

VÝVOJOVÁ PSYCHOLOGIE II (PSA_019)

STŘEDNÍ A POZDNÍ DOSPĚLOST



PSYCHOLOGIE DOSPĚLÉHO VĚKU

Ψ dospělého věku a stáří je dnes mnohem méně rozvinuta než Ψ dětství a dospívání

změny psychiky: od narození do pozdního stáří – 3 etapy:

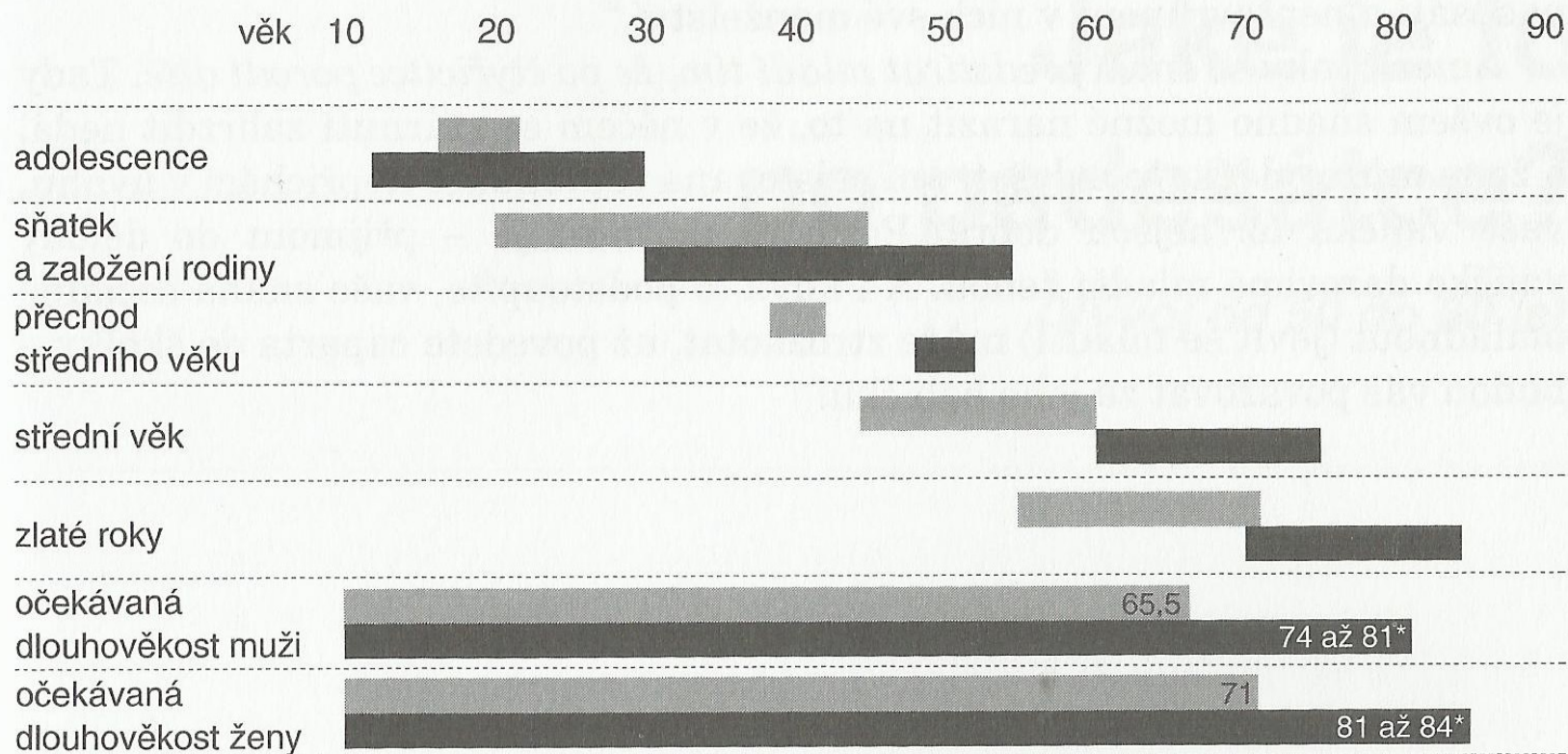
- ✘ dětství a dospívání – rychlé, zákonité a uspořádané změny, vedou k vyšší úrovni psychické organizace. EVOLUCE
- ✘ druhá etapa – psychické fce zůstávají cca na stejné úrovni
- ✘ třetí etapa – změny, které vedou k poklesu fcí - INVOLUCE, k dezorganizaci a končí smrtí

Vývoj není pro všechny psychické fce stejný

- ✘ různě se vyvíjí, v různé době dosahují maxima, pokles není jednotný, neprobíhá stejně rychle
- ✘ růst i pokles psychických fcí je podmíněn biologickými, psychologickými a sociálními determinantami

Obr. 11.4 Desetiletý posun životních etap v USA podle Sheehyové

Srovnání životních období v padesátých (■) a devadesátých (■) letech.



Zdroj: Zprávy o současné populaci, Ministerstvo obchodu USA Věkové údaje jsou přibližné.

