**17 (20B) Průběh vývoje osobnost, období adolescence a pubescence**

**Vývoj = jediný celistvý, celoživotní běh**

* vývoj osobnosti je individualizovaný – neprobíhá podle jediného schématu, ale je to soubor různých životních drah, to je vyjádřeno v koncepci celoživotního běhu = **biodromální psychologie** (z řečtiny *bios* – život, *dromos* – běh, průběh)

**V průběhu života člověk prochází několika odlišnými obdobími – podle nápadných znaků a bio-psycho-sociálních změn se rozlišují:**

1. **prenatální období**

* období před narozením, končí narozením do života
* **formuje se sociální vztah matky k dítěti**, v příznivé situaci i vztah otce k dítěti
* **plod je i aktivním účastníkem komunikace s matkou**
* perinatální obrobí (porod a období kolem porodu) – zvýšená zranitelnost dítěte, zejm. CNS a jeho budoucího vývoje → důležitý přirozený a něžný porod, hned po porodu přiložení dítěte na břicho nebo k prsu matky – umožnit co nejtěsnější kontakt matky a dítěte (formování emočního vztahu)

1. **rané dětství** – do 3 let věku dítěte
2. ***novorozenec*** (28 dnů po porodu)

* **komunikace s matkou** – sluchem rozlišuje matčin hlas (možno i hlas otce)
* zrakem vnímá předměty vzdálené 20-30 cm
* dokáže sledovat očima podnět, který ho upoutal (nejčastěji lidské obličeje)
* důležitý je dotek

1. ***kojenec*** (29. den – 1 rok života dítěte)

* **aktivní účastník komunikace** s matkou a jinými osobami – přivolává své lidi křikem,

upoutává pozornost druhých úsměvem

* upevňuje se **vztah mezi matkou a dítětem – citové pouto**
* **vyvíjí se základní psychomotorické dovednosti** (pohyby, vnímání, poznávání a myšlení, řeč, emoce, komunikace, …)
* důležité období pro vývoj řeči – sleduje řeč matky i ostatních a snaží se napodobovat (broukání, žvatlání, první slabiky, skládání slabik, …)

1. ***batole*** (1-3 roky)

* **mladší batolecí období** (1-2 roky)
* ve vztahu s matkou se dítě učí sociální komunikaci a vztahům k lidem
* **osamostatňování dítěte** (od matky) – kolem dítěte jsou i jiné osoby …
* jsou rozdíly mezi dětmi – „mazlivé“ x „nemazlivé“, …
* **další rozvoj psychomotorických schopností a dovedností** – pohyby, vnímání, elementární poznávání a myšlení, řeči, učení, emocí, komunikace, vytváření vztahů k prostředí,

rozvíjí se záměrné jednání (např. plácání do chrastítek k vyvolání zvuku)

* dítě si začíná uvědomovat své vlastní tělo, své vlastní aktivity, působení na prostředí
* převažuje **potřeba jistoty a bezpečí**
* **starší batolecí období** (2-3 roky)
* dítě se stává méně závislým na druhých a získává určitou **samostatnost, autonomii**, ale také přibývá konfliktů s dospělými (brání dětem v pohybu např. k nebezpečným předmětům, do vozovky, …)
* **zdokonaluje se jemná motorika**
* dítě se naučí ovládat své vylučování
* **rychle se rozvíjí řeč** – dítě více rozumí a samo aktivně rozšiřuje svou slovní zásobu, **začíná klást otázky** „Co to je?“, „Proč…?“
* v tomto období je charakteristická **1. fáze vzdoru** – negativismus (odmítá výzvy a zákazy, „z principu“ říká pravý opak, …)
* u dětí vyrůstajících bez matky v dětských domovech bývá zpoždění v intelektovém vývoji, nedostatky v emočních vztazích, v sociální adaptaci, popř. v charakteru = **psychická deprivace v dětství**
* **psychická subdeprivace** = narušený vývoj dítěte, které sice vyrůstá v rodině, ale se zhoršenými podmínkami, zejm. v emočním vztahu rodičů k dítěti

