

PSA_019

Vývojová psychologie II

PS 2011

DOSPÍVÁNÍ: PUBESCENCE A ADOLESCENCE

VYMEZENÍ OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

- ✘ biologicky – první známky pohlavního zrání (objevení prvních sekundárních pohlavních znaků) a znatelnou akcelerací růstu, na druhé straně dovršením plné pohlavní zralosti (plné reprodukční schopnosti) a dokončení tělesného růstu
- ✘ psychicky – celková emoční labilita, nástup formálně abstraktního myšlení apod.
- ✘ sociálně – občanský průkaz, profesionální orientace apod.

DĚLENÍ OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

× Období pubescence 11 – 15 let

- + prepuberta 10 – 13 let: první známky pohlavního dospívání, obyčejně i vlnové zrychlení v růstové křivce, končí nástupem menarche u dívek, první emisí semene u chlapců
- + puberta 13 – 15 let: trvá do dosažení reprodukční schopnosti

× Období adolescence 15 - 20/22 let

- + postupně se dosahuje plné reprodukční zralosti a dokončuje se tělesný růst
- + tělesný růst není rovnoměrný „samá ruka a samá noha“, Zeller – „druhá proměna tělesné stavby“

VÝVOJOVÉ ÚKOLY V DOSPÍVÁNÍ DLE R. J. HAVIGHURSTA

Havighurst uvádí několik vývojových úkolů:

- × Přijetí vlastního těla, fyzických změn, včetně pohlavní zralosti a pohlavní role.
- × Kognitivní komplexnost, abstraktní myšlení, schopnost aplikovat intelektový potenciál v běžném životě.
- × Uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve vrstevnických vztazích, schopnost vytvářet a udržovat vztahy s vrstevníky obojího pohlaví.
- × Změna vztahu k dospělým, zejména rodičům, autonomie, případný respekt a tolerance.
- × Získání představy o ekonomické nezávislosti a směřování k určitým jistotám, volba povolání, profesní kvalifikace.
- × Získání zkušeností v erotickém vztahu, příprava na partnerství, rodinu.
- × Rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti.
- × Představa o budoucích prioritách a cílech, o stylu života.
- × Ujasnění hierarchie hodnot, reflexe stabilizace vlastního vztahu ke světu a životu.

TEORIE

✘ Adolescence jako bouře a konflikt

+ G. Stanley Hall

✘ Adolescence z pohledu psychoanalýzy

+ S. Freud

✘ Adolescence z pohledu psychosociální teorie

+ E. H. Erikson

✘ Adolescence jako proces učení, poznávání a přijímání rolí

TEORIE

- ✘ Adolescence jako konceptualizace vlastního životního prostoru
- ✘ Adolescence jako utváření vlastního vývoje
- ✘ Adolescence jako "druhé narození", resp. první obrat do nitra člověka/pubescenta

+ J. J. Rousseau

BIOLOGICKÉ ZMĚNY

Fáze pre-puberty (11-13 u dívek, trochu později u chlapců)

- ✗ zahájena prvními projevy sekundárních pohlavních znaků, růstovou vlnou
- ✗ k propuknutí puberty je potřeba určitá kritická hmotnost u dívek ⇒
- ✗ nástupem menarche / emisí semene prepuberta končí
- ✗ změny CNS - EEG – theta nebo sub-theta vlny ⇒ převaha alfa aktivity se ustavuje definitivně po 16. roce
- ✗ skutečná reprodukční zralost 1-2 roky po menarché, růst pohlavních orgánů až k 20. roku, u chlapců ještě po 20. roku růst testes
- ✗ pubescence ukončena skutečnou reprodukční schopností - spíše biologická rovina stabilizace

