



Adolescence

PedF MU, JS 2015

Mgr. Tomáš Kohoutek, Ph.D.

Vymezení

- **„most mezi dětstvím a dospělostí“**
- V minulosti někdy ztotožňována s pubertou
 - **sociální mezníky dospělosti** v současné euroamerické společnosti jdou však daleko za toto období (S. Komárek: *„Nejdéle dospívajícím savcem je doktorand“*)
 - a působí i opačný proces – **„sekulární akcelerace“** – posun věku počátku puberty do nižšího věku
- Zahrnuje:
 - **fyzický a duševní rozvoj**
 - **pohlavní dozrávání**
 - **sociální učení** v nejširším slova smyslu
- Je ale nejen „něčím mezi“ (mostem), ale svébytným (a v mnohém kritickým) obdobím
 - Erikson: *„v žádném jiném stadiu životního cyklu... nejsou si tak těsně blízké příslib objevení sebe samého a hrozba ztráty sebe samého“*

Vymezení - časové

- Historicky druhá polovina druhé dekády (Aristoteles: 14 – 21; Komenský: 15 – 20)
- V současnosti převažuje pojetí **tří stadií dospívání** (např. Macek, 2000):
 - 1) **časná adolescence** (10/11 – 13): dominují biologické a fyziologické změny, u všech počátek pohlavního dospívání, u většiny dokončení; některé psych. a soc. změny lze považovat za přímý důsledek pubertálních změn (zájem o vrstevníky zpravidla opačného pohlaví), jiné ne – rozvoj kognitivních procesů; některé jsou definovány sociálně (přechod ze ŽŠ na SŠ jako krok k profesní identitě)
 - 2) **střední adolescence** (14 – 16): vlastní dospívání se stává objektem úvah a hodnocení, vzniká snaha definovat se, lišit se, subkultury mládeže – specifický životní styl...; psychologicky období hledání vlastní identity, jedinečnosti a autentičnosti
 - 3) **pozdní adolescence** (+/- 17 a více): nejvíce explicitně směřuje k dospělosti, posiluje se sociální aspekt identity (potřeba někam patřit, něco sdílet, na něčem se podílet), více úvah nad osobní perspektivou, o budoucích cílech a plánech ohledně profese, partnerských vztahů...

Vývojové změny I: biologické

- primární změny se podle mnoha autorů týkají změn **hormonálních**; typický je vývoj primárních i sekundárních pohlavních znaků a zrychlený růst
- nástup puberty charakterizuje **metabolická teorie dospívání**, podle které je pro začátek puberty u dívek potřebná tzv. kritická tělesná hmotnost
- významným pojmem je **sekulární akcelerace**
- důležité také je, jak jsou tyto změny **vnímány a hodnoceny okolím** (od vrstevníků a rodičů po média a módu);
 - *jde o reflexi kvality a kvantity pubertálních změn i o to, kdy se (především ve srovnání s vrstevníky) odehrávají; vědomí změn mívá patrně vyšší význam pro D než pro CH, dívky také vnímají pubertu jako větší „restriktivní zásah“ do svého života, chlapci většinou pozitivně; časnější dospívání je výhodou spíše pro chlapce než pro dívky, pozdní není známo; pak se ovšem situace mění, podle německých dat vyspělejší dívky ve věku 14,6 lepší sebehodnocení*
- související témata: **fyziologická rovnováha, pohlavní/genderová role, tělesné schéma**

Vývojové změny II: kognitivní

- Piaget: období **formálních operací**
 - lepší výkon v abstraktních disciplínách, ale i např. vyšší pochybnosti, v důsledku lepší schopnosti i vytvářet alternativní řešení - zatímco dětství je or. na poznávání světa, jaký je, raný adolescent již může spekulovat, jaký by svět mohl, resp. měl být;
 - u mladších adolescentů se někdy popisuje sklon tyto schopnosti přeceňovat („považovat je za všemocné“), s čímž může souviset i vědomí, že všechny problémy se dají snadno vyřešit, bývají sice schopni generovat více řešení, ale prosazují jediné (*Vaculík: „stará ražnost mládí“*);
 - paradoxně mj. z důvodu zvýšení kognitivní kapacity může upadat výkon, protože je člověk nesoustředěný