* Vyšší číslo udává průměrný očekávaný věk pro ty, kteří dosáhli 65 let.

DĚLENÍ OBDOBÍ DOSPĚLOSTI

- ✘ Střední dospělost – 35 - 45let, „životní poledne“
- ✘ Pozdní dospělost – 45 – 60 let, „životní odpoledne“, druhý dech, presenium

VYMEZENÍ OBDOBÍ STŘEDNÍ DOSPĚLOSTI

- ✘ biologicky – od vrcholu sil k jejich prvnímu citelnému úbytku; u žen znatelnější úbytek atraktivity než u mužů (matka vs. dcera); období prvních vrásek
- ✘ psychicky – období individuace (C.G.Jung), tzn. obrat do svého nitra a vyhraňování osobnosti; krize středního věku – bilancování dosavadního života a úvahy o budoucnosti
- ✘ sociálně – v životě pevně usazen, miluje a pracuje naplno; s krizí se pojí i mimomanželské vztahy

KRIZE STŘEDNÍHO VĚKU

Kritickou vývojovou fází bývá u některých jedinců **období kolem 40 let**, které se pojí s **tzv. krizí středního věku** (nebo též krize životního středu). V této době se člověk ohlíží zpět a hodnotí svůj dosavadní život; zároveň si reálně připouští, že konec života není už tak v nedohlednu, jak to vnímal dříve. Někteří lidé pak mají tendenci dohánět to, o čem **se domnívají, že mají poslední šanci prožít právě teď**. Tato snaha má zpravidla formu dokazování si, že to s dotyčným jedincem není ještě tak zlé (výměna partnera nebo střídání partnerů, různé extravagantní úpravy zevnějšku, intenzivní sportování, hubnutí apod.).

Tato krize někdy splývá s problematickým obdobím **klimakteria** (menopauza), které u žen nastupuje kolem 45. roku a u mužů (andropauza) asi o pět let později. Klimakterium je provázeno hormonálními změnami a prvními citelnějšími ohlasy blížícího se stáří.

KULT MLÁDÍ VS. HONORÉ DE BALZAC

- ✘ *"Fyziognomie žen se začíná teprve po třicítce. Až po tu dobu malíř nachází na jejich obličejích jen růžovou a bělobu, jen úsměv a výraz, jenž opakuje jedinou myšlenku na mládí a lásku - myšlenku tak jednotvárnou a nehlubokou. Ale ve stáří u ženy všechno promlouvá: na jejím obličejích se vryly vášně; byla milenkou, manželkou, matkou; trýznily jí nejprudší pocity radosti a žalu, ty nakonec zkřivily její rysy a zbrázdily tvář tisíci vráskami, které mluví jedinou řečí; hlava ženy se pak stává obrazem až hrozivě vznešeným, krásným svou melancholií, skvělým svým klidem..." (in Říčan, 2004, str. 280)*

VYMEZENÍ OBDOBÍ POZDNÍ DOSPĚLOSTI

- ✘ **biologicky** – ubývání fyzické síly, tělesného zdraví i tělesné atraktivity. Horší se smyslové funkce; menopauza, andropauza; hladina hormonů u obou pohlaví se začíná vyrovnávat; Hormonální aktivita **v klimakteriu** má za následek také nadměrnou dráždivost, neklid, výkyvy nálad a citovou zranitelnost. Ke všem těmto faktorům se v některých případech přidává ještě další komplikující skutečnost - v době, kdy dospělí bilancují svoji první polovinu života, zpravidla procházejí jejich potomci náročnou etapou dospívání. **Prožívání** tohoto období je však každopádně **velmi individuální**, někdo je krizí zasažen velmi dramaticky a u někoho proběhne naprosto nepozorovaně.
„Vidím dospívat a rozvíjet se své děti, umírat své rodiče... Kde jsem já?“

VYMEZENÍ OBDOBÍ POZDNÍ DOSPĚLOSTI

- ✘ **psychicky** – klidnější, „nikam se nežene“; rozvoj postformálního myšlení (vliv životní zkušenosti) – nejprve se nemění schopnosti, ale aktuální výkon;
- ✘ fluidní vs. krystalická inteligence;
- ✘ hodnocení vlastní profese vzhledem k identitě;

VYMEZENÍ OBDOBÍ POZDNÍ DOSPĚLOSTI

- ✘ **sociálně** – v rodině častá emancipace a aktivita žen, u mužů příklon k rodině
- ✘ fáze „prázdného“ (x přecpaného) hnízda,
- ✘ role prarodičů, role pečovatele o vlastní rodiče;
- ✘ partneři se navzájem neidealizují, vzájemná akceptace

VÝVOJOVÉ ÚKOLY V OBDOBÍ DOSPĚLOSTI DLE R. J. HAVIGHURSTA

- ✘ pomoci dospívajícím, aby se stávali odpovědnými jedinci
- ✘ dosáhnout dospělé sociální a občanské odpovědnosti
- ✘ udržení uspokojivé výkonnosti ve vlastní profesi
- ✘ rozvinutí aktivit volného času
- ✘ plně rozvinout vztahy k manželskému partnerovi jako osobnosti
- ✘ přijmout fyziologické změny středního věku a adaptovat se na ně
- ✘ přizpůsobit se stárnoucím rodičům

