

PUBESCENCE – ADOLESCENCE

období dospívání

PaedDr. Mgr. Hana Čechová



„Nechci, aby moje děti skočily na lep pouličním dealerům.

To jim radši koupím jointa sám.“

(Johnny Depp)

Osnova

1. Pubescence
2. Adolescence
3. Výchovné problémy



Dobře já! Dobře ty!

Ve slovníku pubescentů: ocenění, pochvala
→ třeba dobrá koupě značkového kusu hadru ve výprodeji za babku.

1/ Pubescence

- **Pubescence (dospívání)** – z lat. pubescere (obruštat chmýřím; pubec – chmýří, ohanbí, stydká krajina)
- Začátek mezi 11. až 13. rokem, konec mezi 14. až 15. rokem života (???)
- Délka, průběh, intenzita – individuální (s někým to „tříská“, u někoho to „ani nepoznáme“)
- **Fáze:** a) **prepuberta** (dívky = cca 10. rok věku; chlapci = cca 11. rok věku)
b) **vlastní puberta** (dívky = cca ve 12,5 letech; chlapci = cca ve 13 letech)
- **Znaky:**
 - a) vytváření vlastní **identity** → "dítě,, se mění na "dospělého,,; hledání sama sebe
 - b) hormonální změny - **pohlavní dospívání** → tělesné změny, první menses a poluce, zájem o sexualitu, masturbace
 - c) **růstová akcelerace**
 - ztráta koordinace pohybů – „období neohrabanosti“
 - postupné zlepšení pohybové koordinace – „ladné pohyby“
 - d) **krize autorit**



tělesný vývoj, chování

TĚLESNÉ ZNAKY

- Růstová akcelerace – zejména končetiny => „samá ruka, samá noha“
- Tělesný neklid, hyperaktivita
- Trhavé pohyby – nešikovnost => „nevědí co s rukama, s nohama“
- Neohrabanost
- Chůze klátivá

CHOVÁNÍ

- Hlučnost, vytahování se (hlavně chlapci před dívkami) x nejistota, stydlivost
- První milostná psaníčka x přátelské vztahy se moc neprojevují
- Krize autorit – přestávají souhlasit s dospělými
- Egocentrismus = prosazování svého JÁ -> špatně snášejí ponižování a tresty
- Sebeuvědomování = zvýšené sebepozorování (především zevnějšku)

kognitivní procesy u pubescentů

➤ Paměť

- a) upevňování prvků logické paměti (logické souvislosti)
- b) efekt mechanického učení krátkodobější

➤ Pozornost

- a) převaha záměrné pozornosti nad bezděčnou
- b) stálost, rychlost, kvalita

➤ Fantazie

- a) nápaditost, originalita
- b) **denní snění** → představy všemocnosti a erotična

Denní snění

- a) V bdělém stavu mísení paměťových vzpomínek s fantazijnímu prvky – nahrazují reálnou skutečnost.
- b) Záměrné plánování budoucnosti, při které se neberou v úvahu reálná fakta.
- c) Představy čeho chci dosáhnout (př. mezilidské vztahy), nadnesené představy o své vlastní osobě...
- d) Téměř 100% absence denních záležitostí.

kognitivní procesy u pubescentů

➤ Řeč

- a) samostatný slovní a písemný projev, vliv čtení
- b) **11leté děti: 26 468 slov**
- c) **15leté děti: 30 263 slov** (cca 70 % slov obsažených ve slovníku)

➤ Myšlení

- a) rozvoj abstraktního myšlení
- b) hypotetické usuzování, dedukce
- c) řešení problému: několik alternativ
- d) hypotézy, spekulace = ověřování svých domněnek
- e) přemýšlí kým je (sebekriticky) a kým by chtěl být (???), smysl života
- f) nedostatek zkušeností => projev: „**všechno znám, všechno vím**“

kognitivní procesy u pubescentů

➤ Hodnocení

- a) **racionalismus** = rozumové zdůvodnění ⇒ neuznává citové důvody jednání (byť sám je jimi ovlivněn)
- b) **radikalismus** = unáhlený hodnotící úsudek (generalizace získané zkušenosti jako faktu)
- c) **neakceptuje kompromis**
- d) **imaginární obecenstvo** = pocit, že je středem pozornosti, „všichni mě pozorují“
- e) **egocentrismus**
- f) **hádavost, slovíčkaření**
- g) **nerozhodnost** = špatná orientace jaký cíl a směr si vybrat (když přijmu jedno, musím se vzdát druhého...)

kognitivní procesy u pubescentů

➤ Vědecké myšlení

a) uvažuje nejen o skutečnosti, ale o svých úsudcích

b) zvládá formální obecné operace:

$$(a + b)^2 = a^2 + 2ab + b^2 \quad (a+b) \times (a-b) = a^2 - b^2$$

➤ Pocit výjimečnosti

a) jen jeho myšlenky jsou správné, jsou jedinečné

b) => druzí je nemohou pochopit, „nedá se s nimi mluvit“ (i rodiče)

➤ Potřeba své myšlenky **komunikovat** (dlouhé, nikam nevedoucí diskuze) a **demonstrovat** => vztahovačnost, časté výbuchy, agrese, nepředvídatelné reakce

➤ Přebírání **skupinové identity**

a) větší význam než rodina a rodiče

b) skupina poskytuje oporu, sdílení zájmů a starostí => proto se dobrovolně vzdávají své vlastní identity

c) důraz na **konformitu** = přizpůsobování chování i názorů dané sociální skupině (styl řeči, oblékání, chování, stejné věci – mobily...)

