

Vývoj v dospívání

Mgr. Jan Krása, Ph.D., Mgr. Tomáš Kohoutek, Ph.D.

Katedra psychologie, PdF MU

Dle Eccles, J., Wigfield, A., Byrnes, J. (2003). Cognitive development in adolescence

Adolescence = dospívání (12-20)

„most mezi dětstvím a dospělostí“

Je ale nejen „něčím mezi“ (mostem), ale svébytným (a v mnohém kritickým) obdobím

Erikson: *„v žádném jiném stadiu životního cyklu... nejsou si tak těsně blízké příslib objevení sebe samého a hrozba ztráty sebe samého“*

Adolescence - Erikson

- V Eriksonově pojetí stěžejní období, propojuje dosažené schopnosti a plány do budoucna budováním vlastní *identity*.
- Pocit identity souvisí s vnitřní stabilitou, zakotveností, předpokládá ale možnost experimentovat, hledat; souvisí i s nalezením „svého místa“ ve smyslu role, která nenutí člověka zpronevěřovat se sobě
- *Zmatení rolí* souvisí často s tím, že člověk nemá dostatečně oddělenou osobní identitu od rodinné, s chabými profesními plány, s nejasnou představou o sobě. (TK)

Znaky adolescence jsou: emoční labilita, zhoršené sebeovládání, nestálost a nepředvídatelnost reakcí, prostořekost, konfliktnost, uzavřenost (méně se svěřují), vztahovačnost, únik do světa představ a fantazie, denní snění, v němž se promítají touhy a přání dospívajícího, výkyvy prospěchu, projevují se zvýšenou kritičností ve vztahu k autoritám .

Vývojové úkoly (R. J. Havighurst, modifikace P. Macek, 1997):

- **přijetí vlastního těla**, fyzických změn včetně pohlavní zralosti a pohlavní role
- **kognitivní komplexita**, flexibilita a abstraktní myšlení; schopnost aplikovat intelektový potenciál v běžné každodenní zkušenosti
- uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve **vrstevnických vztazích**, schopnost a dovednost udržovat vztahy s vrstevníky obojího pohlaví
- **změna vztahů k dospělým** (rodičům, dalším autoritám) – autonomie, popř. vzájemný respekt a kooperace nahrazuje emocionální závislost
- získání představy o **ekonomické nezávislosti** a směřování k určitým jistotám, které s ní souvisejí – k volbě povolání, k získání profesní kvalifikace, k ujasnění představ o budoucí profesi
- získávání zkušeností v **erotickém vztahu**, příprava na partnerský a rodinný život
- rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti – tj. získání kompetencí pro **sociálně zodpovědné chování**
- představa o budoucích prioritách v dospělosti – důležitých **osobních cílech a stylu života**
- ujasnění **hierarchie hodnot**, reflexe a stabilizace vlastního vztahu ke světu (světový názor)

Vývojové změny I: biologické

primární změny se podle mnoha autorů týkají změn **hormonálních**;

typický je vývoj primárních i sekundárních pohlavních znaků a zrychlený růst

nástup puberty charakterizuje **metabolická teorie dospívání**, podle které je pro začátek puberty u dívek potřebná tzv. kritická tělesná hmotnost.

- významným pojmem je **sekulární akcelerace**

Sekulární akcelerace

= dřívější nástup dospívání ve srovnání s minulými staletími (urychlení růstu a v oblasti sexuální; menstruace nastupuje v průměru dříve). „Na konci 19. století docházelo k první menstruaci (menarche) u českých dívek mezi 15 a 16 rokem věku. V roce 1938 to bylo průměrně ve 14 letech, a v roce 1962 ve 13 letech.“ Langmaier&Krejčířová, 2012.

Předpokládá se, že k tomu dochází v důsledku zvýšení životní úrovně, lepší hygienickou péčí, lepší výživou, více podnětným prostředím.

- důležité také je, jak jsou biologické změny **vnímány a hodnoceny okolím** (od vrstevníků a rodičů po média a módu);
- *vědomí změn mívá patrně vyšší význam pro D než pro CH, dívky také vnímají pubertu jako větší „restriktivní zásah“ do svého života, chlapci většinou pozitivně; časnější dospívání je výhodou spíše pro chlapce než pro dívky, pozdní není známo; pak se ovšem situace mění, podle německých dat vyspělejší dívky ve věku 14,6 let mají lepší sebehodnocení*
- související témata: **fyziologická rovnováha, pohlavní/genderová role, tělesné schéma**

Na počátku dospívání si člověk zvýšeně uvědomuje sebe sama jako subjekt, je schopen větší **introspekce**, má sklon k **černobílému vidění světa**, často s tím souvisí i zvýšená **kritičnost** (což souvisí i s jinými jevy, schopnost abstrakce ji ale umožňuje).

