

ADOLESCENCE

Adolescence je z latinského slova *adolescere*. To znamená dospívat, mohutnět.

Adolescencí se zabývalo mnoho psychologů. Téma adolescence je pojato v mnoha teoriích, které zde budou stručně nastíněny.

1. **Adolescence jako bouře a konflikt** – tak označil období adolescence **G. Stanley Hall**, který se jako první tímto obdobím zabýval. Napsal o tomto období knihu s názvem *“Mláďá”* z roku 1904. Tato kniha se opírala o vlastní výzkumy, které byly provedeny dotazníkovými metodami. Adolescence je období emocionální, období revolty proti všemu starému, je to oscilace mezi protiklady. Na jednu stranu chce mladý člověk přátelů a sdružovat se, na druhou stranu chce být sám. Znova se u něj vynořují dříve nevyřešené otázky. Podle Halla je adolescent napůl divoch a kolem dvaceti let se ustaluje a civilizuje. Toto období je sice plné konfliktů, avšak je třeba je respektovat a tolerovat. Jeho kniha udělala na tehdejší americkou společnost skutečně velký dojem. Zapůsobila i na tehdejší americkou pedagogiku a vůbec americkou výchovu. Rodiče změnili taktiku, z dřívější přísnosti se přeorientovali na výchovu, která dávala dospívajícímu mnohem více volnosti a prostoru pro samostatnost a vyjádření vlastního názoru. Rodiče a škola začali mnohem více respektovat specifické kultury a styly života takto mladých lidí.
2. **Adolescence z pohledu psychoanalýzy** – podle **S. Freuda** prochází člověk v tomto období tzv. **genitálním stádiem**. Dochází k biologickému pohlavnímu dozrávání a vytváří se předpoklady pro reprodukci. Sexualita se hlásí otevřeně. **Anna Freudová**, dcera S. Freuda, osvětluje dva základní obranné mechanismy v adolescenci. A to **asketismus** a **intelektualizaci**. Intelektualizace je konflikt sexuální a emotivní, který se transformuje do činností spojených s intelektuální činností. Například různé filozofické názory, umělecká činnost. Asketismus je strach před svými vlastními sexuálními impulzy.
3. **Adolescence jako čas pro splnění vývojového úkolu** – toto hledisko zastával **R. J. Havighurst**. Pro naplnění vývojového úkolu nabízí konkrétní společnost (kultura) určité vzorce chování (patterns). Pokud je však člověk nerespektuje je často sankcionován.

Havighurst uvádí několik **vývojových úkolů**:

1. Přijetí vlastního těla, fyzických změn, včetně pohlavní zralosti a pohlavní role.
2. Kognitivní komplexnost, abstraktní myšlení, schopnost aplikovat intelektový potenciál v běžném životě.
3. Uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve vrstevnických vztazích, schopnost vytvářet a udržovat vztahy s vrstevníky obojího pohlaví.
4. Změna vztahu k dospělým, zejména rodičům, autonomie, případný respekt a tolerance.
5. Získání představy o ekonomické nezávislosti a směřování k určitým jistotám, volba povolání, profesní kvalifikace.
6. Získání zkušeností v erotickém vztahu, příprava na partnerství, rodinu.

7. Rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti.
8. Představa o budoucích prioritách a cílech, o stylu života.
9. Ujasnění hierarchie hodnot, reflexe stabilizace vlastního vztahu ke světu a životu.

Pojem **teachable moment** je určitý moment v etapě, kdy je důležité započít dané učení. Havighurst se zaměřuje také na jedince, kteří předbíhají vývojová období, například těhotné dívky ve věku již patnácti let. Upozorňuje na negativní důsledky, které mohou z předběhnutí stádia později plynout. Některé vývojové úkoly jsou kontinuální, například vývoj myšlení, a některé jsou typické pro určitou etapu, například změna vztahu k rodiči v adolescenci. Vývojové úkoly nejsou určeny pouze pro období adolescence, ale pro všechna období, kterými člověk prochází.

