Etapy ontogenetického vývoje

Prenatální období

- Od oplození vajíčka po narození dítěte (40 týdnů)
- Formování vzájemného vztahu dítěte a rodičů
- Fáze prenatálního období:
  - blastemové - 0-3 týdny
  - embryonální - 3. -12. týden – období nejcitlivější na škodlivé vlivy – fetální alkoholový syndrom (porod dítěte s tělesným či psychickým postižením v důsledku nedměrného požívání alkoholu v těhotenství
  - fetální – 12. – 40. týden – končí porodem

Perinatální období (porod)

- 38 -42 týden těhotenství, 3300-3400 g, 50 cm
- Významný mezník, zásadní změna podmínek pro dítě, zátěžová situace
- Změna přístupu k porodu na konci 20. stol.:
- Zaměření na péči o matku: Nikolajev, Lamaze (eliminace strachu, relaxace, uvědomění si těla, překonávání bolesti, rytmické dýchání); M. Odent, S. Kitzingerová (šetrnost, porod pod vodou; matka – aktivní účastník, možnost výběru místa a způsobu porodu)
- Zaměření na dítě - Frederick Leboyer (stres ze sucha, změny teploty, hluku, gravitace – odstranit tlumením světla, málo osob, ticho, na břicho matky, porod do vody, přestřižení pupečníku po zástavě pulzace)
- Další aspekty: přítomnost otce u porodu, „dula“, rooming-in

Novorozenecké období

- 0-6 týdnů (po první sociální úsměv), období adaptace na nové prostředí
- Vývoj některých orgánů není ukončen (játra, ledviny, CNS)
- Behaviorální stavy: hluboký/lehký spánek (18-22 hod), klidný/aktivní bdělý stav, pláč
- Vývoj motoriky tzv. cefalokaudálním směrem, nahodilost pohybů
- Vybaven nepodmíněnými reflexy: potravové, orgánové, obranné aj.
- Další vývoj poznávacích procesů
- Emoční prožitky komplexní charakter, temperamentové odlišnosti
- Důležitost primárních vztahů matka-dítě

Kojenecké období - základní charakteristika

- Období od 6. týdne po dosažení 1. roku
- Rychlý růst (75 cm, 10-11 kg, růst trupu a končetin)
- Postupné ovládání těla, schopnost lidské lokomoce, uchopování předmětů, první slova, diferenciace osob
- Rozvoj motoriky – vypnutí páteře, zvedání hlavičky, opírání o předloktí, experimentace s prsty, hračkou
- Navazování vztahů
- Zdárný vývoj je zajištěn, pokud jsou optimálně uspokojovány základní psychické potřeby
- Věková pásma: 3., 6., 9. a 12. měsíc

Vývoj motoriky v kojeneckém období

- 3. měsíc – v poloze na břiše udrží zvednutou hlavu, s oporou o předloktí; nedokáže uchopovat předměty
- 6. měsíc – spontánní přitahování do sedu, sedí s oporou, převrací se z břicha na záda; uchopuje hrabavým dlaňovým způsobem, oběma rukama

Mezi 6. a 9. měsícem – příprava na lezení – staví se na dlaně a kolena/plosky nohou; předává věci z jedné ruky do druhé

- 9. měsíc – leze po čtyřech, samo se posadí, sedí bez opory, staví se k nábytku; klešťový úchop, vyhazuje věci
- 12. měsíc – chodí za ruku, s oporou, samostatná chůze na konci 12. měsíce nebo později; manipulace s předměty

Vývoj řeči, poznávacích procesů, emocí a sociálních vztahů v kojeneckém období

- Poznávací procesy – zlepšuje se diferenciace podnětů, myšlení vázáno na konkrétní činnost
- Řeč:
  - 3. měsíc: - *broukání* (samohlásky – a, o…); reakce matky podmiňuje intenzitu broukání
  - 6. m. - *žvatlání* (tvorba souhlásek, slabik), záměrné hlasové projevy – očekávané reakce okolí, základ sociálních vztahů
  - Mezi 6.-9.m. – zvýšená potřeba osobních kontaktů, oslovování, opakování žvatlání – podporuje řečovou aktivitu dítěte
  - 9.m. – porozumění jednoduchým výzvám (paci-paci, tak-tak, pá-pá) – *pasivní řeč*, aktivní řeč není rozvinuta, v 1. roce jen 2-3 slova; zvládá jednoduché hříčky (berany-duc…) – upevňování sociálních kontaktů
- Emoce – organické, obsahové, sociální – vázány na konkrétní osobu
- Sociální vývoj: důležité vytvoření pevné a bezpečné vazby s matkou, pečující osobou (attachment)