Příhoda (1967) zdůrazňuje **metafyzické myšlení**, mystické a náboženské prvky; Erikson: zvýšená **ideologičnost**

- mění se **vnímání času**, a to i v souvislosti s vlastní osobou; na důležitosti nabývají úvahy o budoucnosti; spolu s potřebou identity úvahy o budoucnosti vytvářejí i potřebu jistoty a bezpečí, anticipace budoucnosti, seberealizace se rozšiřuje z přítomnosti na budoucnost
- posiluje se i určitý **egocentrismus**, což se může projevovat hyperkritičností (i k sobě i k okolí), sklonem polemizovat i jistou formou vztahovačností
- postupně se pohled stává diferencovanějším, myšlenky se **integrují** - zařazují...

Emocionalita

- citové zážitky se **diferencují**, přibývá **vyšších citů**
- mizí některé emoční reakce, související s preferencemi v dětství
- Může se projevit (zvl. v rané a.) vyšší míra **emoční lability**, což souvisí s hormonálními změnami, se zvýšeným egocentrismem, s pocitem krize identity, druhotně s konflikty, s nadšením pro ideály...
- **zvýšená unavitelnost**, ochablost a apatičnost se střídá s fázemi **zvýšené aktivity**
- Pozn. uvedené nemusí platit univerzálně, jen to není nic neobvyklého; problémy mají především ti, kdo je měli už dříve a je velká pravděpodobnost, že je budou mít i později, což platí více pro chlapce než pro dívky (Petersenová, 1988, dle Macek, 1997;
- jiné názory hovoří o tom, že „bezproblémové dospívání“ znamená odkládat řešení důležitých typických konfliktů do budoucna
- **střední a pozdní adolescence** je obdobím **odeznívání náladovosti a lability**
- zvláštní význam pak získávají emoce a city související s **erotickou sférou** života, estetické city, morální citění...

Sociální změny

- změny v kognitivních i emočních procesech interagují se změnami v **sociálních vztazích**;
- ve **vztahu k sobě** je patrná zvýšená **sebereflexe** (souvisí s identitou) mající tu a tam podobu „vývojové“ hypochondrie či dysmorfofobie nebo dokonce poruchy (mentální anorexie)
- **sebepojetí** se podle některých autorů zásadně mění (Změny z extraverta na introverta a naopak?), podle jiných kontinuálně rozvíjí; význam konzistentního sp. se během dospívání zvyšuje; začínají hrát význam „možná já“, důležitým ukazatelem i úkolem je **sebepřijetí**;
- **vztahy s druhými**: se procházejí transformací, adolescent se v zásadě chce dostávat na **symetričtější** rovinu; to je zvláště patrné na změnách vztahů k rodičům a autoritám; důležitým úkolem je **emancipace** od rodiny (hovoří se o „dokončování separace“ – viz M. Mahlerová), která nevede ke zrušení, ale změně citové vazby na rodinu; je zde (zdánlivý) konflikt: rodiče usilují o zachování vlivu a autority, dospívající o vyšší autonomii a symetrii.

Vztahy – vrstevnické skupiny

vrstevnická skupina:

- napomáhá pocitu získání vlastní autonomie dospívající v ní získává sociální status a pocit vlastní hodnoty doplňuje či nahrazuje rodičovskou podporu stabilizuje a zakotvuje dospívajícího v procesu vlastních fyzických, psychických a sociálních změn
- zdroj standardů chování
- **nezařazení se** do nějaké vrstevnické skupiny často pociťováno jako stigma
- **vrstevnická konformita (skupinová identita)** je nejvyšší v časně a střední adolescenci – související pojem: subkultura
- zajímavé v této souvislosti je zjištění, že adolescenti se přesto svou hodnotovou orientací podobají spíše rodičům než svým přátelům (týká se především cílových hodnot); podle některých výzkumů mají rodiče větší vliv než vrstevníci ve všech oblastech kromě trávení volného času; nesouhlas se týká aktuálního života teenagerů, trávení volného času, zájmů, kultury, oblékání...

