

1. Úvod
2. Emoce jako psychologické procesy
3. Charakteristika a funkce emocí
4. Klasifikace a přístup k emocím
5. Poruchy emocí
6. Výzkum rané vazby, teorie attachmentu
7. Vývoj emocí v jednotlivých stádiích
8. Výzkum
9. Závěr
10. Literatura

1. ÚVOD

V této seminární práci se zabýváme vývojem emocí v jednotlivých stádiích vývoje lidské osobnosti. Nejprve popisujeme emoce v obecné rovině, tedy jejich charakteristiku, funkce, klasifikaci, různé přístupy k emocím apod. Dále uvádíme i poruchy emocí a jejich dělení, výzkum rané vazby a jeho představitele či teorii attachmentu. Posléze rozebíráme vývoj emocí v konkrétních obdobích lidského vývoje.

Úvodem bychom měly naznačit, že city jsou velmi důležitou součástí našeho života, neboť jsou projevem první komunikace dítěte s rodiči a doprovázejí nás po celý život. Citový vývoj dítěte je naprosto přirozená věc, kterou bychom měli dětem vysvětlit a zdůraznit, že se nikdo nemusí za své city stydět, ba naopak děti ale i dospělí by měli být schopni o svých citech mluvit a pátrat po příčinách svých vlastních pocitů. Ke zdravému vývoji, nejen emocionálnímu, je potřeba stimulace všech smyslů v podobě prostředí bohatého na podněty, harmonická atmosféra dodávající pocit bezpečí a jistoty a láskyplný přístup rodičů.

2. EMOCE JAKO PSYCHOLOGICKÉ PROCESY

Emoce patří mezi psychologické procesy, které nám pomáhají hodnotit skutečnosti, události, situace a výsledky činností dle našeho subjektivního stavu a vztahu k hodnocenému. Emoce jsou zároveň projevem základní lidské vlastnosti, kterou je dráždivost organismu neboli schopnost našeho organismu reagovat na podněty z vnějšího okolí. Dráždivost se v průběhu života vyvíjí, a následkem toho jsme schopni reagovat nejen na podněty nezbytné k udržení života, ale i na takové vlastnosti prostředí, které nejsou samy schopné ovlivňovat život organismu.

Slovo emoce tedy v současnosti označuje tyto důležité pochody, které vznikají v mozku v místě zvaném limbický systém a které výrazně ovlivňují naše chování. Tento pojem měl ale v průběhu historie i jiné významy. Slovo emoce je odvozené z latinského výrazu *exmovére*, který v překladu znamená pohyb. Před 18. stoletím označoval tento termín vzrušené chování davu, které bylo pozorováno z venku, později vznikl nový význam a to extravagantní chování jednotlivce. Koncem 18. století se toto slovo začalo používat místo zastaralého výrazu *sentiment*. V 19. století nastala další změna a to taková, že emoce byly připisovány pouze ženám, tzn. zfeminizovaly se. Muži emoce neměli, nebo měli jen jakési zakrnělé formy. Muž byl považován jako racionální a veřejný, zatímco žena byla iracionální neboli emocionální a soukromá.

Emoční vývoj je sociálně podmíněný, neboť člověk se dostává do situací, které navozují emocionální reakce a emoce nás vedou k souhlasným či nesouhlasným reakcím na druhé lidi. Díky sociálním zkušenostem si můžeme vytvořit jakýsi obraz o průběhu emocí, čímž vznikají emocionální struktury a dochází také ke vzniku mechanismu zvládnání emocí. Postupně se tedy učíme pravidla jejich prožívání a demonstrování.

Emoce jsou velmi složitým procesem, který je navíc rozdílně přijímán i v různých kulturách. Pro pochopení emocí v odlišných kulturách než je naše kultura, je velice důležité znát situaci, ve které emoce vznikla, dále bychom měli poznat pozice účastníků dané situace a v neposlední řadě i morální, estetický a racionální řád dané komunity lidí. Jako příklad rozdílného pojetí emocí v různých kulturách si můžeme uvést chování Japonců, když hovoří o svých problémech. V takovýchto situacích se japonští obyvatelé usmívají, protože kdyby dali najevo své negativní pocity (strach, úzkost, znepokojení hněv či rozčilení), ukázali by tak svou slabost a ztratili by svou tvář.

3. CHARAKTERISTIKA A FUNKCE EMOCÍ

Emoce vznikají spontánně, tudíž jejich vznik nemůžeme žádným způsobem ovlivnit, a jsou neopakovatelné. Jsou subjektivní, což znamená, že vyjadřují náš vztah či postoj k určitým věcem, lidem, k sobě samému a k našemu okolí. Jsou nakažlivé např.: emoce se mohou přenášet i z matky na plod, což může být velmi nebezpečné v případě, kdy se jedná o úzkostlivou a ustaranou matku. Emoce jsou také ambivalentní, což znamená, že existují proti pólově – př. radost – smutek, láska – nenávisť.

Emoce na jedné straně aktivují naši psychiku a náš organismus jako celek, ale na druhé straně ho mohou tlumit, to závisí na typu emocí, které u nás převládají. Emoce mají i funkci regulační, díky které se vyvarujeme toho, čeho se bojíme apod. Emoce jsou velmi důležité, neboť organizují celé naše jednání a vystupování.