1. **předškolní věk** – 3-6 let

* **zřetelný pokrok v psychomotorickém vývoji** – dokonalejší pohyby (v manipulaci s míčem, pískem, při kreslení, …), rozšiřuje se slovní zásoba
* zájem o naslouchání příběhům, pohádkám
* kognitivní (poznávací) schopnosti – **názorné myšlení**, dítě je v souvislosti zejm. se zrakovým vnímáním schopno usuzovat a vyvozovat závěry, … → **předoperační myšlení** (řídí se názorným poznání, ne logickými operacemi)
* rýsují se **rozdíly v mužských a ženských rolích** – v hračkách, oblékání i v chování
* sociálním učením, poznáváním a myšlením si **osvojuje normy chování** (napodobuje chování dospělých, …), formuje se svědomí
* dítě **je iniciativní** – aktivně se rozvíjí v různých aspektech, hrách, v komunikaci s dospělými i vrstevníky, v pohybech, řeči a myšlení, …
* tento věk je velmi důležitý pro vývoj osobnosti – formuje se charakter → věnovat velkou péči výchově a učení
* ***Mateřská škola:***
  + získávání zkušeností v sociálních vztazích a komunikaci s vrstevníky
  + důležité zařazovat vhodná výchovná zaměstnání, která rozvíjí vnímání, představy, myšlení, řeč a jiné dovednosti dítěte
  + dítě se učí soustředění ve skupině dětí = příprava pro školu a prevence adaptačních problémů při vstupu do školy
  + dobře fungující MŠ podporuje spontánnost dítěte

1. **mladší školní věk** – na 1. stupni ZŠ (od 6 do 11-12 let)

* důležitý životní mezník je **vstup dítěte do školy** → změna ve způsobu života a sociálních vztazích,

nutnost pravidelné docházky do školy, přípravy na další školní den, domácí úkoly – „školní povinnosti“, …

zároveň se dítě přiblížilo cíli „být velký“ – dítě získalo nový **status školáka**

* škola přináší **nové učení a činnosti** a klade na dítě **postupně se zvyšující se nároky, požadavky**
* **obtíže** vznikají při nedostatečné školní zralosti, nedostatečné připravenosti dítěte pro školu, při jeho nižší inteligenci i při jeho dílčích nedostatcích (specifické poruchy učení – dyslexie, dysgrafie, dyskalkulie, …)
* vznikají **nové vztahy** – k učiteli a ke spolužákům (kamarádské a přátelé vztahy X vztahy nepřátelské, soupeření, agresivita)
* dítě se učí různé formy sociální interakce a komunikace s různými lidmi
* průběh a výsledky školních činností hodnotí: učitel, rodiče, spolužáci i samotné dítě (sebepojetí, sebehodnocení) → **fáze píle a snaživosti** – dítě plní roli, kterou od něj očekávají jeho blízcí i celá společnost → pochvala, uznání → překonává se pocit méněcennosti, zvyšuje se jeho sebehodnocení a sebevědomí

v opačných (nepříznivých) situacích se dítě nesnaží, nevynakládá úsilí, rezignuje → pocit méněcennosti se mění na komplex méněcennosti → úzkost, narušuje se vývoj zájmů, demotivace, špatné vyrovnávání se s náročnými životními situacemi → dítě se na sebe snaží upozornit šaškováním, uličnictvím, …

* v tomto období je přechod od her k náročnějším zájmovým činnostem (sportovní, kulturní, …), drobné práce v rodině
* **myšlení je rozvinutější** – konkrétní operace (logika – děti třídí, řadí, řeší problémy, …) – **realismus** (zájem o objektivní skutečnost)
* morální vývoj – přechod mezi dětstvím a dospělostí – **konvenční morálka** (dítě se chová dle pokynů, příkazů a zákazů a očekává pochvalu, která mu přináší uspokojení), někdy se již řídí svým svědomím
* do života dětí významně vstupuje TV, film, reklama, časopisy, … a ovlivňují jej…

1. **střední a starší školní věk, mládí** – prepuberta, puberta, adolescence (od 11-12 do 20 let)

* **Puberta**
* období pohlavního dospívání a nového začleňování osobnosti do společnosti
* období změn ve vývoji osobnosti a problémů v rodinné i školní výchově
* ohraničuje se **somatickými (tělesnými) změnami:**
* u dívek začíná prvními měsíčky (menarche)
* u chlapců začíná první noční polucí
* končí dosažením reprodukční schopnosti = trvá zhruba od 13 do 15-16 let, je to individuální
* období před pubertou (přechod od dětství k dospívání) = **prepuberta**
* začíná prvními náznaky pohlavního dospívání (sekundární pohlavní znaky a výrazný růst do výšky)
* trvá přibližně od 11 do 13-14 let
* **začleňování do skupiny vrstevníků**, navazování trvalejších kamarádských vztahů
* získávání **zkušeností v sociální interakci** (mezilidské vztahy) **a komunikaci**
* v období 8-13 let se projevuje pečovatelské chování k malým dětem – získává radostné emoční zkušenosti při hře s nimi
* projevuje se motivace ke komunikaci se zvířaty – někdy tím kompenzuje nedostatky v emočních vztazích mezi lidmi; styk se zvířaty pomáhá rozvíjet komunikaci a vcítění se do druhého, empatii a péči
* v pubertě nastávají **výrazné změny:**

1. ***biologické změny:***

* růst do výšky, změna proporcí těla, přiblížení se tvarům těla dospělých
* sekundární pohlavní znaky a funkce pohlavních orgánů