➤ První zamilovanost

a) navazování prvních (platonických) kontaktů, nesmělé pohledy, psaníčka, "tajné" schůzky

b) značná idealizace vysněného partnera, potřeba být s ním

c) předčasný sex - ???



2/ Adolescence

- Mezi 15. až 20. rokem, cca až do 22 let
- Mladý člověk chce vypadat a žít jako dospělý
- Chybí důležité předpoklady: zkušenost a odpovědnost
- **Napětí (konflikt)**
 - a) plná fyzická a sexuální dospělost
 - b) sociálně-psychologická nezralost (hledá se)

Obecné znaky

- Postupná konsolidace psychického života (proti krizím a labilitě puberty)
- Krystalizace postojů a názorů, rozumově psychické zrání
- Rozvoj sebevědomí, sebejistoty, samostatnosti, integrace osobnosti
- Vrchol rozumových schopností, úroveň inteligence tohoto období je v následných etapách překročena jen výjimečně
- Krize – drogy, sebevraždy, traumata z prvních sexuálních zážitků...
- Odpoutání se od rodiny, zapojování do společnosti, hledání své pozice...

vývoj osobnosti

- **Fyzické vyžrání** - ukončen růst, ustálená hmotnost
- **Osamostatňování se** = touha a potřeba stát se dospělým
=> rodiče ztrácejí nad svým „dítětem“ nadřazenou pozici
- Pocity **nejistoty** = obavy z budoucnosti
=> co budu po škole dělat, kde budu bydlet...
- **Hledání** vlastního místa ve světě
=> urovnávání vlastních hodnot, postojů a cílů
=> určité vzorce:
 - a) **pokračuje** v rodinné tradici: př. podnikání
 - b) **antiidentifikace** = opak toho, co se od něj očekávalo / očekává
 - c) **vytvoření vlastní identity** = př. studium umění, loví zvířata v divočině...
 - d) **adolescentní moratorium** = odkládá rozhodnutí (cestuje, au pair v USA...)
- **"hlubší" socializace**
 - a) přeskupení či budování nových přátelských skupin (přechod na SŠ, VŠ, práce)
 - b) kladeny větší nároky na hloubku vztahu (porozumění, společné cíle)

vývoj osobnosti

- **Podceňování a přeceňování sebe sama**
 - a) výkyvy ve výkonu i v kázni (škola, práce)
 - b) potřeba "velkých výkonů" = prokazování odvahy, fyzické kondice
- **Kritické myšlení, samostatnost úsudků**
 - a) postupně opouští pubertální egocentrismus a subjektivismus
 - b) okolí nevnučuje své myšlenkové konstrukce
 - c) věcnější a objektivnější hodnocení dějů i lidí kolem sebe
 - d) rozvoj abstraktního myšlení = vzdělávání se
- **Role rovnocenného oponenta**
 - a) v diskuzích s dospělými disponují bystrým úsudkem
 - b) nezatížení předsudky X málo zkušeností (=> radikalismus, nekompromisnost)
- **Péče o zevnějšek** ↔ fyzická krása důležitá součást sebepojetí <=> spjata s psychosociální sex. potřebou
- **Sexuální aktivita a partnerský život**
 - a) sex není již jen tělesnou a "prestižní" záležitostí
 - b) narůstá potřeba pevné citové vazby
 - c) partner často idealizován a zcela nárokován

3/ Výchovné problémy

- **Problémové chování** = zdroj obav, nepříjemné vzhledem k obecným normám
<=> drobné rušivé chování, opisování, zapomínání pomůcek, pokřikování... až provokování aj.
<-> hledání hranic, kam mě až pustí, co mi kdo dovolí...
- **Predelikventní (protispolečenské) chování**
<=> **příležitostné** pití, kouření, užívání návykových látek → pravidelné
<=> **rizikové chování** → mluva, chování na veřejnosti, sprejství...
<=> **kontakt se staršími lidmi** → neúcta, vulgarita, obhroublé chování...
<=> **poškození** vlastního zdraví (tělesné, duševní) - poruchy příjmu potravy (anorexie, bulimie...), sebevražedné sklony...
- **Delikventní chování (kriminalita)**
<=> krádeže, otevřené násilí, šikana, týrání, rasová nesnášlivost, diskriminace některých skupin (tělesně postižení), sexuální rizikové chování...

ZDROJE

- KURIC J., Ontogenetická psychologie. Brno: VUT, 2001
- LANGMEIER J., KREJČÍŘOVÁ D., Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie, Praha
- LANGMEIER J., KREJČÍŘOVÁ D. Vývojová psychologie, GRADA
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Přehled vývojové psychologie, Olomouc, Univerzita Palackého, 2003
- KOHOUTEK R., Psychologie duševního vývoje, Brno, 2008
- KOUKOLÍK F., DRTILOVÁ J., Vzpoura deprivantů, GALÉN, 2006
- KOLAŘÍKOVÁ M., Vývojová psychologie, Slezská univerzita v Opavě, 2010