4. KLASIFIKACE A PŘÍSTUPY K EMOCÍM

Emoce můžeme *klasifikovat* podle několika hledisek. Pro názornost si uvedeme tři základní, a to dělení podle účinku na činnost, podle rychlosti vzniku, síly a délky trvání a dělení z hlediska ontogenetického a fylogenetického. **Podle účinku na činnost** dělíme emoce na sténické (mobilizující), které zvyšují intenzitu činnosti, znásobují naše síly a aktivizují náš organismus, a na asténické (tlumící), které naopak způsobují neschopnost soustředit se, negativně ovlivňují paměť a narušují myšlení. Toto členění patří k nejstarším a je spjato se jménem Imannaela Kanta.

Emoce se mohou projevovat ve formě různě rychle se měnících emocionálních projevů, nebo déle přetrvávajících emocionálních stavů. Další členění emocí je **podle rychlosti vzniku, síly a délky trvání** na afekty, nálady a vášně. Afekty jsou náhle vznikající a bouřlivě probíhající krátkodobé zážitky, které se váží na určitý konkrétní předmět. Jsou velmi intenzivní a výbušné, doprovázené velkým napětím a v některých případech i ztrátou vědomí. Mezi nejčastější afekty patří hněv, strach, radost, smutek, údiv, hnus a hanba. Vznikají v takových situacích, kdy jsou ohroženy naše cíle či hodnoty nebo když dojde k vážné ztrátě či zisku. Nálada má již delší průběh než afekt a vyznačuje se i menší intenzitou. Nálada ovlivňuje psychické procesy jak v kladném, tak i v záporném smyslu. Existuje poměrně velké množství nálad, příkladem může být nálada radostná, euforická, optimistická nebo ironická. Třetím typem jsou vášně, které představují mimořádně silný, hluboký a dlouho trvajícím citový vztah, který v podstatě určuje chování a myšlení člověka. Projevuje se v celkovém zaměření při dosahování cílů a dochází ke spojení emocionálního a volního procesu.

Dále můžeme emoce dělit z **hlediska ontogenetického a fylogenetického** na emoce nižší a vyšší (city). Kriteřiem pro toto členění je složitost, obsah a zaměření emocionálních projevů ve vztahu k ontogenezi a fylogenezi. Nižší emoce se vyskytují i u zvířat a váží se hlavně na vitální obraz organismu, neboť jsou spojeny s uspokojováním nejzákladnějších vitálních potřeb. Patří sem např.: strach, radost, smutek, nuda, překvapenost, nenávisť atd. Naopak vyšší emoce jsou již specificky lidské city společensky podmíněné. Rozvíjí se společně s intelektuálními funkcemi člověka. Jako vyšší emoce označujeme city sociální, které vyjadřují vztahy mezi lidmi, city estetické, mezi které patří např. cit krásna, ušlechtilosti či podlosti, a city intelektuální, které vznikají v průběhu rozvoje myšlení.

Je také třeba *rozeznávat různé přístupy k emocím*, se kterými se můžeme setkat. Rozlišujeme tři základní druhy: přístup naturalistický, sociálně-konstrukcionistický a eklektický. Přístup naturalistický pojímá emoce jako biologicky podložené a vrozené a také transkulturně uniformní. Sociálně-konstrukcionistický přístup říká, že emoce jsou kulturně specifické a že sociální kontext formuje náš emoční život. Přístup eklektický neboli výběrový či smířčí tvrdí, že emoce byly zformovány v evolučních procesech a že jsou zároveň rozvíjeny v síti stimulů a chování.

5. PORUCHY EMOCÍ

Lidé se ve svých emocích mohou velmi lišit a je poměrně dosti náročné stanovit určitou normu. Je ale možné vymezit přibližné hranice, které by neměly být překračovány. Pokud k takovému překročení dojde, hovoříme o poruchách emocí, kterých je v současnosti velké množství.

Poruchy emocí můžeme dělit na poruchy nálady, depresivní poruchy a úzkostné poruchy. Pro *poruchy nálady* je charakteristická nepřiměřenost v délce trvání i intenzitě projevu. Patří sem **nálady expanzivní**, které se dále mohou dělit na manické a euforické, **nálady depresivní**, mezi které patří nálada anxiózní (úzkostná), anhedonická (absence radosti) a dysforická (sklíčená), a nálady, které jsou **kvalitativně změněné**, a tudíž neodpovídají reálné situaci; apatická nálada a patická vášeň.

Manická nálada se projevuje veselostí až rozjařeností, zvýšenou bystrostí a postřehem nebo naopak hádavostí a podrážděností. Pro euforickou náladu je typická zvýšená spokojenost, aktivita, sebevědomí a množství energie.

Při apatické náladě je člověk lhostejný, pasivní, bez iniciativy a zájmu o okolí, dochází k oslabení vůle. Tato nálada se vyskytuje hlavně u demence, deprese a během toxikománie. Patická vášeň je velmi výrazná chorobná vášeň, která ovládá celého člověka a může způsobit i velmi nepřiměřené chování.

Dalším typem poruch je *depresivní syndrom*, který může vzniknout v podobě patické nálady, smutku, strachu, vzteku či rozmrzelosti a který se vyznačuje následujícími projevy: bradypsychismus (celkové zpomalení tempa řeči, myšlení a duševní činnosti, může chybět), pesimismus a sebedoceňování, poruchy spánku, chuti k jídlu, soustředění, motivace, pocity zbytečnosti, somatické potíže (vztahující se k tělu) a suicidalita (sebevražedné jednání).