4. Adolescence z pohledu psychosociální teorie – představitelem této teorie je **E. H. Erikson**. Podle něj je v tomto období jako jeden z nejdůležitějších vývojových úkolů vytvoření si vlastní **identity (ego – identity, vlastního já)**. Je to období zmatku oproti získávání identity. Adolescence je spojena se splněním určitého vývojového úkolu, je nezastupitelným, kvalitativně odlišným obdobím. Vývoj identity propracoval **Marcia**, který na tomto tématu pracoval od roku 1967 do roku 1980. Při vývoji identity kombinoval přítomnost krize, hledání a závazků. Na základě toho definoval 4 potenciální stavy identity. První stav nazval **difúzní identitou**. Člověk v této fázi, stavu neprožívá krizi ani závazek, je velice snadno ovlivnitelný vrstevníky, často mění názory v souladu s očekáváním skupiny, které je členem. Jeho sebehodnocení je závislé na hodnocení druhých. **Náhradní identita** je stav, ve které jedinec své postoje, normy nekriticky přebírá od autorit, bez potřeby ověřovat je vlastní zkušeností. **Status moratoria** je krize identity, spojená s pocity úzkosti a pochybnostmi, aniž by jedinec na sebe bral skutečné závazky. Toto období je plné experimentací a zkoušení si rolí. **Dosažená identita** je stav, kdy je již krize zažehnána. Otázky čím jsem, co jsem jsou vyřešeny. Dosažená identita spojuje přítomnost, budoucnost i minulost ve smysluplný celek. Stádium moratoria a dokončené identity svědčí o vyspělosti jedince. Lidé v tomto stavu mají vyšší self – esteem a mnohem větší blízkost reálného a ideálního já. Lidé ve fázi náhradní a difúzní identity jsou často dogmatictí, neflexibilní, mají nízké self – esteem. **Shrnutí Marcia**: Nejde o vývojové fáze vývojové identity; problematické je, že se adolescent nachází ve stejnou dobu v různých stádiích. Identitu ovlivňuje osobnost, rodina, vrstevníci. Rodina je zde stále vystupuje v roli bezpečné základny, která by měla jedinci umožňovat expanzi do světa. Pokud tomu tak je, podporuje vývoj identity správným směrem. Jedinci, kteří mají dobrý vztah s rodiči, ale není jim umožněna expanze, se často nacházejí ve stavu náhradní identity. Jedinci s difúzní identitou jsou často z rodin s problematickými vztahy uvnitř.

DIFERENCIACE OBDOBÍ:

1. **časná adolescence (10 – 13 let)**
2. **střední adolescence (14 – 16 let)**
3. **pozdní adolescence (17 – 20 let)**

Časná adolescence

Projevují se první biologické a fyzické změny. Adolescenti začínají projevovat zájem o jedince druhého pohlaví.

Střední adolescence

Vlastní dospívání je nejčastějším objektem úvah a hodnocení. Adolescenti začínají odlišovat od svého okolí. Hledají vlastní identitu. Připadají si výjimeční a jedineční.

Pozdní adolescence

Většina adolescentů dokončuje vzdělání. Zamýšlejí se nad vlastní perspektivou. Mají potřebu někam patřit, podílet se na něčem nebo něco s druhými sdílet.

Fyzické změny:

V adolescenci dochází k prudkému nárůstu hmotnosti a výšky. Mluví se o tzv. druhé tvarové proměně.

Pubertální změny: Primární změny se týkají změn hormonálních. Od osmi let se hladina hormonů zvyšuje. A potom asi o čtyři až pět let později se objevují sekundární pohlavní znaky.

Trend sekulární akcelerace: S rostoucí životní úrovní se v posledních letech urychluje dozrávání organismu. Každých deset let jsou viditelné posuny. Příklad takové akcelerace je typický pro menses. V roce 1897 dostávaly dívky první menses v patnácti až šestnácti letech. V roce 1938 už ve čtrnácti letech a v roce 1962 ve třinácti letech.

Kognitivní změny :

Adolescent prochází posledním stádiem vývoje myšlení. Prochází stádiem formálních operací, do něhož se dostává kolem jedenáctého až dvanáctého roku. V tomto období mluvíme o tzv. **hypoteticko – deduktivním myšlení**. Adolescenti již uvažují nezávisle na přítomnosti, vytvářejí si a testují si hypotézy.

Piaget udělal pro adolescenty pokus s kyvadlem. Chtěl, aby zformulovali hypotézy o tom, co může nejvíce ovlivnit rychlost závaží. Adolescenti pak museli brát v úvahu několik proměnných jako byla délka provázku, hmotnost závaží, síla použitá k puštění kyvadla. Malé

děti pouze odhadovaly, starší děti pracovaly pouze s dvěma proměnnými. Adolescenti již vytvářeli hypotézy o tom, co může nastat a brali v úvahu všechny proměnné.