Vztahy – rodiče

Freud:

- dospívání = zvýšené konfliktní období ve vztazích rodič-dítě
- mezigenerační konflikt nezbytný pro překonání závislosti na rodičích a získání vlastní autonomie

Současný pohled:

- průběh vztahů v dospívání nelze generalizovat: jsou tu individuální, kulturní a historické rozdíly
- vztah může zůstat trvale pozitivní a přitom se závislost snižovat
- rodiče si mohou uvědomovat přirozenost „bouření“ adolescentů – a tím míru
- konfliktu snižovat

Mění se styl chování rodičů, styl komunikace v rodině. Důležitý je:

- rodičovský zájem a zaangažovanost
- emoční intenzita interakce
- podstata rodičovského vedení
- podstata rodičovské autority

Vysoká míra konfliktů často spojena s rizikovým chováním

Nerizikovost a nekonfliktnost vztahu rodič-dítě = neprojití si vlastní krizí = častější selhání adolescenta či mladého dospělého v „životních zkouškách“

Vztahy - partnerské

první vztahy obvykle vznikají **již v období puberty** a souvisejí s uvědomením si vlastní sexuality,

- obvykle však rozvoj vztahů a sexuality probíhá více „dvojkolejně“ (platonický charakter prvních lásek), přičemž u chlapců je vyšší potřeba okamžitého vybití,
- liší se i sociálně dané pohlavní role; v pubescenci první schůzky častěji u dívek, postupně ubývání motivů zvědavosti a potřeby přesvědčit se o vlastní ceně
- postupně přibývání zkušenosti i motivů „skutečně“ partnerských, rolových;
- důležitá zkušenost pro rozvoj emotivity; později se vztahy stávají stabilnějšími a dlouhodobějšími
- v adolescenci se obvykle poprvé projeví i odlišná sexuální identita, preference nebo orientace („coming out“), což může být náročný moment

Kognitivní vývoj dle Piageta

1. praktická (senzomotorická) inteligence (dosaženi cca 18 měsíců): končí vytvořením představy o trvalosti objektů ve skutečném světě

2. fáze reprezentace (dětství):

2.1 přípravná f.=předoperační

2.2 dokončená f.=konkrétní operace

3. formální operace (adolescence): konstrukce reprezentací, které nejsou nutně součástí empirického světa; aktuální svět je částí možných světů.

Počátek 10-13 a dosažení 15-100 let.

= abstraktní operace

Kognitivní vývoj v adolescenci

Kognitivní vývoj se týká:

1. Změn v poznání (např. v naučeném) – postupný nárůst znalostí.
2. Změn v samotných funkcích (změn kognitivních modulů a funkcí).

Piaget: adolescence je obdobím **formálních operací**

- lepší výkon v abstraktních disciplínách, ale i např. vyšší pochybnosti, v důsledku lepší schopnosti i vytvářet alternativní řešení - zatímco dětství je or. na poznávání světa, jaký je, raný adolescent již může spekulovat, jaký by svět mohl, resp. měl být;
- u mladších adolescentů se někdy popisuje sklon tyto schopnosti přeceňovat („považovat je za všemocné“), s čímž může souviset i vědomí, že všechny problémy se dají snadno vyřešit, bývají sice schopni generovat více řešení, ale prosazují jediné;
- paradoxně mj. z důvodu zvýšení kognitivní kapacity může upadat výkon, protože je člověk nesoustředěný

1. Změny v poznání

3 oblasti:

1. **Deklarativní** znalosti - Hlavní města, $2+2=4$, prvky periodické tabulky, tabulky logaritmů, astronomii.

2. **Procedurální** dovednosti – řídit auto, sčítat zlomky, tvořit dobrý příběh, tančit společenské tance.

3. **Metakognitivní** znalosti – např. vědět proč má člověk při sčítání zlomků použít metodu nejmenšího společného zlomku.

1. Změny v poznání

Vývoj v matematice:

od 4. třídy: znalost základních aritmetických pravidel.

Maturitní ročník: znalost algebraických postupů, sch. tvořit tabulky, uvažovat v geometrických pojmech apod.

Nicméně **většina** adolescentů neukazuje nijak hluboké konceptuální poznání v žádném z oborů (Byrnes, 2001). Jedním z důvodů asi bude abstraktní, mnohadimenzionální a protiintuitivní charakter většiny pokročilých otázek a problémů v každém oboru. (vliv fáze abstraktních operací).

2. Rozvoj těchto kognitivních funkcí

V adolescenci se zlepší:

- **učení** díky lepší metakognici (sebereflexi) a sebeovládání, lepší práci s motivací a širším znalostem.
- **Vzpomínání**: lepší získávání informací z paměti (práce s vodítky, *cues*).
- **Uvažování=myšlení** (odvozování, **inference** z jedné či mnoha informací, **dedukce**, indukce, tvoření nových pojmů=slov).
- **Rozhodování** (*decision making*; zobecňování, hodnocení různých možností a realizace vybraného řešení
- **Řešení problémů**.

2. Rozvoj kognitivních funkcí

Pracovní paměť se zlepšuje: prostorová i verbální.

V mnoha testech pracujících s interferencí (zpožděním opakování apod.) jsou adolescenti a poté i dospělí stále lepší (od 6-35: Swanson, 1999).