1. ***psychické změny:***

* zvýšená nervová labilita, náladovost, podrážděnost, snadno se unaví, …
* vyvíjí se intelekt – formální operace a abstraktní myšlení (značná část mladistvých tyto možnosti ale nevyužívá díky nedostatečné motivaci a množství emočních a sociálních problémů)

1. ***sociální:***

* navazování vztahů
* komunikace
* začleňování se do společnosti, …

na tyto změny reaguje okolí pubescenta – tím více si dospívající změny uvědomují a pokouší se s nimi vyrovnat = zátěž pro dospívajícího

* pubescenti porovnávají svůj vzhled s ideálem – obraz vlastního těla a zevnějšku je součást sebepojetí a sebehodnocení;

hledají odpověď na otázky „Kdo jsem vlastně já, o co mi v životě jde?“, „Jak se na mně dívají druzí?“, …

* někteří psychologové označují pubertu jako *2. fázi vzdoru* (1. fáze je v batolecím období ve 2-3 letech)
  + někteří „ze zásady“ odmítají názory, postoje, příkazy a zákazy rodičů → zátěžová situace pro rodiče i pro mladistvé
  + potřebuje se osvobodit od závislosti na rodině
* pubescent se identifikuje s vrstevníky (pokračuje z prepuberty), přejímá jejich názory, normy, způsoby vyjadřování, gestikulaci, styl hudby, …

po osamostatnění od rodiny může vést do další závislosti → další vývoj – uvolnění se ze závislosti na skupině vrstevníků, vytvoření si kritického postoje vůči této skupině

* **erotické vztahy a sex** – součást lidského života vzbuzující zájem už od dětství (reklama, chování dospělých a medializace prezentuje sex jako velmi důležitou součást života), první zkušenosti jsou spíše rozčarováním
* problémem je i **směrování k budoucí profesi** – volba budoucího povolání
* jsou velké individuální rozdíly mezi mladistvými – ve stejné třídě jsou žáci nadprůměrně i podprůměrně somaticky vyspělí; někteří dosahují úrovně formálních operací a abstraktního myšlení, jiní jsou stále ještě v etapě konkrétních operací;někteří se bouří proti rodičům a autoritám, jiní jsou klidnější a rozumnější, …
* **Adolescence**
* období po pubertě, asi od 15 do 20 let
* klidnější období než puberta, dochází ke zklidnění vztahu mezi rodiči a dětmi
* dokončuje se tělesný růst a pokračuje společenské zařazování a přechod do dospělosti

**vývoj:**

1. ***biologické a psychické hledisko:***

* většinou v tomto období dochází k 1. pohlavnímu styku → další problémy a nutnost řešit je, vyrovnání se s náročnými životními situacemi
* senzomotorické i intelektové schopnosti jsou na vysoké úrovni – umožňují dosahovat vysokých výkonů (např. ve sportu, v zájmových činnostech, v učebním předmětu, …)

1. ***sociální aspekty*** – 2 důležité mezníky sociálního vývoje:

* ukončení povinné školní docházky
* ukončení středního vzdělání – vyučení, maturita, vstup do zaměstnání nebo na VŠ
* pokračování formování sociální identity – nejsou dětmi ani dospělými – děti už být nechtějí a k dospělosti mají rozporuplné pocity = **psychosociální moratorium** – mladistvý se sněží zpomalit, zastavit vývoj, zdržet se v období mládí „bez povinností“ (časté přání prodloužit si dobu studia), cestovat, „užít si volnosti“,přitom těžce nesou, když je dospělí považují za nedospělé adolescenti pokračují v úsilí o nezávislost na rodičích a jiných dospělých, chtějí mít svou cestu, názory, kulturu, způsob života, … (energicky odmítají jiné názory a životní hodnoty)

* fyzická síla a atraktivita dívek některým usnadňuje **získat uznání druhých, posílit své sebehodnocení, budovat svou identitu** – to je pomíjivé, spolehlivější je získat jistotu na vzdělání, schopnostech, výkonech, komunikačních dovednostech a charakterových rysech
* formování vlastního „já“, vlastní identity zahrnuje ***krizi*** (pochybnosti, váhání mezi možnostmi ve volbě např. povolání, partnera, životního stylu, …), její ***řešení, přijetí závazku*** ***a*** ***úsilí*** při jeho realizaci
* jsou velké inter-individuální rozdíly mezi adolescenty – v hodnocení vzdělání, sebehodnocení vlastních schopností, délky závislosti na rodičích

1. **dospělost**
2. mladá dospělost (20-30 let)
3. střední dospělost (30-45 let)
4. pozdní dospělost (od 45 do 60-65 let)
5. **stáří** (65 a více let)

* **Ve vývoji osobnosti jsou velké individuální rozdíly, a to v každém jednotlivém období i v průběhu celého života.**