Konsekvence abstraktního myšlení – adolescent si vytváří tzv. **imaginární obecnost** – má pocit, že je středem pozornosti, že jej všichni pozorují. Tím se také dá vysvětlit to, že adolescenti často tráví před zrcadlem, hodně se sledují a dbají o svůj vzhled jak nikdy jindy. Jsou také velice citliví na kritiku z okolí, především na veřejnosti. Například je pro ně trapas, když mají svetr naruby . „ Ježíš, to je trapas, všichni si toho museli všimnout a teď jsem jak cvok.“ Adolescenti mají pocit, že jsou jedineční. Například: „Nikdy nebudu jako moji rodiče, kteří žijí rutinně, stereotypně. Budu jiný, bez stereotypů!“ V myšlení adolescentů je typický **egocentrismus**. Adolescenti hledají chyby u autorit. To souvisí s tím, že vidí svět velice ideálně. To, že s autoritou nejsou spokojeni, dávají jasně a důrazně najevo. Je typická hádavost, **argumentování**. Adolescenti rádi slovíčkaří. Jsou orientováni často pouze na sebe. Připadají si pod jakousi magickou ochranou před nebezpečím. Například: „ To se mně v žádném případě nemůže stát, nikdo nebezpečný po městě nechodí, aspoň ne tam, kde jdu já.“ Adolescent nepocituje rozdíl mezi vyjadřováním ideálů a jeho splňováním. Například se účastní ekologické demonstraci proti skládkám a nebezpečným odpadům, ale sám během ní odhazuje odpadky jako třeba obal od zmrzliny na zem.

Adolescenti mají před sebou neskutečně mnoho možností, směrů, cílů, kterými se dát. Proto je u nich typická nerozhodnost. Tím, že přijmou jedno, se vydávají totiž druhého.

OBECNĚ: Myšlení je méně absolutní, více vztahové, přibývá vědomí různých rizik. Zvažování důsledků nabývá na významu. Důležité jsou prožitky, vztahy, zkušenosti.

Emocionalita:

Citové zážitky jsou již citlivě diferencovány. Zvyšuje se schopnost selektivně odpovídat na určité podněty. V časně adolescenci je častá emoční labilita, posun nálad k negativním rozladám. Ve střední a pozdní adolescenci tyto příznaky odeznívají. Adolescent by měl být už stabilní ve svém uvažování. Měl by nabýt pocit, že zvládne určité věci již sám a bez pomoci. Často ale překračuje běžný rámec reality. Má pocit, že zvládne vše. Například:“Půjdu do politiky, až tam budu, všechno změním k lepšímu“. Adolescent se nezabývá již vzhledem avlastním tělem, ale otázkami Jaký chci být?, Jaký jsem? .

Vztahy k rodičům:

Dříve se prosazoval zejména názor psychoanalytiků, že adolescence je období vybouření. V poslední době chápeme adolescenci jako období, kdy dochází ke změně stylu komunikace v rodině. Důležité je sebeprosazování. Vyjádřit svůj názor tak, aby jej přijali i rodiče. Stejně tak by měl prosazovat svoje hlediska i rodič. Už nejde o dominanci rodiče nad dítětem. Rodič by si měl uvědomit, že by své dospívající dítě měl chápat. A vzájemný kontakt už chápat jako rovnocenný vztah. Nejčastější příčiny sporů s rodiči je doba návratu domů, frekvence navštěvovaných akcí, sociální život, utrácení peněz, známky ve škole, oblékání. Rodiče ne vždy reagují optimálně a nemění způsob komunikace. Najednou se snaží zpřísnit kontrolu a to podporují jenom ještě větší problémy. Rodiče to dělají ze strachu ze ztráty dítěte.

Vztahy k vrstevníkům:

Ty musíme rozdělit na čistě vrstevnické a také už přátelské a partnerské. Tyto vztahy hrají v tomto období nezastupitelnou roli. Vrstevníci si navzájem poskytují názory, pocity, vzorce chování. Mají možnost testovat sebe sama. V tomto období se rychle střídají pozice soupeře a spoluhráče. Adolescent získává pocit vlastní autonomie.

B. Dunphy se zabýval **vývojem vrstevnických vztahů** a určil několik stádií vývoje :

1. V časně adolescenci vznikají malé skupinky tří až deseti členů, jsou neformální a se silnou vnitřní kohezí. Jsou dívčí nebo chlapecké.
2. Ve střední adolescenci se malé skupiny začínají setkávat ve větších skupinách a to na mejdanech, večírcích.
3. vznik prvních heterosexuálních vztahů. Skupiny se začínají rozpolcovat na dvojice.
4. Partnerské dvojice jsou základem pro vznik nových heterosexuálních malých skupinek.
5. Velké skupiny se rozpadají a malé setrvávají na bázi hlubšího přátelství mezi páry.

Dunphy shrnul vývoj takto: Vrstevnické skupiny slouží jako prostředek pro vývoj heterosexuálního chování.

Erotické vztahy: První fáze souvisí s uvědomováním si vlastní sexuality. První schůzky s erotickým obsahem jsou častější u dívek než u chlapců. Sexuální aktivita je provozována stále více ve dřívějších letech. Průměrný věk prvního pohlavního styku se stále snižuje.

Problematické chování:

Nové teorie netvrdí, že v adolescenci je typické problematické chování, přesto je to citlivé období pro vznik tzv. rizikového chování. Nejčastější oblasti rizikového chování je agrese, násilí, šikana, drogy. Zvyšuje se v tomto období delikvence.