

# Psikiyatrist Gözüyle

**Psikoterapist**

**Dr. Med. Elif CINDIK**

Master in Public Health

## Çocuk gelişimi ve ruh sağlığı

### **L**atent dönem (üreticiliğe karşın küçüklük-değersizlik):

5 yaş ile 11 yaş arasındır. Bu dönemde çocuk cinsel açıdan bir durgunluk dönemine girerken, yaşlıları ile ilişkileri artarak, yeni şeyler öğrenme ve birşeyler üretmenin hazzını yaşamaya başlar. Kendini örnek aldığı kişilerle özdeşleştirerek, çeşitli alanlarda roller üstlendiği şekilde düşlemler kurar. Eğer çocuk bu dönem öncesini ve bu dönemi başarılı bir şekilde geçememiş ise aşağılık ve yetersizlik duyguları geliştirir. Kişinin çevresindekiler bu dönemin aşılıp, yeterlilik duygusunun gelişmesinde asal rol alırlar.

Bu yaş grubunda çocuğun anlayışlı, sabırlı, ilgili ana baba, öğretmen ve okul arkadaşları ile karşılaşmaması gerekir yoksa çocuk aşağılık duyguları geliştirir. Okul ya da mesleğe hazırlık dönemi ilk olarak ailede başlar. Eğer büyüyen çocuk hayatını, hedeflerini, düşlemlerini sadece iş üzerine yoğunlaştıracak olursa, kendi duygusal ya da ruhsal gelişimini kısıtlayabilir.

Bu dönemde diğer kişilerle birlikte ortak bir şeyler yapma, başkalarının varlığında ya da denetiminde görev alma başladığından işbölümü, diğerlerinden farklı olarak sahip olduğu özelliklerin verdiği haz duyguları yaşanmaya başlar.

### **Beşinci dönem (kimlik duygusuna karşın rol kargaşası):**

11 yaştan ergenliğin başlamasına dek süren evredir. Bir kimlik hissini gelişimi bu evrenin asal amacıdır. Sağlıklı bir kimlik hissini temelinde, daha evvelki evrelerin başarılı bir şekilde yaşanması yatmaktadır. Uygun kişilerin örnek alınması bu süreci kolaylaştırmaktadır. Bu dönemde ahlaki değerlerde değişim gözlenebilmekte, ancak sonrasında her alanda olduğu gibi burada da taşlar yerine oturmaktadır. Daha önceki inanç, düşünce ve alışkanlıklar sorgulanmaya başlar. Vücutsal büyüme ve cinsel gelişim gözlenir. Çevrelerince nasıl görülüp, değerlendirildikleri ve hangi mesleğe daha uygun oldukları şeklinde düşünceleri bulunmaktadır. İlk gençlik aşkları yaşanmaya başlar. Ancak bu aşklar daha masum ve kendini arayışın bir uzantısı olarak kısa sürelidir. Henüz yeterli olgunluğa kavuşmamış olan kişilik yapısı, ilişkilerinde de iniş-çıkışlar, ayrılıklar ile kendini gösterir.

Bu dönemde kendinden farklı yapıda, düşüncede, alışkanlıklarda olanları kabul etmeme, dışlama hatta onlara karşı saldırı içine girebilmektedirler. Benzer düşünce yapılarındakilerle biraraya gelerek kuvvetli görünmeye ve ortak bir kimlik oluşturmaya çalışabilirler. Bu gruplarda suç işleme, alkol-madde kullanımı gibi davranışlar olabilir.

Birey yaşlıları ya da çevresindekilerce onaylanma, saygı duyulma gereksinimini bu şekilde sağlayabilmektedir. Bu dönemde birey kendinin en iyisini (olumlu ya da olumsuz anlamda) araştırıp bularak gelecekteki erişkinliğin dünyasına adım atmak için yer bulmaya çalışır. Bu aşama ana-babalık ya da eş olmak yolunda kendisini ruhsal ve sosyal olarak hazırlamada önemli bir basamaktır.

@ ruhsaltedavi@cindik.de