Vývojové změny II: kognitivní

- V sociálních souvislostech
 - na počátku dospívání si člověk zvýšeně uvědomuje sebe sama jako subjekt, je schopen větší **introspekce**
 - sklon k **černobílému vidění světa**, často souvisí i zvýšená **kritičnost** (což souvisí i s jinými jevy, schopnost abstrakce ji ale umožňuje)
 - Příhoda (1967) zdůrazňuje **metafyzické myšlení**, mystické a náboženské prvky; Erikson: zvýšená **ideologičnost**
 - mění se **vnímání času**, a to i v souvislosti s vlastní osobou; na důležitosti nabývají úvahy o budoucnosti; spolu s potřebou identity úvahy o budoucnosti vytvářejí i potřebu jistoty a bezpečí, anticipace budoucnosti, seberealizace se rozšiřuje z přítomnosti na budoucnost
 - posiluje se i určitý **egocentrismus**, což se může projevovat hyperkritičností (i k sobě i k okolí), sklonem polemizovat i jistou formou vztahovačnosti
 - postupně se pohled stává diferencovanějším, myšlenky se **integrují** - zařazují...

Vývojové změny III: emocionalita

- citové zážitky se **diferencují**, přibývá **vyšších citů**
- mizí některé emoční reakce, související s preferencemi v dětství
- může projevit (zvl. v rané a.) vyšší míra **emoční lability**, což souvisí s hormonálními změnami, se zvýšeným egocentrismem, s pocitem krize identity, druhotně s konflikty, s nadšením pro ideály...
- **zvýšená unavitelnost**, ochablost a apatičnost se střídá s fázemi **zvýšené aktivity**
 - Pozn. uvedené nemusí platit univerzálně, jen to není nic neobvyklého; problémy mají především ti, kdo je měli už dříve a je velká pravděpodobnost, že je budou mít i později, což platí více pro chlapce než pro dívky (Petersenová, 1988, dle Macek, 1997; jiné názory hovoří o tom, že „bezproblémové dospívání“ znamená odkládat řešení důležitých typických konfliktů do budoucna
- **střední a pozdní** adolescence je obdobím **odeznívání náladovosti** a lability
- zvláštní význam pak získávají **emoce a city související s erotickou sférou života, estetické city, morální cítění**
- s rozvojem všech citů se pojí i efekt „**prvního vystřízlivění**“

Vývojové změny IV: sociální

- změny v kognitivních i emočních procesech interagují se změnami v **sociálních vztazích**;
- ve **vztahu k sobě** je patrná zvýšená **sebereflexe** (souvisí s identitou)
 - mající tu a tam podobu „vývojové“ hypochondrie či dysmorfofobie nebo dokonce poruchy (mentální anorexie)
- **sebepojetí** se podle některých autorů zásadně mění, podle jiných kontinuálně rozvíjí; význam konzistentního sp. se během dospívání zvyšuje; začínají hrát význam „možná já“, důležitým ukazatelem i úkolem je **sebepřijetí**;
- **vztahy s druhými**: se procházejí transformací, adolescent se v zásadě chce dostávat na **symetričtější** rovinu; to je zvláště patrné na změnách vztahů k rodičům a autoritám;
- důležitým úkolem je **emancipace** od rodiny (hovoří se o „dokončování separace“ – viz M. Mahlerová, prezentace 5), která nevede ke zrušení, ale změně citové vazby na rodinu; je zde (zdánlivý) konflikt: rodiče usilují o zachování vlivu a autority, dospívající o vyšší autonomii a symetrii

Vývojové úkoly (R. J. Havighurst, modifikace P. Macek, 1997)