Období batolete - základní charakteristika

- Období 2. roku (mladší batole), 3. roku (starší batole)
- Růstové tempo se zpomaluje (za 2 roky asi o 18 cm, 4 kg, tj. tříleté asi 95 cm, 15 kg)
- Zvýšení aktivity, snížení potřeby spánku (12-13 h ve 3.r.), jeden odpolední spánek (individuální rozdíly)
- Vzrůstá potřeba osamostatňování, objevování
- Postupný nácvik sebeobsluhy a osobní hygieny
- Rozvoj motoriky, poznávacích procesů, řeči

Vývoj motoriky

- Hrubá motorika
  - 2. rok: samostatná chůze, udržuje rovnováhu, překonávání terénních nerovností, chůze po schodech; nošení věcí
  - 3. rok: běhání, „tančení“, napodobování pohybů (zajíček, medvěd, čáp); chytání míče, jízda na tříkolce, odrážedle …
- Jemná motorika
  - 2. rok: rozvoj koordinace oko-ruka, stavění kostek (věž),
  - 3. rok: navlékání korálků, listování, poznávání předmětů poslepu, sebeobslužné úkony (oblékání, jídlo lžičkou, umývání rukou…); čmárání, „malování“

Vývoj poznávacích procesů, řeči, emocí, sociální vývoj v batolecím období

- Poznávací procesy – zdokonalování vnímání, paměť i pozornost bezděčná, myšlení předpojmové
- Řeč:
  - Mladší batole: 20-30 výrazů, jednoslovná řeč (*máma*)
  - První ptací období: *„Co je to? Kdo je to? “* (18.-24. měsíc)
  - Kolem 2.r. - dvouslovné věty, telegrafická kvalita, spojení důležitých slov (táta práce, Ani boty, haf pá); 300 slov; krátké věty, gramatické chyby, špatná výslovnost
  - Kolem 3.r. – přes 1300 slov; schopno rozhovoru, porozumění říkankám, jednoduchým pohádkám
  - Druhé ptací období: *„Proč? Jak?“ (koncem 3.r.)* – objasňování příčinných souvislostí a vztahů
- Emoce – intenzivní, strach z neskutečného, separační reakce
- Sociální vývoj – vztah s vrstevníky, sebeuvědomění, první vzdor

Předškolní věk - základní charakteristika

- Období od 3 do 6 let;
- Mezníky tělesného a sociálního vývoje (1. vzdor – 1. strukturální přeměna; vstup do MŠ – vstup do ZŠ)
- Změna tělesné konstituce – nastává období vytáhlosti (růst končetin), osifikace kostí (i zápěstí);
- Počátek výměny dentice v 6 letech
- Rozvoj motoriky, poznávacích procesů, řeči
- Sociální rozvoj – potřeba kontaktů s vrstevníky
- Hra = základní činnost

Psychomotorický vývoj

- Hrubá motorika
  - Automatizovaná chůze, nerovnosti, skákání, běhání
  - Koordinace pohybů, koloběžka, kolo, lyžování, plavání
- Jemná motorika
  - Manuální zručnost – tužka, nůžky, příbor, míčové hry
  - Kresba, malování; vyhraněná lateralita
- Poznávací procesy
  - Diferenciace vnímání, počátek úmyslné pozornosti, slovně logické paměti; záměna reality a fantazie, myšlení názorné, intuitivní
- Emoce a sociální vztahy
  - Radost, smysl pro humor, strach z fantastických objektů, vyšší city
  - Vztah s vrstevníky – vyžadován, prostředek socializace; HRA

