

Dospívání



Vymezení vývojové etapy



- Období bouří, konfliktů, stresů
- Úkoly: dostat požadavkům společnosti, podřít se normám chování, stát se nezávislým na rodičích, vyrovnat se s biologickými a hormonálními změnami, zvládnout emoční rozkolísanost
- Výrazné změny ve fyzickém i psychickém vývoji
- Období druhé strukturální přeměny
- Rozdílná akcelerace – z hlediska pohlaví i individuálně - proměnlivost nástupu dospívání i rychlosti průběhu změn
- Sekulární akcelerace (rychlejší vývoj a růst dětí)
- Dělení:
 - a) Puberta a adolescence
 - b) Prepuberta (10/11-12,5/13), puberta (12,5/13-16/17) a adolescence (16/17-19/21)

Prepuberta



- 10/11-12,5/13
- Období bouřlivějších změn
- Období vytáhlosti (intenzivní růst končetin a trupu, chlapci až o 22 cm)
- Endokrinní změny, produkce pohlavních hormonů
- Druhotné pohlavní znaky – výrazné intersexuální rozdíly
- působení sexuálního pudu (intenzivní, nerovnoměrné), potřeba uvolnění (masturbace) x zábrany, kontrola – snazší zvládnutí u dívek
- Nerovnoměrnost psychického a fyzického vývoje – potíže, rozkolísanost v chování, labilita citů, časté střídání nálad (agresivita, hluchost x nezáměr, apatie)

Vývoj motoriky a poznávacích procesů



- Nerovnoměrnost psychického a fyzického vývoje
- Přechodná neobratnost, nekoordinovanost pohybů (chlapci); křečovitost, zhoršení fyzické výkonnosti, unavitelnost, apatie
- Poznávací procesy:
 - Vnímání – dokonalejší, přesnější rozlišení, ale nesoustředěnost, zhoršená registrace podnětů
 - Fantazie – denní snění, ideální představy o sobě; obecnější představy
 - Myšlení - změny, přechod k formálním operacím, počátek abstraktního myšlení; nové způsoby řešení problémů; schopnost operovat s výroky mimo reálnou zkušenost; hypoteticko deduktivní usuzování, logické závěry
 - Logická paměť
 - Genderové rozdíly (verbální projevy x početní a prostorové problémy)

Emocionální a sociální vývoj



- **Emoce**
 - Významné kvalitativní a kvantitativní změny, výrazný projev
 - Labilita/proměnlivost citů
 - Výbušnost, přecitlivělost x necitelnost, hrubost (maska?)
 - Citlivost vůči nespravedlnosti, kritice
 - Proměna citů k sobě, nespokojenost, introverze; nižší sebedůvěra
- **Sociální vztahy**
 - Osamostatňování od rodiny, vyžadují racionální CH rodičů
 - Sociální vakuum (nejsou již dětmi, ani dospělí)
 - Více kontaktů s vrstevníky, vazby nejsou pevné, podle zájmů;
 - První party
 - Skupiny chlapecké a dívčí, kontakty s opačným pohlavím sporadické, averzivní

Puberta



- 12,5 (13) – 16 (17)
- Vyrovnává se rozpor mezi tělesným a psychickým vývojem, zpomalení fyzického růstu
- Období pohlavního dozrávání (biologicky zralý jedinec schopný sexuální reprodukce)
- Období krizí, vzdoru, konfliktů – míra závisí na přístupu rodičů a dospělých autorit
- Citlivý akceptující přístup bez ponižování

Vývoj motoriky a poznávacích procesů



- **Motorika**

- Vyvažování tělesných proporcí, svalstvo mohutní, váha mozku se ustaluje, dospělé proporce
- Zlepšení pohybové koordinace, mizí klátivost, neohrabanost (chlapci)

- **Poznávací procesy**

- Zpřesňování vnímání (přechodně zhoršení – chlapci – mutace)
- Logická paměť, intelektuální zájmy
- Fantazijní produkce – nápaditost, originalita, denní snění, sexuálně erotické zabarvení
- Myšlení – schopnost abstrakce, formální operace, hypotetické usuzování na úrovni dospělých (vývoj IQ konec kolem 16. r.)
- Racionalismus a radikalismus v hodnocení, unáhlenost, generalizace, nechuť ke kompromisu; přebírání a proměnlivost názorů, postojů