(cit. dle Švancara)

VÝVOJOVÉ ÚKOLY

Eriksonův pohled na střední dospělost:

- ✘ **Intimita vs Izolace** (partnerství)
- **Generativa vs Stagnace** (pečovat a být pečován)

DOSAŽENÍ ZRALOSTI

Jedno z kritérií dospělosti. Po dokončení dospívání přejetí plné odpovědnosti osobní i občanské, ekonomická nezávislost, legalizovaný vztah k partnerovi, odpovědnost ve výchově dětí, přizpůsobení se stárnoucím rodičům.

Bühlerová - věk naplnění základních životních tendencí.

Maslow – zralost vidí v seberealizaci, rozvinutí nejlepších os. tendencí

Nikdo nikdy nesplní všechna kriteria, jde spíš o **ideál**.

Znaky zralosti: překonání rozporů dětství a dospívání, nezávislost na rodičích, schopnost hlubokého a trvalého vztahu s partnerem, být autentický, sám sebou, dle Freuda: má umět „milovat a pracovat“.

SHRNUTÍ

Časná dospělost: upevnění identity dospělého, identifikace s rolemi, upřesnění os. cílů, nezávislost na rodičích, zakládání rodiny

Střední dospělost I: další upevnění identity, vrchol produktivity, posílení odpovědnosti v rolích dospělého, výchova dětí

Krise středního věku II: zproblematizování vlastní identity, otázky po vlastní smrtelnosti, nespokojenost v manželství (někdy), nespokojenost s dosaženými výsledky v povolání

Střední dospělost III: nová integrace osobnosti, příprava na odchod dětí z domu, nové potvrzení manželského vztahu, vypětí v povolání před blížícím se důchodem

STŘEDNÍ DOSPĚLOST TEMATICKY

- ✘ **manželství:** manželství bývá charakterizováno jako stereotyp, kompromis, ztráta ideálu, někdy rezignace. Zralý člověk nehledá věčný ideál a smiřuje se s proměnou vztahu. V rámci krize středního věku dochází k bilancování, obratu do vlastního nitra, to mění i vztah k partnerovi; období **2. manželské krize** (únik ze stereotypu, touha po hlubší intimitě) + Satirová: skupinová vývojová krize
- ✘ **vztah k práci:** postoje k práci muži vs. ženy; koncentrace na úspěch se postupně mění ve smysluplnost a užitečnost, honba se s věkem mění v preferenci klidu a pohodlí

STŘEDNÍ DOSPĚLOST TEMATICKY

- ✘ **vztah k dětem:** „*hádáme se hlavně kvůli dětem*“ – v tomto období jsou děti adolescenty, časté mezigenerační konflikty; nutnost změnit pečovatelský postoj k více symetrickému; jsou signálem vlastního stárnutí
- ✘ **vztah k rodičům:** vztah nabývá asymetrie, poprvé mají nad rodiči „navrch“, přebírání rozhodování

POZDNÍ DOSPĚLOST TEMATICKY

- × **manželství:** prázdné hnízdo – partneři se ocitají znovu sami, hledají novou rovnováhu. Zvyšuje se spokojenost v manželství; je více přátelstvím než heterosexuálním vztahem
- × **vztah k práci:** zhodnocování dosavadní práce a pomalé uzavírání kariéry; profese intelektuální vs. fyzická; zhodnocení profese významně ovlivňuje celkové sebehodnocení člověka



"Noreen's having a tough time coping with the empty nest syndrome."

Minnie Pautz....™



POZDNÍ DOSPĚLOST TEMATICKY

- ✘ **vztah k dětem:** vztah je symetrický, což většinou bývá potvrzeno rodičovskou rolí vlastního dítěte
- ✘ **vztah k rodičům:** asymetrický, pečovatelský; vztahy bývají klidné, stabilizované – svůj život/dětství jsme schopni nyní nahlížet jinak (zkušenost s vlastním rodičovstvím); nutnost zaujmout láskyplný „pečovatelský postoj“ – to lze pouze při vyrovnání se s rodiči a vlastním dětstvím (nový film **Strom života**); vztah bývá zatížen změnou psychiky starých lidí (vyhrocení potlačovaných osobnostních rysů, negativní emoce, počátek demence)

Tab. 11.1

Věk partnerů, s nimiž vstupují do manželství čeští muži a ženy ve věku 40-45 let (Čísla v tabulce jsou procenta případů.)

Věk	do 20	20-25	25-30	30-35	35-40	40-45	45-50	50-55	55-60	60+	Počet případů
Věk nevěsty: 40-45 let	0,0	0,8	3,8	7,3	14,5	23,8	25,5	16,0	5,3	2,9	1699
Věk ženicha: 40-45 let	0,8	7,5	19,6	19,3	20,9	18,1	9,4	3,2	1,0	0,2	2234