Vývoj dětské kresby

- Kresba odráží úroveň psychického vývoje, vypovídá o přáních, obavách, představách; vychází z vnitřní potřeby dítěte (+ nápodoba + uposlechnutí výzvy)
- Vývojová stadia dětské kresby:
  - Črtací experimentace - 2.r.,bezobsažná, nekoordinovaná, bez plánu, paže, ruka; radostný zážitek
  - Prvotního obrazu -3.r., koordinace, čáry, klikyháky, význam, opakuje
  - Lineárního náčrtu – 4.r., podoba, hlavní znaky, cíl, téma, subjektivní
  - Realistické kresby – 5-6. r., podle fantazie i skutečnosti, detaily, plošné
  - Naturalistické kresby – po 10. r. , pohyb, dimenze objemu, perspektiva…
- Kresba lidské postavy - oblíbené, ovál, kříž, hlavonožec, montovaná kresba, později integrovaná; v 5 letech nesprávné proporce, 6 let - detaily
- http://slideplayer.cz/slide/2804512/
- Význam a využití dětské kresby - diagnostika, důležité hodnotit i proces; kresba = prostředek komunikace, navázání kontaktu; projektivní přístup

Zvláštnosti dětské psychiky

- Soulad mezi prožíváním a chováním – jak co cítí, tak se chová, nepředstírá, vezme si a řekne co chce
- Sugestibilita – ovlivnitelný, pláč, smích, hodnocení světa i sebe
- Labilita prožívání a chování – střídání nálad, kamarádů; pozornost kolísá
- Egocentrismus – orientace na sebe, žárlivost, vyžaduje pozornost
- Negativismus – neadekvátní odmítání – jít do MŠ, jíst, spát, procházku …
- Eidetismus – živé, jasné představy, obtížně odlišuje od skutečnosti, bájivost, vymýšlí si, mizí u ml. školáka
- Personifikace – zvíře či věc vnímá s lidskými vlastnostmi,
- Synkretismus – celostnost prožívání a jednání, prolínání všech ps. jevů
- Konkretismus – myšlení vázáno na konkrétní jevy (padla mi do oka)
- Prezentismus – vnímání času – žije přítomností („zítra jsem byl…“ , „někdy zemřu – asi tak za 3 dny“
- Topismus – vnímání prostoru; pojmy město, vesnice, země – nejasné, cizí

Školní zralost -vymezení pojmu

- Děti stejného věku (6 let) po stránce fyzické i psychické jsou nestejně rozvinuty
- Takový stupeň vývoje tělesných i duševních schopností a dovedností dítěte, který je nutným předpokladem úspěšného zvládnutí školních požadavků
- Komplexní jev, determinován vnějšími i vnitřními faktory
- „Školní zralost“- charakteristiky dané biologicky
- „Školní připravenost „ - charakteristiky dané sociálně
- Důsledky nezralosti a nepřipravenosti při vstupu do školy:
  - Adaptační potíže
  - Neschopnost zvládnout požadavky – zátěž
  - Neklid, únava, podrážděnost, negativní sebehodnocení, obtíže se sociálním začleněním, riziko pro duševní i fyzické zdraví
  - Kritéria školní zralosti: tělesná, kognitivní, emoční a sociální
- Depistáž školsky nezralých dětí – odklad + odstraňování nedostatků
- Nevhodnost zbytečných odkladů školní docházky;

Mladší školní věk - základní charakteristika

- Období od 6-7 do 10-11 let; raný školní věk (6-8), střední školní věk (8-11/12);
- Mezníky : ukončení 1. strukturální přeměny, vstup do ZŠ po první známky pohlavního dospívání
- Období latence (pudová energie v klidu), extraverze
- Vývoj plynulý bez zvratů, pokrok ve všech dimenzích; nejstabilnější úsek v dětském vývoji
- Období střízlivého realismu (svět, jaký je, chce jej pochopit); naivní realismus (závislost na autoritě), později kritický realismus (kritičtější postoj k autoritě)
- Období snaživosti a iniciativy; píle, pracovitost; svoji hodnotu si potvrzuje především na základě výkonu; chce dosáhnout pocitu kompetence, sebevědomí x komplexy méněcennosti,

Dospívání - vymezení vývojové etapy

- Období bouří, konfliktů, stresů
- Úkoly: dostát požadavkům společnosti, podřídit 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 zvládání u dívek
- Nerovnoměrnost psychického a fyzického vývoje – potíže, přechodná neobratnost (chlapci), rozkolísanost v chování, labilita citů, časté střídání nálad (agresivita, hlučnost x nezájem, apatie), proměna citů k sobě (nižší sebedůvěra); denní snění
- Myšlení – přechod k formálním operacím, abstraktnímu myšlení
- Více kontaktů s vrstevníky, skupiny chlapecké a dívčí