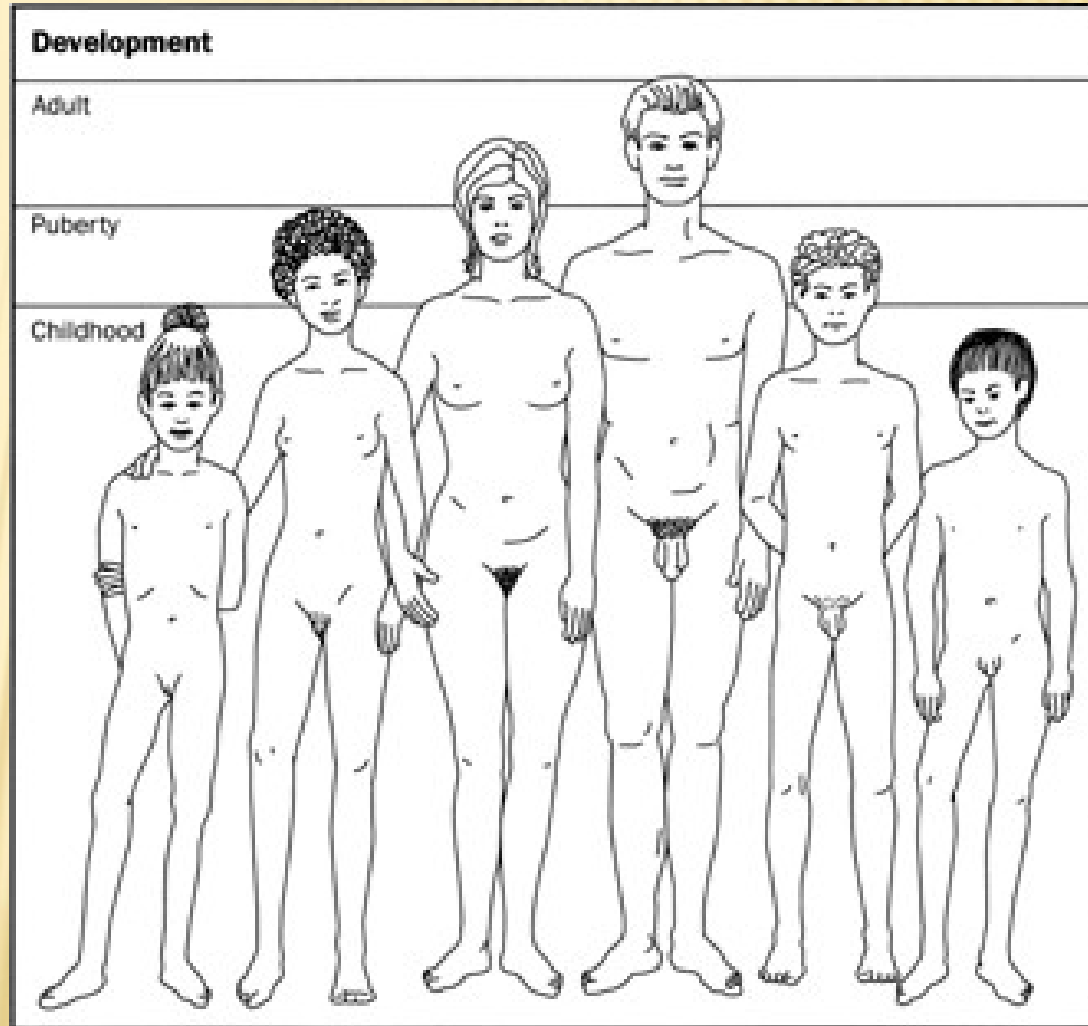
Adolescence (15-20/22let):

- ✗ psychická stabilizace
- ✗ terciální pohlavní znaky

BIOLOGICKÉ ZMĚNY

Tělesný růst a dispozice

- ✘ CH: 171cm v 15 letech –
178cm v 18 letech
- ✘ D: 164cm v 15 letech –
165cm v 18 letech
- ✘ Harmonizace proporcí –
dospělý vzhled – zřejmé
odlišení ženské a mužské
postavy
- ✘ Mutace – kolem 16. roku
- ✘ Zvýšená funkce kožních žláz
- ✘ Středem pozornosti tělo