2. Vývoj deduktivního myšlení

- První stopou DM je schopnost tvořit věty typu *Když X, potom Y* (=podmínkové věty, kondicionál).
- schopnost odvozovat ze zadaných premis (od 5-6 let – !více když se nabízený obsah úvah týkal fantazijního světa).
- Schopnost odlišovat závěry, které z premis vyplývají a které z premis nevyplývají (od 7-9 let – zvlášť když se jednalo o otázky taxonomické či kauzální).

2. Vývoj deduktivního myšlení

- Během adolescence se pomalu zlepšují schopnosti:
- vyvozovat správné závěry, vysvětlit svoje myšlenkové postupy, vytvářet a testovat hypotézy, pracovat i s neznámými, abstraktními nebo protipřirozenými premisami (if $x=2y+1$ then $y=0$; je hodné zlo lepší než zlé dobro?)
- Nicméně, jsou-li závěry nebo premisy protipřirozené (Slon je malé zvíře. Toto je slon. Je malý?), skóruje v DM méně než polovina adolescentů.
- U starších adolescentů lze výkon v takových úkolech zlepšit – zvláště pokud jim je vysvětlena logika úkolu, nebo podobný úkol předtím vykonávali. Nejedná se však často o trvalé zlepšení.

2. Vývoj deduktivního myšlení

Shrnutí:

Zdá se, že vývoj v deduktivním myšlení od 10 let spočívá v narůstající schopnosti odmyslet si vlastní názory nebo postoje a myslet tzv. objektivně (=abstraktně) o struktuře argumentu.

U adolescentů je přesto málo dokladů o schopnosti abstraktně uvažovat nad jednotlivými doménami (myšlení zůstává dlouho *domain-specific*), tzn. že **abstraktní uvažování se netýká hned všech oblastí**, ale dlouhou dobu jen jedné či několika specifických oblastí dle zaměření.

2. Vývoj rozhodování

Sch. rozhodovat se patří mezi klíčové schopnosti, které si adolescenti potřebují osvojit.

Rozhodují-li se lidé:

1. stanoví si cíle (najíst se)
2. shrnou možnosti dosažení cíle (uvařit si něco, jít na nákup, jít do restaurace)
3. vyhodnotí tyto možnosti (domácí jídlo je levnější a zdravější)
4. provedou vybranou možnost (uvaří si)

Jiný je případ, kdy se lidé rozhodují zda se mají/nemají podílet na nabízeném chování (dát si sklenku).

2. Vývoj rozhodování

Kompetentní rozhodování zahrnuje schopnost **určit rizika a benefity** určitého chování.

2. Vývoj rozhodování

Starší adolescenti dokáží více než mladší:

1. odlišit možnosti, které umožňují splnění několika cílů, od možností, které umožňují splnění pouze jednoho cíle.
2. předvídat širší spektrum následků svých činností.
3. učit se s věkem stále více z výsledků svého rozhodování.

2. Vývoj rozhodování

Výzkumů rozhodování u adolescentů je velmi málo.

Většina z nich byla laboratorních (hypotetické scénáře apod.)

V reálném světě hrají poměrně velkou roli při rozhodování motivační a emocionální faktory.

Tzn. že (Eccles, Wigfield, Byrnes, 328), „v laboratoři úspěšní adolescenti mohou v životě dělat velmi neúspěšná rozhodnutí, jestliže jim chybí patřičné seberegulativní strategie“ (sebeuklidňující techniky, zvládání tlaku od vrstevníků, sebemotivace, využití sebepoznání v praxi aj.)

Riskování

Mnoho studií se věnuje riskování adolescentů (většinou: kouření, pití, nechráněný sex).

Výsledky ukazují opak toho, co by člověk vyvodil z toho, že rozhodovací procesy se vyvíjí: starší adolescenti jsou mnohem více náchylnější k riskování než mladší adolescenti a preadolescenti (např. v kouření).

Opakovaně studie potvrzují, že ty více a méně riskující adolescenty neodlišuje jejich znalost/neznalost možných negativních následků! (srov. účinnost osvětových akcí)

Ve hře jsou jiné faktory: ony strategie seberegulace, sch. skloubit zdraví prospěšné a sociální cíle.

Riskování

Genderové rozdíly:

Muži jsou více než ženy ochotni riskovat v oblastech jako rychlé řízení nebo intelektuální risky.

Ženy jsou více než muži ochotny riskovat v oblasti zdraví jako je kouření.

Muži jsou často o trochu lepší ve výsledcích matematických testů (De Lisi, McGillicuddy-De Lisi, 2002). Souvisí to možná opět s větší mírou riskování.