Puberta

- 12,5 (13) – 16 (17)
- Vyrovnává se rozpor mezi tělesným a psychickým vývojem, zpomalení fyzického růstu, dospělé proporce, zlepšení pohybové koordinace
- Období pohlavního dozrávání (biologicky zralý jedinec schopný sexuální reprodukce); sbližování chlapců a dívek; denní snění;
- Hypotetické usuzování na úrovni dospělých; racionalismus a radikalismus v hodnocení, unáhlenost, odmítání kompromisů
- Období krizí, vzdoru, konfliktů –závisí na přístupu rodičů a dospělých autorit; citlivý akceptující přístup bez ponižování
- Snaha po nezávislosti, názorové odlišení od autorit
- Začlenění do party – přeceňují její význam

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; vědomí vlastní hodnoty
  - Přijetí norem, zvnitřnění morálních principů společnosti
  - Tvorba hodnotového systému, vlastních názorů, černobílé vidění světa, radikální prosazování názorů, riskování
  - Být nezávislým na rodičích (tendence k nezávislosti, ale závislost pokračuje)
  - Vytvářet partnerské vztahy
- Potřeba sdružování do skupin (pomáhá sebeoceňování)
- Profesní orientace (vliv rodičů)

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 – neintegrovaný pocit ze sebe, infantilní, nevyzrálí, nevyrovnaní, nejsou aktivní v zaujímání názorů

Dospělost - vymezení vývojové etapy

- Etapa nejvyšší zralosti,
- Dosažení vrcholu tvůrčích sil, samostatnosti (vlastní domov, rodina, citová vyrovnanost, sociální zralost)
- 30. rok – vyšší stupeň psychických a sociálních dovedností x počínající involuce
- Periodizace období dospělosti:
  - Mladší dospělost (mecítma) – 19-30
  - Střední dospělost (adultium) – 30-45
  - Starší dospělost (interevium) – 45-60

Tělesné a psychické změny v dospělosti

- Vrchol tělesné výkonnosti – raná (střední) dospělost
- Involuční změny interevia:
  - Tělesná výška, hmotnost; kůže, vlasy, senzorické změny
  - Zdravotní problémy – karcinom, krevní oběh
  - Klimakterium – změny fyziologické a psychické (návaly, hučení v uších, nevolnost, dráždivost, nesoustředěnost, neklid, úzkost…) po odeznění klimakteria – vyrovnanost
  - Zpomalení tempa, řeč klidnější
  - Vrcholné období rozumové činnosti – střední dospělost, profese centrální význam
  - Interevium - zhoršování paměti, pozornosti x emoční zralost, stabilita, sociální postavení, láska ke třetí generaci x generační konflikty

Mladší dospělost

- osamostatnění, svoboda x zodpovědnost vůči sobě i druhým
- 3 vývojové úkoly:
  - profesní role - seberealizace, ekonomická nezávislost
  - stabilní partnerství -akceptace, důvěrný stálý intimní vztah x single
  - rodičovská role – změna životního stylu, obohacení x omezení; posun období narození prvního potomka (střední dospělost)
- Rodina – vytvoření vlastních pravidel; specifická atmosféra; zásadní vliv má vzájemné soužití obou rodičů; krize po odeznění zamilovanosti, stereotyp
- 30.rok – první bilancování, hodnocení míry spokojenosti s vlastním životem; směr dalšího života – kde jsem, kam jdu?
- Vrchol sexuálního života u mužů (interevium – pokles funkce)

Střední dospělost

- Zúročení dosavadního profesního úsilí, stabilizace vztahů (rodiny); vrchol zralosti (i sexuální), umí využívat své síly, vědomosti, dovednosti
- Narůstající zodpovědnost vůči dětem, stárnoucím rodičům, celé společnosti;
- Vědomí hranic svého rozvoje, vědomí budoucí stagnace
- Krize středního věku – bilancování, napětí, deprese, pochyby o smysluplnosti své cesty, změny v chápání svého života;
- Stereotyp
  - sociální role jsou zvládnuté, vše je očekávatelné, málo nového
  - pohodlné, snadné,
  - ale také ubíjející, pocity stagnace – silný podnět ke změně (profese, partnera…)
- Změna vztahů k dětem, rodičům (nezávislost, vyžadují pomoc, podporu)
- Generativita – přesah vlastního života, těžiště zájmu mimo vlastní osobu; milovat a pracovat (mít někoho rád; předávat poznatky)