Třetí typ poruch emocí představuje *syndrom úzkostný*. Jedná se o neodůvodněný, panický, vleklý úzkostný strach. Úzkostná porucha může být buď posttraumatická (kdy se nám navracejí bolestné zážitky) či obsedantně kompulzivní (což jsou různé katastrofické představy). K tomuto úzkostnému syndromu patří i fobie, pro které je charakteristický chorobný a bezdůvodný strach z konkrétních podnětů a situací (např. arachnofobie – strach z pavouků, akrofobie – strach z výšek, klaustrofobie – strach z uzavřených místností). Mezi nejčastější příznaky úzkosti patří bušení srdce, zrychlený puls, chvění se či třes, sucho v ústech, obtížné dýchání, bolesti na hrudníku, neklid, víření v břiše, závrať, točení hlavy, návaly horka nebo chladu, pocity znecitlivění nebo mravenčení.

V současném světě se vyskytuje poměrně velké množství dětí, které trpí nadměrnou úzkostností. Tyto děti bývají většinou vyšetřeny na žádost rodičů či lékařů, nikoliv učitelů, protože takovéto úzkostné děti většinou usnadňují práci ve třídě, neboť jsou tiší, klidní, hodinu ničím nenarušují, mají strach ze známek a respekt před učitelem. Úzkostné děti vnímají svět jako ohrožující a mimořádně nebezpečný, často trpí nepřiměřeně silnými a trvalými strachy, běžné situace jsou pro ně zátěží a snaží se vyhýbat neznámým a novým situacím.

Možné poruchy, které se mohou vlivem úzkostného syndromu vyskytnout, jsou např.: **deprese**, příp. **obsedantně kompulzivní porucha** (děti v pubertě se musí vyrovnávat s fyzickými změnami, jsou zmateny samy sebou, hledají samy sebe a snaží si vytvářet vlastní nezávislou identitu), **separační úzkostná porucha**, **neurotické stavy** (projevy např. zadržávání v řeči, noční pomočování, plačtivost, obtíže s usínáním, nadměrná plachost a nesamostatnost dítěte), **sociální úzkostná porucha** (děti se bojí neznámých dospělých i dětí, př. nestrašit děti lékařským zásahem „strach z bílých plášťů“), **únik do nemoci** (prožívání silné úzkosti a strachu může vyvolat imunitní potíže, tedy nemoc), **tzv. školní fobie** (vyvolal velmi nepříjemný zážitek spojený se školou).

6. VÝZKUM RANÉ VAZBY, TEORIE ATTACHEMENTU

Děti se rodí se krajně nezralá a silně závislá na péči a ochraně rodičů. Už od narození se u dětí vyvíjí druhy chování, jejichž cílem je udržení blízkosti dospělé pečující osoby, tzv. behaviorální systém citové vazby.

Pro psychický vývoj dítěte jsou klíčové:

- schopnosti vytvořit vztah s jiným člověkem
- schopnosti hledat péči (protosociální chování)
- schopnosti a zájem rodičů péči poskytovat (zralost pro rodičovství)

Kulturní podmíněnost forem rané vazby

Interkulturní výzkumy jsou inspirovány výzkumy kulturní antropologie. Jedná se o pozorování a srovnávání způsobů chování rodičů a dětí v přirozených podmínkách různých kultur. V každé kultuře jsou jiné způsoby chování, někde se o dítě stará muž, jinde se jedná o kolektivní výchovu, rozdíly jsou i např. v délce kojení. Tyto výzkumy přinesly poznatky jak vypadá raný vývoj a jaké jsou jeho důsledky.

Kulturní podmíněností se zabývaly *Meadová*, *Benedictová*, *Ainsworthová*.

Margaret Mahlerová

Zabývala se ranými typy socioemocionálního vývoje.

Melanie Kleinová

Zabývala se terapeutickou analýzou kompenzačních mechanismů.

John Bowlby

Lékař a psychoanalytik, který byl ovlivněn M. Kleinovou a etologií.

Pracoval s rodiči a zkoumal vazby mezi rodiči a dětmi, své teorii dal poté název **attachement** (přilnutí).

Bowlby na rozdíl od Freuda viděl dítě jako inteligentní a kompetentní, které využívá primární pečující osobu buď jako bezpečné zázemí, odkud je možné objevovat svět nebo v případě potřeby jako bezpečné útočiště a zdroj podpory. Freud viděl dítě jako závislé a pudy ovládané.

Po 2. světové válce, kdy se optimalizovala ústavní péče, jej oslovilo UNESCO, aby zjistil proč děti v sirotčincích umírají. Vytvořil tým s kterým definovali termín **psychické deprivace**. U nás tento jev zkoumali Matějček a Langmaier.

Mary Ainsworthová

Vytvořila typy attachmentu na základě testu neznámé situace. Zabývala se jen vazbou matka a dítě. Prováděla mezikulturní výzkum v Africe a Americe, kde zjistila velké rozdíly ve výchově.

TEORIE ATTACHEMENTU – připoutání, přimknutí

Základní potřebou člověka je vytvoření bezpečné a jisté citové vazby s pečující osobou. Tato vazba má vliv na tvorbu vztahů v dospělosti.

Separace

Reakce na oddělení dítěte a pečující osoby. Tato reakce je důkazem navázaného vztahu.