Emocionální a sociální vývoj



- Zmírňuje se emoční labilita, pozitivnější ladění
- Sociální city – uvolnění od rodičů (odmítají jejich citové projevy, rozkolísanost (úcta, obdiv x lhostejnost, nenávisť)
- Potřeba citového sblížení – kamarád, přítel
- Sbližování chlapců a dívek (škádlení, koketování, první lásky, erotické, ke konci období i sexuální vztahy
- City k sobě – sebekritika, přecitlivělost na kritiku vůči své osobě; někdy se projeví opačně – narcismus
- Rozvoj vyšších citů
- Snaha po nezávislosti – uplatnit vlastní názor, volbu, napodobování „dospělého“ CH (kouření, alkohol...)
- Snaha o názorové odlišení od autorit (distanc, nezájem)
- Navazování nových kontaktů, uniformita v oblékání, CH, názorech
- Začlenění do party – někdy přeceňují její význam (nezralost)

Adolescence



- konec dětství – počátek dospělosti (16/17 – 18/20(?))
 - Kritéria vstupu do dospělosti – právní odpovědnost, finanční, prostorová nezávislost
- Hlavní vývojové úkoly:
 - Vytvořit si pocit vlastní identity
 - Přijmout normy společnosti
 - Zvnitřnění morálních principů společnosti
 - Vytvořit vědomí vlastní hodnoty
 - Být nezávislým na rodičích
 - Vytvářet partnerské vztahy

Kognitivní vývoj



- Kritický realismus přetrvává – přezkoumávání poznatků
- Radikalismus a nekompromisnost
 - Jednostranné chápání světa, zjednodušené závěry, radikální prosazování názorů
 - Nepředvídá důsledky CH, odvážný, riskuje
 - Metakognice; kognitivní úroveň vysoká, závislost na prostředí
 - Systematizace poznatků
 - Introspekce (stažení do sebe, „nezájem“ o vnější faktory)
 - Tvorba hodnotového systému
 - Tvorba vlastních názorů, schopný je měnit na základě argumentů, nesnáší autoritativní vnucování názorů

Utváření pocitu vlastní identity



- Kdo jsem, kam jdu, co umím, jak mne vidí okolí?
- Experimentace s rolemi, zkouší různé způsoby chování, ověřuje si reakce okolí, fixuje úspěšné, posilující jeho sebehodnocení – typičnost reakcí
- Možné čtyři statusy identity (není trvalý rys osobnosti):
 - Dosažená identita – prošel krizí „I“, přehodnotil názory, přijímání názorů na základě vlastní aktivity, rozhodnutí
 - Přejatá identita – neprošel krizí „I“, přejímá názory od druhých
 - Moratorium (odložení, prodloužení) – v průběhu krize „I“ hledá, zaujímá různé názory, mění
 - Difuze – neintegrováný pocit ze sebe, infantilní, nevyzrálí, nevyrovnaní, nejsou aktivní v zaujímání názorů

Získávání nezávislosti



- Přejechod od závislosti k nezávislosti nejasný, bez rituálů
- Střet tendence k nezávislosti x pokračující závislosti
- Zkouší být dospělý, ale je váhavý, nedostatečně kompetentní
- Nezávislost v rozhodování – vliv dosavadní výchovy, vztahy v rodině (autoritativní rodiče – potlačení nezávislosti, podceňování schopnosti být samostatný)
- Sociální tlak na nezávislost výraznější u chlapců
- Zvnitřňování morálních principů, přijetí sociálních norem

Sociální vývoj



- Období extraverze
- Potřeba sdužování do skupin – pomáhá sebeoceňování; rituály, skupinová konformita; obrana skupiny
- Dívky větší závislost na rodičích (nebezpečí potíží při navazování partnerských aj. vztahů)
- Navazování erotických vztahů- první lásky, zklamání, nekritické hodnocení partnera, neuvážlivost jednání;
- Profesní orientace, volba povolání – většinou nevyhraněné profesní zájmy, vliv rodičů; tlak na profesní volbu vyšší u chlapců

Děkuji za pozornost