Starší dospělost

- Počátek stárnutí ve všech rovinách, zdravotní obtíže;
- Obtížnější plnění nových požadavků, menší flexibilita; nesnadné změnit profesi, narušení vlastní identity
- Ageismus
  - diskriminace pro stáří, nejsou považováni za perspektivní,
  - nedoceňování předností (nadhled, životní zkušenosti, moudrost)
- Nebezpečí ztráty práce - psychická zátěž;
  - ztráta zaměstnání = snížení sebeúcty, pocity vlastní zbytečnosti
- Změna složení rodiny
  - odchod dospělých dětí - syndrom prázdného hnízda (více času pro sebe x prázdnota, problémy)
  - Role prarodiče – obohacení, naplnění potřeb
- Sendvičová generace – péče o rodinu dětí i staré rodiče; úmrtí rodičů

Vymezení a periodizace období stáří

- Období intenzivního stárnutí, involučních změn, končí smrtí
- Nejednotnost vymezení jednotlivých stádií (počátek 60/65 let):
- Příhoda:
  - senescence (60-75)
  - kmetství (75-90)
  - patriarchium (90-)

- Nakonečný:
  - počáteční stáří (60 – 71)
  - pokročilé stáří (75 -)

- Švancara:
  - stárnutí (presenium) (46/48-65)
  - stáří (senium) (65 – 75)
  - vysoký věk (75 -)

Tělesné a psychické změny ve stáří

- Pokles tělesné hmotnosti (váha svalstva, vnitřních orgánů, kostry),
- výšky (degenerativní změny chrupavky, atrofie kostí)
- Snížení pohyblivosti, zpomalení motoriky; zhoršení termoregulace
- Vypadávání a šedivění vlasů, změny kůže, ztráta zubů
- Choroby – srdeční, cévní systém, plíce, nervový systém (snížení počtu neuronů, horší funkce) – R na zdravotní komplikace (úzkost…)
- Smyslové orgány – horší funkce, snížená rychlost přenosu, zhoršení vnímání (sluchu) vede k nervozitě, podezíravosti, dezorientaci + zpomalení reakcí, omezení činností, úrazovost; možnost kompenzace (brýle, naslouchadla…)
- Zpomalení duševních pochodů, zhoršení paměti (krátkodobé), ulpívavé myšlení, zaměření do minulosti
- Snížení odolnosti vůči zátěži, ztráta perspektiv, oslabování citového prožitku
- Snížení sebehodnocení (odchod ze zaměstnání)
- Sociální změny (postavení, ztráta rolí, závislost, omezení kontaktů)
- Zvýraznění osobnostních rysů (výbušnost, pasivita); egocentrismus

Adaptace na stáří

- Řešení problémů stáří
  - biologické, ekonomické snadnější než psychické a sociální
- Strategie adjustace na stáří (dle Bromley):
  1. Konstruktivnost
     - Optimální; soběstačnost, humor, vztahy, zájmy, smíření se smrtí
  2. Závislost
     - Pasivní, nesoběstačný, podezírá, sebestředný, únava, manipulace
  3. Obranný postoj
     - aktivní, obává se závislosti, soběstačný, odmítá pomoc i stárnutí
  4. Nepřátelství
     - Konfliktní, agresivní, podezíraví, kverulanti, nepřátelští vůči ml.
  5. Sebenenávist
     - Pesimismus, lítost, osamělost, deprese, bez zájmů, „oběti“ osudu, smíření se smrtí (vysvobození)

Příprava na stáří

- Gerontogogika/gerontopedagogika = teorie výchovy a vzdělávání ke stáří
  - Cílem: poskytnout informace o sociální a zdravotnické problematice stáří, připravit na projevy stáří, naučit spokojeně prožívat období stáří
- Funkce (dle Pacovský, Wolf)
  - Preventivní (předem připraví na změny ve stáří a nové možnosti)
  - Anticipační (najít V, D, CH, které připraví na stáří a usnadní proces stárnutí)
  - Posilovací (vede k aktivnímu životu, rozvoj a využití zájmů, schopností)
  - Rehabilitační (znovuobnovení vyváženého stavu, nabídka nových možností)
- Aktivní stáří
  - Aktivita = pocit užitečnosti, uznání, vyšší sociální status, orientace na budoucnost, zpomalení stárnutí
  - Pasivita = počátek úpadku, deprese, rozpad osobnosti, soustředění na své zdravotní problémy
  - Postupný přechod ke sníženému pracovnímu úvazku (?)

Děkuji za pozornost