Separáční reakce má u dětí ve věku 1,5 až 2 roky 3 fáze:

- 1) **fáze protestu** - projevuje se u dítěte křikem, pláčem
- 2) **fáze zoufalství** - dítě ztrácí naději, že by se pečující osoba vrátila, je apatické, odmítá okolí
- 3) **fáze skutečného odpoutání** od pečující osoby, kdy se podřídí novému prostředí a zkoumá ho

Test neznámé situace – laboratoř s jednocestným zrcadlem, osm sekvencí:

1. Matka a dítě vcházejí do neznámé místnosti
2. Matka si sedá a dítě má možnost se volně pohybovat
3. Přichází neznámý člověk
4. Matka jde pryč, opouští dítě a neznámého člověka
5. Matka se vrací zpět a neznámý člověk odchází
6. Matka odchází, nechává dítě samotné
7. Neznámý člověk se vrací
8. Cizí člověk jde pryč, matka se vrací a bere dítě do náručí

Typy vazeb

1. Bezpečné přimknutí – jistá citová vazba

- dítě po vstupu do místnosti používalo matku jako bezpečnou základnu
- po odchodu matky je dítě neklidné – pláče a hledá matku
- při návratu běží k matce, hledá u ní blízkost, tělesný kontakt je zdrojem útěchy, jistoty a bezpečí
- matka je citlivá na signály dítěte, synchronní komunikace
- dítě se rychle uklidní a naváže na činnost – hru a objevování
- dítě se rychleji rozvíjí, po jednom roku si aktivně opatřuje vlastní podněty
- 65- 80% procent populace

2. Úzkostné vyhýbavé přimknutí – nejistá citová vazba, vyhýbavá

- v nepřítomnosti matky se dítě jeví jako relativně adaptované „nezávislé“, neprojeví negativní emoce, zkoumá okolí
- vnější projevy stresu jsou inhibované, ale fyziologicky ho prožívá
- po návratu matky dítě nechce do náruče a vyhýbá se očnímu kontaktu
- matka je spíše odmítající, necitlivá, nedostupná, neuspokojuje potřeby dítěte
- dítě raději potřeby nevyjadřuje, aby se vyhnulo možnému odmítnutí/zklamání, na druhou stranu matku potřebuje - **tenze** (psychosomatické poruchy), pozdější emoční obtíže
- autostimulační projevy u dítěte - kroučí si prstíčky, trhá si vlásky
- ve škole se pak u dítěte objevují „poruchy chování“ – bez příčiny kousne kamaráda, nakopne učitelku, rozdupe hračku

3. Úzkostné ambivalentní přimknutí – nejistá citová vazba, odmítavá/ambivalentní

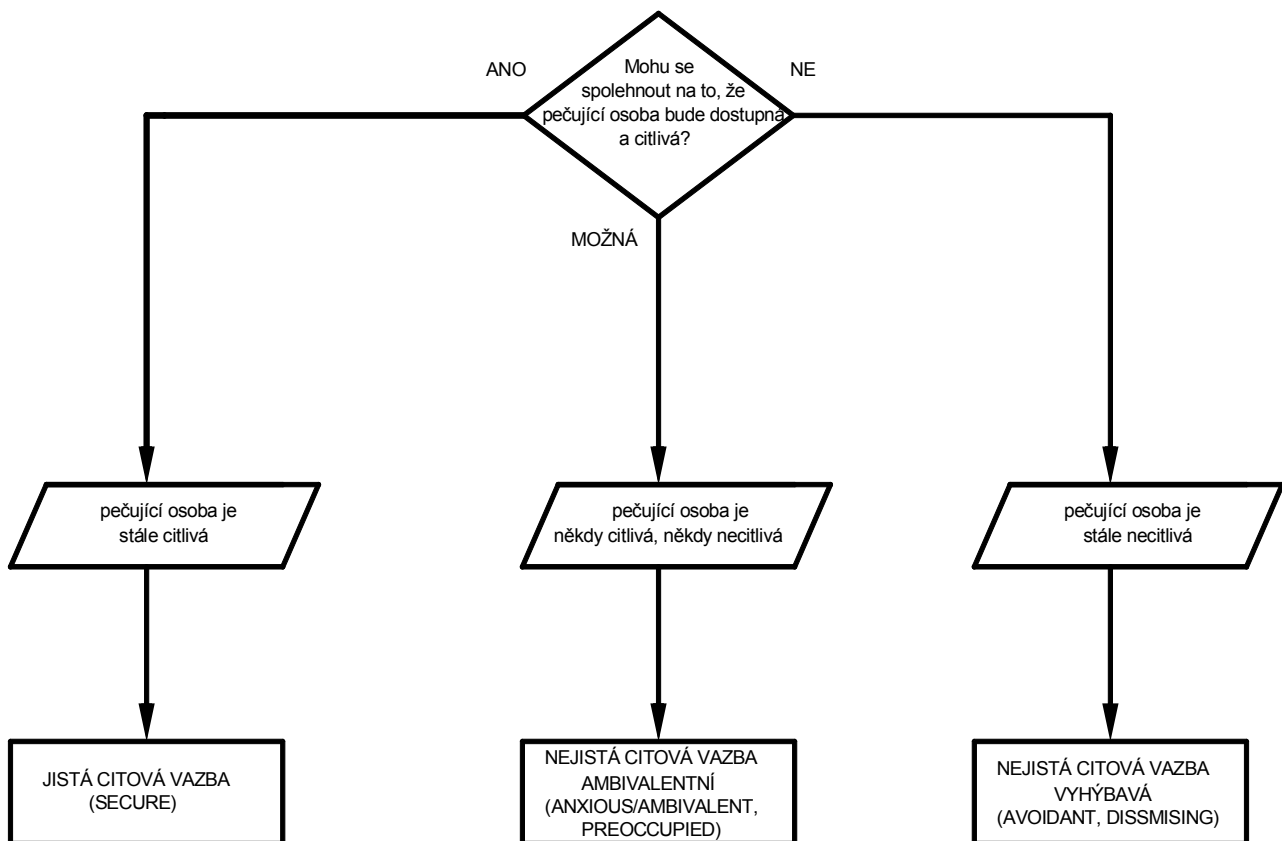
- dítě se drží u matky, neprozkoumává okolí
- po odchodu matky je rozrušené a rozčilené, silně pláče
- po návratu se objeví ambivalentní reakce – radost z příchodu / zlost, že odešla
- dítě je obtížně utišitelné
- matka vykazuje nekonzistentní jednání – reaguje různě, dítě neví, co má čekat
- dítě nemá jistotu, že když se vzdálí při průzkumu okolí matka tam zůstane, hlídá si ji
- odmítané dítě, které vynakládá mnoho úsilí na získání pozornosti a péče – méně zvědavé
- 10-14 % v populaci

