

ADOLESCENCE

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 to nazýval: formální myšlení 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.

Emocionalita:

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 (v pozdním období) se nezabývá již vzhledem a vlastním 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 sebestrosazování. 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.