar fazla bir cinsel anlam taşımaz. Daha çok sosyal sorunların çözümlenmesinde cinsellikten yararlanılır: Kim gruba ait olabilecek özellikler taşımaktadır, kim lider olacak, kim dışlanacaktır?

Çocukların birbirlerinin cinsel organlarına yönelttikleri tutma, çekme gibi saldırganca sayılabilecek davranışlar ve oyunlar, katılanların bile bilincine vardıkları gizli bir cinsel anlam taşır. Bu cinsel içerikli oyunlar her zaman belli bir yakın temas ve cinsel gerilimleri boşaltma arzusuyla yakından bağlıdır. Ama bu cinsel içerik saldırganlıkla örtbas edilir. Delikanlılar "ana kuzusu" gibi görünmek istemediklerinden can acıtarak ya da can acısına dayanarak "gerçek erkek" olduklarını kanıtlamaya kalkışırlar. Cinsel dokunuşlar hiç farkında olmadan (sözüm ona) yapılır, delikanlıların bu rastlantısal temaslara karşı yapacakları bir şey yoktur. Bu yüzden bunun sözünü etmemeyi yeğlerler.

Üyelerin kızlarla çıkmaya başlaması erkek çocuk gruplarını dağıtmaz. Aksine içlerinden pek çoğu bu tipte ilişkiyi ömürlerinin sonuna kadar sürdürürler. Özellikle genç yaşlarda grup her zaman kız arkadaştan önde gelir. Sorunlar belirlediğinde gruba sırt çevirmektense kız arkadaşına yol verilir (Pamir, 1988).

Kız Erkek Arkadaşlığı

3 yaşından küçük çocuklar yalnız kendileriyle ilgilenirler. Okul öncesi çağda yani 3 yaş dolaylarında kız erkek karışık oynarlar. Ancak daha sonra toplu oyunlarında ve evcilik oyunlarında kızlar anne, erkekler de baba rolü oynamayı yeğlerler. İstedikleri rolü oynayamazlarsa küserler, ya da mızıkçılık ederler. Giderek erkek çocuklar kümeleşir, bir arada oynamaya başlarlar. Kız çocuklarını ya gönülsüz olarak aralarına alırlar, ya da erkek arkadaş bulamayınca kızlarla oynamaya razı olurlar. Bu ayrı kümeleşme ilkokulda iyice belirginleşir. İlkokulun son yıllarında erkek ve kızlar birbirlerine karşıt kümelerde yer alırlar. Bir arada oynayamadıkları gibi birbirine takılır, birbirini küçümser, alay ederler. Erkek çocuklar kız çocukların kızdırmaktan, vurup kaçırmaktan, çantalarını düşürmekten zevk alırlar.

12 yaşından sonra bu karşılıklı kaybolmaya başlar. Erken gelişen kızlarda, erkek çocuklara yakınlaşma, onların ilgisini çekme, beğenisini kazanma eğilimi ortaya çıkar. Bunu yaşadıkları toplumun özelliğine göre ya uzaktan ya da daha yakından ilişkiye girerek yaparlar. Ergen erkekler ise 14 yaşından başlayarak kızlara açıkça ilgi duyduklarını belli ederler. Lise yıllarında ise kızlı erkekli birlikte gezme, kümeleşme, daha sonra da ilgili arkadaşlıklar, flörtler başlar.

Genç giyimine, kuşamına özen göstermeye, kızlarla şakalaşmaya, takılmaya başlar. Soytarılık yaparak, fıkra anlatarak güldürerek kızların ilgisini çekmeye çalışır. Kızlarsa kendi aralarında oğlanları çekiştirir, fısıldaşır, gülüşürler ya da kendilerini naza çekerler. Mektuplaşmalar, uzaktan bakışmalar olur. Genç ergen gülümseyen her kızın kendine tutulduğunu sanır. Arkadaşlarına bundan övünerek söz eder. Kısa buluşmalar, el ele tutuşmalar, ballandıra ballandıra anlatılır. Arkadaşları, "Anlat, sonra ne oldu?" dedikçe genç öyküsünü yer yer uydurmalarla kaçarak süslemeye başlar. Kimi genç ise kızlara yaklaşamaz, sıkılır, konuşamaz, kekeler. Ergenlik çağında bir kıza nasıl yaklaşacağını, nasıl konuşup arkadaşlık kuracağını bilememek en yaygın sorundur. Kızlar da erkeklere ilgi duyarlar, ama geleneğin etkisiyle ilgilerini açığa vuramazlar. İlgileri belli olacak diye korkarlar. Kendi aralarında sırnaşık erkeklerden söz ederler. "Ahmet var ya, Hani şu yakışıklı çocuk, işte o benimle çıkmak istedi, reddettim!" diye övünürler. Genç kız ancak içli dışlı arkadaşlarına şu veya bu çocuğu beğendiğini açıklar. Arkadaşı bu sırrı çevreye yayarsa büyük tepki gösterir. Adı çıkmış, namusu elden gitmiş gibi üzüntüye kapılır.