4. Dezorganizovaná citová vazba

- předchozí tři kategorie jsou organizované způsoby zvládnání v situacích emocionální zátěže
- strategie chování dítěte zaměřená na redukci stresu je buď narušená a nebo úplně chybí
- objevuje se u dětí zanedbávaných, týraných, zneužívaných, vystavených časté změně vychovatelů
- Různé reakce např. : dítě se přibližuje k matce a těsně před tělesným kontaktem uhne a změní aktivitu, objevují se u něj stereotypie
- matka má problematický vztah s dítětem - dítě jí smrdí, nesnese kojení
- v komunikaci je typická dvojná vazba – matka dítě zavolá x odstrčí

Slabiny výzkumu attachmentu

- zkoumány byly pouze rodiny, kde pečují matky
- děti jsou schopny pojmout více pečovatelů – v západní kultuře je to, ale obvykle jedna nejbližší osoba
- otcové jsou v západní kultuře jako druhotní pečovatelé. S dítětem zachází jiným způsobem - reagují s dětmi prostřednictvím krátkých jednoduchých stimulací, využívají fyzické dispozice – s dětmi často točí, vyhazují je, poplácávají, volí složitější slova v komunikaci a méně dítěti rozumí
- pokud je otec primárním pečovatelem, zvyšuje se citlivost na projevy dítěte (otcové mají stejný potenciál jako ženy, otec může být z péče „vylučován“ stereotypem, že péče o dítě je "ženská záležitost". Otec si tak zvykne nezabývat se dítětem. Přitom platí, že čím dříve naváže otec s dítětem vztah, tím bohatší a intenzivnější bude tento vztah v budoucnosti)



7. VÝVOJ EMOCÍ V JEDNOTLIVÝCH STÁDIÍCH

Novorozenec – do 2 měsíců

V tomto období je emocionalita dítěte teprve probouzí. Dítě začíná signalizovat prožívanou libost pomocí plynulých a vláčných pohybů a nelibost trhavými pohyby.

Pláč projevuje dítě hned od narození a za několik dní je provázen i slzami.

První úsměv se vyskytuje zpravidla v období od několika týdnů do 2 měsíců, je však jen endogenní, tzn. vnitřně podmíněnou reakcí. „Pravý úsměv“ jako reakce na libé vnější podněty se poprvé vyskytuje až kolem 8. týdne.

Kojenec – do 1 roku

Emoce mají v duševním dění kojence centrální postavení. Nositelem výrazu prožitku je zpočátku celé tělo. Úsměv se po dvou měsících stává odpovědí na kladné podněty. Ve třech měsících lze také již bezpečně diferencovat zlostný a úzkostný křik. Emoční projevy dítěte (úsměv, křik...) slouží postupně stále uvědoměleji k navazování kontaktů s lidmi, zvláště s matkou. Od čtyř měsíců dítě rozlišuje známé a cizí osoby a bohatě používá neverbální komunikaci. Od šesti měsíců je při frustraci patrný hněv a v nejisté situaci strach. Od sedmi měsíců projevuje silnou fixaci na jednu osobu a od ní také přejímá citové ladění. Koncem období kojence začíná mít dítě i stabilnější nálady.

V období 7-12 měsíců se poprvé objevuje separační úzkost, která trvá většinou do dvou let věku. Čím jsou děti mladší, tím spíše se přetížení organismu projeví v tělesné oblasti. Psychosomatické onemocnění - přetížení organismu, působení dlouhodobých konfliktů, frustrace nebo stresy mohou vést k postupným organickým změnám orgánů a jejich funkcí. Při zvládání úzkosti a strachu se uplatňují i tzv. obranné mechanismy, které se v průběhu dětství teprve formují.

Batole – do 3 let

City batolat jsou velmi intenzivní, spontánní, málo hluboké a proměnlivé. Citové reakce jsou u batolat značně generalizované - když někoho nemají rádi, tak „se vším všudy“, emoce tedy zahrnuje vždy vše, co s „kladně“ či „záporně“ přijímanou osobou či věcí souvisí.

V první polovině období (1-2 roky) je charakteristická emoční labilita spojená s afekty. Hněv je obvyklou reakcí na frustraci, zatímco strach vyvolává vždy nová, neznámá, nezvládnutá a nejistá situace. Strach bývá u batolat také důsledkem fixace nepříjemných zážitků („naučený strach“ – bojí se „bílého pláště“ i u holiče), popř. je dílem i vlastní představivosti (bojí se i výtvorů vlastní fantazie); na druhou stranu si však často neuvědomují skutečné nebezpečí (vyklání se z balkónu, vbíhá do vozovky...).

