

Dospívání

Mgr. Michal Vičar

Charakteristika období

- Období dospívání
- Pubescence (lat. pubescere - obrůstat chmýřím, pubes – chmýří, ohanbí, stydká krajina)
- Začíná mezi 11. až 13. rokem a končí mezi 14. až 15. rokem
- Délka, intenzita a průběh je individuální
- Pubescent si vytváří svou identitu, pomalu přepisuje status „dítě“ na status „dospělý“

Fáze pubescence

- A. Prepuberta
 - u dívek okolo 10. roku
 - u chlapců v 11 letech
- B. Vlastní puberta
 - u dívek ve 12,5 letech
 - u chlapců ve 13 letech
- C. Postpuberta
- Období psychosociálního moratoria

Prepuberta

- Tělesný a pohybový vývoj
- Zrychlený tělesný růst, zejména končetin
- Trup se nemění („samá ruka – samá noha“)
- Tělesný neklid
- Pohyby jsou nešikovné, trhavé („nevědí, co s rukama a nohama“)
- Chůze je klátivá, neohrabaná

Prepuberta

- Zvláštnosti chování
 - Bývají hluční, vytahují se, zvl. chlapci před dívkami, jindy jsou nejistí, stydí se...
 - Začínají si vyměňovat psaníčka, ale přátelské vztahy se spíše neprojeví
 - Více přemýšlí o sobě, utvářejí si svůj vlastní názor, přestávají souhlasit s dospělými
 - Prosazují „své já“, špatně snáší ponížení a tresty
 - Proces sebeuvědomování, zvýšené sebepozorování, zejm. zevnějšku

Puberta

- Druhotné pohlavní znaky
- Fyziologicky dozrávají pohlavní orgány
- Ochlupení v oblasti pohlavních orgánů a v podpaží
- Mění se tvary těla o u dívek: rozšiřuje se pánev, zvětšuje se poprsí, přibývá podkožní tuk, první menstruace (13 let)...
- o u chlapců: mohutní ramena, rostou vousy, mutace hlasu, první výron semene...
- Mění se proporce obličeje, mění se vzhled – zvl. se zvětšuje dolní část obličeje

Zvláštnosti chování

- Už si nepřejí být dětmi, napodobují dospělé chtějí rozhodovat sami „jako dospělí“
 - vzdor,
 - odmlouvání,
 - neochota plnit příkazy
- Jinak se chovají doma, ve škole, mezi vrstevníky
- Mění postoj k sobě samému, hodně o sobě přemýšlí (často nespokojenost se vzhledem, vlastnostmi...)
- Začínají projevovat zájem o druhé pohlaví
- Alkohol, kouření, pití
- Vulgarismy
- Prohlubuje a specializuje se zájmová činnost
- Sexuální život

Zvláštnosti chování (2)

- S pohlavním dospíváním neprobíhá současně i psychické dozrávání
- Charakteristické rysy chování:
 - impulzivita,
 - podrážděnost o nedostatek sebeovládání, unáhlené,
 - nerozvážné chování
 - zvýšená kritičnost
 - emoční labilita (pláč – smích...)
 - Morální absolutismus

Vývoj poznávacích procesů

- Rozvoj logické paměti,
- výběrový charakter (lépe si zapamatuje, co ho zajímá)
- Bohatá představivost, denní snění,
- naivní romantismus
- Abstrakce, usuzování hypotetické, deduktivní je na úrovni dospělých

Sociální vývoj

- Přebírání skupinové identity
 - skupina poskytuje oporu, sdílí zájmy a starosti,
 - konformita (styl řeči, oblékání, chování)
 - má větší význam než rodiče (domov)
- Snaha po nezávislosti, tendence uplatnit vlastní názor, samostatně se rozhodnout •
- První zamilovanost - navazování prvních kontaktů, nesmělé pohledy, psaníčka, "tajné" schůzky