**'AT YOUR AGE, TOMMY, A BOY'S BODY
GOES THROUGH CHANGES THAT ARE NOT
ALWAYS EASY TO UNDERSTAND'**

VÝVOJ ZÁKLADNÍCH SCHOPNOSTÍ A DOVEDNOSTÍ

- ✘ Vývojové moratorium – dítě odkládá přijetí role dospělého, uchyluje se k zájmům (někdy i nevhodným party, drogy) - někdy těžké odlišit vývojové moratorium od vývoje k poruše osobnosti
- ✘ Rozvoj motoriky – kladný vztah ke sportu
- ✘ Vnímání: rozvoj vizuálního, souvisí mnohem více s abstraktním myšlením; přesnost, diferencovanost
- ✘ Představy: méně živé, fantazírování - denní snění x zároveň se vytrácí eidetická představivost
- ✘ Pokračuje vývoj řeči – vytváří se větší slovní zásoba
- ✘ Učení na základě logických souvislostí na rozdíl od memorování

KOGNITIVNÍ VÝVOJ

- × Intelektové schopnosti se blíží maximálnímu výkonu (pružné a tvořivé myšlení)
- × Paměť: zvyšování kvantity i kvality informací uložených v dlouhodobé paměti + účinnější strategie, které usnadňují zapamatování
- × Pozornost: lepší exekutivní, vůlí řízená pozornost
- × Myšlení: postupné uvolňování se ze závislosti na konkrétní realitě – *formální operace*: „vyvozují se soudy o soudech, myslí se o myšlení“, schopnost uvažovat hypoteticky
- × tj.: 1) připouštějí variabilitu různých možností
+ 2) dokážou uvažovat systematictěji

EMOCE, MOTIVAČNÍ SLOŽKY

- × Období emoční lability, „období krizí a bouří“
- × Hormonální změna sama o sobě stimuluje změny - nárůst emočního zmatku
- × Emocionální reagování často méně přiměřené podnětu
- × Pubescence – negativismus, „fáze druhého vzdoru“
- × Citové prožitky intenzivní x spíše krátkodobé + proměnlivé
⇒ těžko předvídatelné
- × Změny vlastních pocitů překvapivé pro samotné nositele
- × Kolísání aktivační úrovně – intenzivní aktivitu střídá často apatie a nechut' k čemukoli
- × Emoční egocentrismus

EMOCE, MOTIVAČNÍ SLOŽKY

- ✘ Obtíže při koncentraci pozornosti spojené emoční nestálostí často ztěžují soustavné učení
- ✘ Nechuť ventilovat své prožitky navenek – ubývá dětinské citové bezprostřednosti a otevřenosti, obávají se nepochopení
- ✘ V příznivém případě největší labilita na počátku dospívání
- ✘ Ke konci adolescence – stabilizace emočního prožívání – podstatný vliv má i hormonální vyrovnávání
- ✘ Buduje se citová zralost
- ✘ Diferenciace pocitů a emocí

SOCIALIZACE

- ✘ Uvolňování závislosti na rodičích a navazování významnějších vztahů s vrstevníky
- ✘ Pro dospívání je klíčový proces osamostatňování a rozšiřování sociálních vztahů pro další vývoj a převzetí pozdějších základních rolí manželství a rodičovství
- ✘ Dospívání = období druhého sociálního narození
- ✘ 2 důležité sociální mezníky: profesionální zaměření + získání OP

SOCIALIZACE

- × **Emancipace od rodiny a vztahy k autoritám:** čím hlubší, jistější, méně konfliktní jsou vztahy, které dítě k rodičům navázalo, tím snáze probíhá i celý proces emancipace nutný pro osobní zrání
- × Opozice, vzdorovitost, negativismus - mají pozitivní funkce:
 - × člověk si hledá vztahy a místo ve společnosti
 - × trénink schopností
 - × vzpoura jako nutnost oddálit se od rodičů, zbavit se dětské závislosti a možnost růstu k novému zdravému vztahu (viz např. sociální porod dle Chvály, Trapkové)
- × V pozdější adolescenci – fáze stabilizace vztahu k rodičům