V druhé polovině období (2-3 roky) se mění nejen podmínky vyvolávající emoce (strach ze psa ustupuje např. obavám z hodnocení jinými), ale přibývají i další kvality citů. Zpočátku jsou převážně sociálně negativní (závist, úzkost, zklamání, zahanbení, smutek, pocit křivdy, stud, ostych...), může se však vyskytovat i spokojenost, veselost, něha aj.

V tomto období se pod vlivem charakterů vnějších vlivů posiluje trvalejší základní emoční ladění dítěte, a to buď stenické (radost, spokojenost, sebedůvěra), či astenické (žalost, hněv, strach, obavy, nízká sebedůvěra), stejně jako optimismus, radostné ladění, pocity méněcennosti, žárlivost, soutěživost aj.

Charakteristickým znakem tohoto období je vzdor a žárlivost. Ta se vyskytuje s rozvojem náklonnosti k určité osobě a často při narození sourozence.

Do tří let věku se u dětí objevují reálné strachy (zkušenosti – pálí, bolí), bojí se silných, nezvyklých a neznámých podnětů, často se bojí samoty a malých uzavřených prostor. Pečující osoba pomáhá dítěti tyto situace překonávat přítomností, povzbuzením, ochranou.

Předškolní věk – do 6 let

Předškolní děti jsou ještě značně emotivní. Citové vztahy začínají být diferenciovanější (jen k vlastnostem) a stabilizují se nálady. Významným podílem na rozvoji emocionality jsou imaginativní aktivity – hra, kresba, pohádky... Citové procesy mají u těchto dětí dosud často charakter afektů. Zlost je vyvolávaná zpravidla nějakou frustrací a podněty ke strachu často narůstají díky bohaté fantazii.

Ve druhé polovině předškolního věku se začíná vyskytovat i snaha brát ohled na nároky ostatních. Předškolní dítě se dokáže již také zříci něčeho ve prospěch jiné osoby, kterou má rádo, bojí se o ni, brání ji, má radost z její radosti atp.

Obavy ve fantazii a naučené strachy od ostatních lidí bývají u těchto dětí obvykle silnější než strachy vzniklé na základě reálných zkušeností. Častý je strach z hmyzu, ze zvířat, z tělesného poškození, ze zlodějí apod. Předškoláci se bojí strašidel, nestvůr nebo různých pohrom. Také se bojí se o své blízké lidi, o své hračky nebo zvířata. V pěti letech se objevuje strach ze tmy, což způsobuje problémy s usínáním.

Je potřeba umožnit dítěti odreagování úzkosti a strachu skrz fantazii, symboly, hru a tzv. ritualizované chování (klepání na dřevo) - vychází z magického myšlení. Dítě si pomocí „magických“ rituálů zajišťuje úspěch nebo ochranu před nebezpečím. Například při procházce šlape jen na celé kachličky, používá rozpočítávání apod.

Děti se rády bojí. Ovšem pouze v bezpečném prostředí. Mírné formy strachu z cizího a neznámého trvají v průběhu celého života jedince.

Aspekty školní zralosti – emoční zralost spočívá v dosažení určité citové stability (nepodléhání bezprostředním impulsům, kontrola citových procesů, nevyžadování pozornosti jen pro sebe aj.), ale i v odolnosti vůči frustracím (nastávajícími zvláště při ohrožení sebehodnocení při porovnávání výkonů učitelem a nutnosti přijetí i případného neúspěchu atp.; souvisejícími však také s osamostatňováním, schopností denního dlouhodobého odloučení od matky atp.).

Školní věk – do 15 let

Škola je první významnou institucí, do níž se dítě dostává. Tato instituce se mu jeví jako velmi mocná a výrazně ovlivňuje jeho osobnost, neboť je to místo socializace, kde dítě získává nové schopnosti a dovednosti. Školní věk můžeme rozdělit na tři dílčí fáze: raný školní věk (od nástupu do školy až po 8-9 rok života, je charakteristický změnou životní situace a vztahem ke škole), střední školní věk (od 8-9 let do 11-12 let, přechod na druhý stupeň a počátek dospívání, sociálně i biologicky podmíněné změny), starší školní věk (trvá do ukončení základní školy, tj. do 15 let).

Na počátku školní docházky jsou projevy emocí ještě bouřlivé, snadno vznikají a zanikají. Postupně ztrácejí svůj afektivní ráz, diferencují se a dostávají se pod vědomou kontrolu. Žák již dokáže částečně usměrňovat a ovládat projevy svých nálad, spokojenosti či nespokojenosti, takže v období mezi osmým a desátým rokem dochází k ustalování citů s postupně také k nárůstu dlouhodobosti citových vztahů. Dítě v dětství nic nepředstírá, projevuje se naprosto autenticky a spontánně. Se zralejším sebeuvědomováním a kritičností se děti začínají stále více obávat zesměšnění a postupně omezují svou vnitřní (prožitkovou) i vnější (projevovou) spontaneitu. Postupně je stále patrnější tlumení spontánnosti emocí a ustupující expresivita. Osvald Kroh nazývá období do osmi let "naivním realizmem". Děti v něm ještě nekriticky přijímají všechny informace. Sdělení dospělých je pro ně realitou a jeho akceptování jim dává jistotu. S narůstajícím rozhledem se ale zvyšuje frekvence stížností na "nespravedlnost". Ke konci dětství se tak začne projevovat tzv. "kritický realizmus".