Son yıllarda özellikle büyük kentlerde kız erkek arkadaşlığına kötü gözle bakılmadığı, daha hoş görüyle karşılandığı bir gerçek. Özellikle kızlı erkekli kümeler içinde birlikte eğlenme ve gezme olağan görülmektedir. Ülkemizin büyük kentlerinde, kimi zengin kentlerde, kızlar Amerikan toplumundaki kızların özgür tutumunu takınmaya başlamışlardır.

Ülkemizde üniversite gençliği arasında kız erkek arkadaşlığı %50'nin altında kalmaktadır. Amerikan toplumunda bir kızın birçok erkekle çıktıktan sonra bir eşte karar kılması çok olağan sayılır. Anneler bir tek erkek arkadaşla gezen kızlarını uyarır, birçok erkek tanımadan birine bağlanırsa yanlış bir evlilik yapacağını düşünürler. Bizim toplumumuzda ise yetişkin kızların ancak evlenmeyi düşündüğü erkekle gezmesine izin verilir. Kentlerimizde kız erkek arkadaşlığı görüldüğü kadar serbest ve açıktan onaylanan bir ilişki biçimi değildir. Kızların çoğul bir erkek arkadaşıyla parkta dolaşmaya bile gizli yapmak zorunda kalabilir (Yörükoğlu, 1996).

Cinsel Eğitim :

Gencin büyüme, olgunlaşma ve cinsel kimliğini kazanması sırasında, karşılaştığı sorunları giderme çabasına cinsel eğitim diyebiliriz. Bu eğitimin ana amacı, biyolojik ve cinsel gelişmeler konusunda gençleri bilgi sahibi yapmak ve bu alandaki gerginliklerinin azalmasını sağlamaktır

Ana-baba ve çocuklar arasında sevgi ve saygıya duyarlı bir ilişki olduğu oranda çocuklar sağlıklı yetişirler. Hayatın ilk yıllarından beri, her türlü sorununu anne ve babasıyla konuşabilen böyle yetiştirilen bireyin buluş döneminde sorunları daha az olur. Çünkü kendilerine danışabileceği, güvenebileceği yetişkinlere sahiptir. Gerçekte bu eğitim aile içinde, ta çocukluğun ilk yıllarından başlayarak ergenliğin sonlarına kadar devam etmelidir. Çocuklar 3-4 yaşlarında kendi cinsiyetlerinin ne olduğunu belirler ve gene bu yaşlarda geçirdikleri sorgulama döneminde anne-babalarına, nereden geldiklerine ilişkin sorular yöneltirler. Anne-babanın bu tür sorulara doğru, çocuğun anlayabileceği dili kullanarak, örnekler vererek ve ihtiyacı oranında bilgi vermesi gerekir. Anne-babanın söyledikleri yanında davranışları da önemlidir. Çocuklar, anne ve babalarının birbirlerine olan davranışlarını gözleyerek farklı cinsiyetin rolleri hakkında bilgi sahibi olurlar. Bu nedenler, anne-babalar çocuklarına örnek olabilecek şekilde dengeli bir hayat sürdürmelidirler.