SOCIALIZACE

- ✘ **Vrstevnické skupiny:** opora pro vlastní individualitu, prostor pro sociální učení, referenční význam, příprava pro trvalé emoční vztahy v dospělosti
- ✘ Skupinová izosexuální fáze (skupiny z jedinců stejného pohlaví)
- ✘ Individuální izosexuální fáze (intimní párové přátelství-svěřování kamarádce)
- ✘ Heterosexuální fáze polygamní (první lásky)
- ✘ Zamilovanost (hlubší porozumění, trvalé vztahy)

LÁSKA A SEXUALITA

- × Intenzita – rozmanitost – štěstí i neštěstí – radost i smutek a zoufalství
- × Erotika vs. sex
- × Romantika vs. pornografie
- × Vývoj v celospolečenských postojích za uplynulých 100 let
- × Biologické vs. sociální „hodiny“
- × 1. sexuální zkušenost vs. začátek a další průběh sexuálního života
- × Polygamní sexualita a flirt
- × I přes první sexuální zkušenosti zůstává masturbace hlavním způsobem uspokojování
- × Homosexualita "z nouze", experimenty...
- × Vznik manželství z adolescentních vztahů (výhody/nevýhody?)

SOCIÁLNÍ KONFORMITA ADOLESCENTŮ

- × <http://www.youtube.com/watch?v=avskID7RIM8&feature=related>
- × http://www.youtube.com/watch?v=4YaG475m_no&feature=related
- × <http://www.youtube.com/watch?v=DUYhjXIC4qI&feature=related>

ZÁJMY, AKTIVITY, VOLNÝ ČAS

- × Zájmy se ustalují
- × Diskuze, disputace, rozhovory, popovídání si ...
- × Média – kniha ... PC ... hudba ... film
- × Tanec, sport, pohyb
- × Dramatizace – literární pokusy ... divadlo ... hudba ... fotografie (vs výtvarné umění) - možnost vžívání se do druhých
- × Sebevzdělávání, osobní růst a vývoj

MORÁLNÍ VÝVOJ

- ✘ Dle Kohlberga konvenční morálka s individuálním přesahem do poskonvenční fáze
 - + adolescenti si sami vybírají hodnoty, které rozhodují o tom, co je či není správné, k nimž chtějí být loajální, tendence svět vnímat černo-bíle, odmítání kompromisů – absolutismus, megalomanie, solidarita, stabilita vs. flexibilita, ideály vs. realizace, aktivita vs. lenost, statečnost vs. nalhávání si
 - + hodnoty utvořené v adolescenci tvoří základ pro morální hodnoty v dalším životě

POSTOJE, HODNOTY, SVĚTONÁZOR

- × Preference jednoznačných, zásadních a rychlých řešení, intenzivních a absolutních, vedoucích k jistotě
- × Dotváření vztahu k výkonu, nezkušenost kompenzována nadšením
- × Utváření životní orientace
- × Období filozofování až pseudofilozofování
- × Hledání světového názoru
- × Sklon k ideologiím

IDENTITA

× Kdo skutečně jsem?

- + identita a její utváření
- + Erikson – identita vs. konfuse rolí
- + k zamyšlení – podstata identity vs. zjednodušující pojetí:
- + <http://www.youtube.com/watch?v=BGD3krNEsJ4>

× Hledání identity:

4 fáze dle Josselsonové (1980)

- + fáze diferenciacce
- + fáze experimentace – cca 14-15 let
- + fáze postupné stabilizace: 15-16 let
- + fáze psychického osamostatnění – vytvoření vlastní identity

LABILITA OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ – PSYCHOPATOLOGIE

- × Deprese, sebevražedné jednání
- × Sebepoškozování
- × Rozvoj psychóz – hebefrenní schizofrenie
- × Poruchy chování
- × Závislost na návykových látkách
- × Poruchy příjmu potravy
- × Psychosomatická onemocnění - autonomie x závislost
- × Období druhého vzdoru

EMERGING ADULTHOOD

- × http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=prD3UHDQ-2M