

Biologické změny: růst kostí, rozšiřování ramen, zaoblování boků.

Psychické změny: radost, štěstí, únava, inteligence, charakter.

Sociální změny: kritičnost, spolupráce, empatie (vcítění se), tolerance.

Úkol: Jméno + vlastnosti (moje a 2 kamarádi).

Např. MARTIN

Milý

A

kamaRád

empaTický

I

upřímNý

Nejvíce změn při dospívání (12. rok: **PUBERTA** - 18.-20. rok: **ADOLESCENCE** nebo-li **DOSPĚLOST**).

Úkol: Napiš změny a barevně obtáhni ty, které se tě přímo týkají.

POTŘEBA SEBEUPLATNĚNÍ

POTŘEBA RODINNÉHO ZÁZEMÍ

ZVÝŠENÁ CITLIVOST

POTŘEBA POROZUMĚNÍ

HLEDÁNÍ PARTNERA

VOLBA POVOLÁNÍ

STŘETNUTÍ S HODNOTAMI DOSPĚLÝCH

KONFLIKT MEZI IDEÁLY A REALITOU