Po celé dětství zpravidla přetrvává v oblasti prožívání u dětí typická dobrá nálada, tendence ke stenickým emocím, sebedůvěra, pocit síly i pozitivní posun ve společenském citění. Navzdory počínajícím projevům neklidu a lability je prepuberta fází přetrvávající fyzické i psychické harmonie. Vedle těchto pozitivně laděných emocí se samozřejmě vyskytují i emoce opačného charakteru. Přetrvávají emoce jako strach, hněv, žárlivost či úzkost. Školní děti se postupně přestávají bát vymyšlených předmětů, jevů a bytostí, ale naopak začínají mít strach z reálných situací (např.: strach z trestu, strach o rodiče, sourozence, strach ze smrti). Afektivní reakce žáka při hněvu se postupně zmírňují a na místo agresivních reakcí vůči protivníkovi nastupuje slovní projev (drzé přezdívký, vyhrožování, zesměšnění). Hněv je obvykle reakcí na posměšné poznámky od spolužáků, urážky od sourozenců, surové zacházení, tělesné tresty či přehlížení. Žárlivost vzniká jak ve škole, tak i v rodině. V rodině dítě většinou žárlí na upřednostňovaného sourozence a ve škole na úspěšnějšího spolužáka. Žárlivost se projevuje buď nevšímavostí nebo či uštěpačnými poznámkami. Úzkost bývá často spojována s adaptací na školní prostředí. Nejvíce úzkostné se projevují děti z rodin se záporným emočním vztahem rodičů k dítěti a zároveň rozporným řízením, naopak nejméně úzkostné jsou přitom děti s extrémně kladným vztahem rodičů k dítěti a silným řízením. Silnou úzkost způsobuje negativní odezva od ostatních, která může vést k utlumení aktivit, u kterých hrozí, že by při nich dítě při srovnání s druhými neobstálo (**stažení se ze sociálních interakcí**, jejichž důsledkem je omezení jejich rozvoje, tudíž i další selhání). Každé dítě potřebuje být v něčem úspěšné a cítit, že ho mají ostatní děti rády a berou ho vážně se všemi jeho pocity a názory, že ho prostě přijímají takové, jaké je.

Vyučování a výchova ve škole obohacuje a diferencuje kvalitu a obsah citů. Díky novým poznatkům a zkušenostem se jednoduché city mění na city vyšší, specificky lidské. Postupně se začínají uplatňovat city etické, intelektuální i estetické. Roste také pocit osobní důležitosti, který motivuje dítě k intenzivnější práci. Děti by se neměli podceňovat, ale pobízet k další činnosti. Důležité je také tlumit negativní citové reakce a povzbuzovat city vyšší. Citovost dítěte je dána také typem temperamentu, proto je dobré přistupovat k výchově dítěte individuálně.

Puberta – do 16 let

Období dospívání (pubescence) je dobou mezi dětstvím a dospělostí. Dochází ke komplexní proměně všech složek osobnosti. V souvislosti s tím se mění i zevnějšek dospívajícího a stává se podnětem k sebepojetí. Pro toto období je charakteristický změněný způsob myšlení, dominance citové oblasti, osamostatňování se od rodičů, ztotožňování se s vrstevníky, první partnerské vztahy, první lásky a ukončení povinné školní docházky.

V citovém vývoji pubescenta dominuje citová nevyrovnanost, podrážděnost, někdy až vášnivost. City se diferencují a nabývají nové kvality. Všechny city se stávají hlubšími, bohatšími, uvědomělejšími a zasahují více do nitra dospívajícího. Na jedné straně se objevují city jako je jemnost, něha, laskavost, na druhé ale i bezcitnost, krutost, bezohlednost. Mění se i citový postoj pubescenta k sobě samému. Dospívající projevuje zájem o vlastní povahové a charakterové vlastnosti, chce je poznat a najít si svůj ideální vztah ke společnosti. Pokrok můžeme spatřit i v rozvoji estetických citů, který se projevuje zvýšenou vnímavostí krásy a přírody a schopností vnímat umělecká díla. Dochází také k velkému rozvoji sociálních citů, hlavně těch, které vycházejí z přátelství a lásky. Vytvářejí se důvěrnější přátelství, vznikají první vztahy k druhému pohlaví, projevující se intenzitou a hloubkou. Někteří pubescenti ještě nemají ve svých pocitech jasno, často sami neví, jak zareagují, neumí své prožitky ani dobře popsat, obávají se nepochopení a výsměchu. Buď se stydí, anebo z nejistoty projevují až sociálně rušivé chování. Snadno střídají nejrůznější protipóly citových reakcí, stejně rychle dochází k přechodu mezi protikladnými kvalitami citových stavů. Projevují podrážděnost s převahou rozmrzelosti, lehce se u nich střídají pocity síly s apatií až depresivitou a úzkostností. Mají zvýšenou citlivost na kritiku, nespravedlnost. Mnohé reakce jsou často „maskující pózou“, reálné emoce, mají ve skutečnosti silnou potřebu kontaktu, uznání a akceptování. Pubescenti bývají velmi citliví na neshody mezi slovy a činy. Pociťované neshody nutí k intenzivnějšímu vyjasňování situace a hledání kritérií hodnocení sebe i jiných.

Adolescence – do 20 let

Adolescence je obdobím pohlavního dozrání a komplexnější psychosociální proměny. Mladý člověk získává nové role, které souvisí i s vyšší sociální prestiží. V tomto období také dochází k stabilizaci a zklidnění vztahu s rodiči, k nárůstu významu ve vztahu k vrstevníkům a k trvalejším a zralejším partnerským vztahům.