Buluş çağına girmeden önce çocuklar, cinsel konulara artan bir merakla ilgi duyarlar ve kendi vücutlarındaki değişiklikleri dikkatle izlerler. Anne-baba, çocuğunun yaşına uygun olarak göstermesi gereken değişiklikleri gösterip göstermediğini incelemelidir. Ancak bu konudaki ilgisini belli etmek, sık sık soru sormak doğru değildir. Kız çocuğun annesi tarafından erkek çocuğun da babası tarafından daha cinsel gelişme belirtileri başlamadan bu devreye hazırlamaları şarttır. Öncelikle kız çocukların karşılaşacakları özel durumlar hakkında annesi tarafından aydınlatılması, gerekli sağlıklı ve temizlik kurallarının öğretilmesi çocukların olumlu ruh ve beden sağlığı gelişmeleri için elzemdir. Ülkemizdeki kızların cinsel değişikliklere yeterince hazırlanmadıkları bildirilmektedir. Gençlerin sağlıklı bir insan olarak yetişmeleri için, büyüme ve gelişme aşamasına karşılaşacakları fiziksel, duygusal ve sosyal değişikliklerin niteliği konusunda uyarılmaları ve bilgilendirilmeleri gerekir. Çok kısa denebilecek bir sürede vücutta ortaya çıkan bu büyüme ve farklılaşma sırasında gençler artan bir oranda kaygı ve sıkıntı duyabilirler.

Gençler, bütün bu değişikliklere uyum sağlama ihtiyacındadırlar. Vücudundaki biyolojik ve cinsel kaynaklı değişikliklere ne şekilde uyum sağlamak için ne şekilde davranması gerektiğini önceden öğrenmiş, bir genç kendi vücudundaki farklılaşmalara daha kolay alışır ve bundan doğacak sorunları da daha kolay çözebilir, yeni bedenine daha kolay alışabilir ve kendi cinsel kimliğini daha kolay kazanabilir. Böylelikle kendine güvenen ve yetişkinlerin yanında kendine daha kolay yer sağlayan bir birey olur.

Ergen, büyüme ve gelişme dönemindeki değişiklikler hakkındaki bilgileri, ailesinden, okuldan, bazı yayınlardan ve kendi arkadaşlarından alabilir. Toplumumuzda, anne ve babalar çocuklarına kendi gelişme ve değişimleri konusunda ya çok kısıtlı bilgi vermekte ya da değişimler, cinsel büyüme ve gelişmeyi de içerdiği için bu tür bilgiler yasak sayılıp hiç verilmemektedir.

Yetişkinlerin çocuklarıyla cinsel konularda konuşmaktaki tedirginlikleri ve bu konudaki yasakları çocukların sağlıklı olmayan kanallardan bu bilgileri almalarına yol açar. Ya arkadaşlarından ya da bulabildikleri yayınlardan bu bilgileri almaya çalışacaklardır ve bu kaynakların sağlıklı ve yeterli olamamasından ötürü eksik ve yanlış bilgilerle yetişeceklerdir ,yaşıt grubunun , en önemli cinsel eğitimin kaynağı olduğu bildirilmektedir.

Okullar tarafından sağlanacak sistemli bir eğitimle, öğrencilere bu konuda sağlıklı bilgiler verilebilir. Bu eğitimin gençlere, daha ergen ilk döneminin başındayken verilmesinde yarar vardır. Ergenler, vücutlarında biyolojik ve cinsel değişiklikler olmaya başlamadan önce, bunlar hakkında haberdar edilmelidir. Aslında bu eğitim evde başlamalı, okul tarafından devam ettirilmelidir. Bu eğitimde ana-baba ve eğitim kurumlarının işbirliği ve uyum içinde olması, toplumun bu konudaki beklentileri ve değer yargılarıyla okulda verilen bilgilerin çatışmaması, tutarlılık içinde olması gerekir.

Bu alanda yapılacak eğitimde cinsel bakımdan uyarılmayı ve cesaretlendirilmeyi birbirine karıştırmamak gereklidir. Amaç, çocuk ve gençlere kendi vücutlarının fiziksel, fizyolojik, duygusal, sosyal ve nihayet cinsel gelişmeleri hakkında aydınlatıcı bilgiler sunmalı ve onlarda olabilecek kaygıları azaltmaktır; yoksa bu eğitim cinselliği uyarmak veya tahrik etmek amacını taşıyamaz.

Cinsel eğitim konusunda yapılan bir çalışmada, cinsel eğitimin sadece bireyin zihnine yönelik olmayıp tüm kişiliğini etkileyen bir etkinlik olduğu ve ergenlerin böyle bir eğitime ihtiyaç duyduğu ifade edilmektedir. Bu çalışmaya göre cinsel eğitim, ergenlerin cinsel bilgi düzeyini yükseltmede ve cinsel konuları konuşmada sağlamaktadır (Yörükoğlu, 1998).