V adolescenci se prohlubuje uvažování mladého člověka o vlastní osobě, dochází k intenzivnímu ujasňování a uvědomování si vlastní struktury hodnot, svou pozornost zaměřuje na nedostatky, které se snaží odstranit. Reálné usilování a konání by mělo být v souladu s celkovou orientací osobnosti, jejím zformovaným a stabilizovaným hodnotovým vědomím. Citová labilita charakteristická pro předchozí období postupně zaniká. Dochází k méně prudkým způsobům reagování, zvyšuje se zároveň i kontrola vyjadřování citů. City se obohacují také po kvalitativní stránce, dochází k pevnějšímu sepětí s určitými stránkami osobnosti, především se společenským postavením, se zájmy, s utvářením světového názoru a s přípravou pro budoucí povolání. Snahy adolescentů o to, aby se vyrovnali dospělým, vedou k intenzivnímu zdokonalování schopností v různých oblastech. Zvýšený zájem o kulturní život a umělecká díla prohlubuje estetické city a zážitky s nimi spojené. Vnější kulturní vzory a normy přijímají již nejen s větším pochopením, ale i kritičtěji. Opírají se při tom o stále více ovládanou emocionalitu, dostatek zkušeností k hodnocení, ucelenější obraz sebe a světa a zrající osobní systémy cílů, ideálů a hodnot. Významné změny se projevují také v oblasti erotických citů, v podobě silných a vroucích milostných vztahů, v touze po sblížení s milovanou osobou a po opětované lásce.

8. VÝZKUM

Zadáním bylo rozpoznávání emocí dětí v různém vývojovém období. Jednalo se o předkládání obrázků emocí dětem.

Pro náš výzkum jsme vybraly 5 základních emocí – radost, smutek, zlost, překvapení a strach. Každá emoce byla zastoupena smajlíkem a fotografií dítěte. Dětem jsme postupně ukazovaly jednotlivé obrázky a ony měli říct, co si myslí jakou náladu tento smajlík, nebo dítě má.

Celkem jsme měly 11 dětí, z toho 7 chlapců a 4 děvčata. Průměrný věk našich respondentů byl 9,72 let. Z období batolete jsme měly jednoho chlapce, z dětství tři chlapce a dvě děvčata, z prepuberty dva chlapce a z puberty jednoho chlapce.

Poznatky

- Nejsnadnější emoce pro děti byly radost a smutek, jak fotografie tak smajlíci. Ostatní emoce byly pro děti o něco složitější.
- V období batolete ještě děti nejsou schopny emoce pojmenovat, chlapec nám spíše říkal co na obrázku vidí, než jak by se mohla holčička na obrázku cítit.
- V předškolním věku jsme bohužel neměly žádného respondenta.
- Ve školním a pozdějším věku už děti většinu emocí určily bez problémů.
- Rozdíl mezi chlapci a děvčaty ve stejném věku nebyly nijak výrazné.
- Poznávání emocí a jejich celkový vývoj dle mého názoru spíše závisí na rodinách z kterých děti pochází. V tomto směru byly rozdíly mezi dětmi větší. S našimi respondenty pracuji v dětském oddíle, s většinou už alespoň dva roky, proto je dobře znám a znám i jejich rodiče. Tento poznatek je zřejmý z dlouhodobějšího pozorování a zároveň je tento rozdíl patrný i v tomto výzkumu.
- Každý z nás vnímá a prožívá stejné emoce jinak, proto i náš výběr obrázků a jejich vyhodnocení je subjektivní.

9. ZÁVĚR

Naším výzkumem jsme si potvrdily teoretickou část naší práce, hlavně její část vývoje emocí v jednotlivých stádiích, jak postupuje vývoj jednotlivých emocí. Přestože emoce popisujeme stejně, každý z nás je vnímá jinak. Dítě je třeba učit, že city jsou zdravá a normální reakce na naše myšlenky o lidech a situacích, v jakých se nacházíme. Citům je ovšem nutno rozumět, abychom je mohli správně používat pro zdravý osobní růst.

Emocionální vývoj je pro člověka velice důležitý, protože emoce ho provází celým životem. Způsob prožití začátku života ovlivňuje základní postoj k sobě samému, světu i životu. Není-li toto období prožíváno převážně slastně, může zanechat stavy napětí, které se pak mohou stát i zdrojem neurotických příznaků. Je tedy potřebné vytvářet spíše konstantní vztahy a základní důvěru i naději vůči „světu“.

10. LITERATURA

ČAČKA, O. Psychologie dítěte. 3. vyd. Tišnov : SURSUM, 1997. 108 s. ISBN 80-85799-03-0.

KURIC, J. a kol. Ontogenetická psychologie. Praha: SPN, 1986. s. 264.

VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří. Praha: Portál, 2000, s. 522, ISBN 80-7178-308-0

ŠKUBALOVÁ, T. Re: Presentace – doplnění k tématu „Emoce“ [elektronická pošta]. Message to: „Renata Leflíková, Marie Stodolová“ [cit. "2009-04-29"]. Osobní komunikace.

<http://www.lidske-emoce.com/poruchy-emoci/>

http://www.kamama.estranky.cz/clanky/psychologie/emoce_-_emocni-intelligence

<http://www.zeny.cz/magazin/deti-/citovy-vyvoj-ditete.aspx>