- **přijetí vlastního těla**, fyzických změn včetně pohlavní zralosti a pohlavní role
- **kognitivní komplexita**, flexibilita a abstraktní myšlení; schopnost aplikovat intelektový potenciál v běžné každodenní zkušenosti
- uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve **vrstevnických vztazích**, schopnost a dovednost udržovat vztahy s vrstevníky obojího pohlaví
- **změna vztahů k dospělým** (rodičům, dalším autoritám) – autonomie, popř. vzájemný respekt a kooperace nahrazuje emocionální závislost
- získání představy o **ekonomické nezávislosti** a směřování k určitým jistotám, které s ní souvisejí – k volbě povolání, k získání profesní kvalifikace, k ujasnění představ o budoucí profesi
- získání zkušeností v **erotickém vztahu**, příprava na partnerský a rodinný život
- rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti – tj. získání kompetencí pro **sociálně zodpovědné chování**
- představa o budoucích prioritách v dospělosti – důležitých **osobních cílech a stylu života**
- ujasnění **hierarchie hodnot**, reflexe a stabilizace vlastního vztahu ke světu (světový názor)

Vztahy – rámce

- **rozvoj komunikačních dovedností = rozvoj vztahů**
 - snižuje vnitřní napětí a agresivitu
 - větší sebejistota, emoční podpora, prestiž, pocit vlastní hodnoty
- vztahy k **rodičům**, vztahy k **autoritám** – možnost konfliktu, cesta k symetričtějším vztahům
- vztahy k **sourozencům**: význam roste, jsou to příslušníci rodiny a přitom stejné generace; je-li rozdíl 2-3 roky, je ale více soupeření; dospívající ovlivňují spíše starší sourozenci (tranzitorní role – „dveře lítačky“)
- důležitějšími sestávají **vztahy s vrstevníky**; role důvěrného kamaráda/kamarádky, role skupiny i vrstevnické kultury podporuje autonomní identitu – členství dodává zázemí i status (i zde se skrývají nejen klady, ale i rizika)
- **partnerské vztahy**
- **skupiny**: party (*cliques*; neformální, vysoká koheze, tři až deset členů, obvykle strukturované (vůdčí člen), jde o denní komunikaci, větš. nejsou smíšené) větší skupiny (*crowds* – 15 – 30 členů, příležitostné večírky, párty, často prostředí heterosex. kontaktů), později po ustavení párů bývá přátelství mezi (několika) – smíšené

- V neposlední řadě se mění i **vztah k sobě – identita, sebepojetí**

Vztahy – vrstevnické skupiny

■ **vrstevnická skupina**

- napomáhá pocitu získání pocitu vlastní autonomie
- dospívající v ní získává sociální status a pocit vlastní hodnoty
- doplňuje či nahrazuje rodičovskou podporu
- stabilizuje a zakotvuje dospívajícího v procesu vlastních fyzických, psychických a sociálních změn
- zdroj standardů chování

■ **nezařazení se** do nějaké vrstevnické skupiny často pocíťováno jako stigma

■ **vrstevnická konformita** je nejvyšší v časně a střední adolescenci

- zajímavé v této souvislosti je zjištění, že adolescenti se přesto svou hodnotovou orientací podobají spíše rodičům než svým přátelům (týká se především cílových hodnot); podle některých výzkumů mají rodiče větší vliv než vrstevníci ve všech oblastech kromě trávení volného času; nesouhlas se týká aktuálního života teenagerů, trávení volného času, zájmů, kultury, oblékání...; význam „peer programů“: právě ty se týkají volného času

Vztahy – rodiče

- **Freud:**
 - dospívání = zvýšené konfliktní období ve vztazích rodič-dítě
 - mezigenerační konflikt nezbytný pro překonání závislosti na rodičích a získání vlastní autonomie
- **současný pohled:**
 - průběh vztahů v dospívání nelze generalizovat
 - individuální, kulturní a historické rozdíly
 - vztah může zůstat trvale pozitivní a přitom se závislost snižovat
 - rodiče si mohou uvědomovat přirozenost „bouření“ adolescentů – a tím míru konfliktu snižovat
- vysoká míra konfliktů často spojena s rizikovým chováním
- mění se styl chování rodičů, styl komunikace v rodině
- důležitý je:
 - rodičovský zájem a zaangažovanost
 - emoční intenzita interakce
 - podstata rodičovského vedení
 - podstata rodičovské autority
- nerizikovost a nekonfliktnost vztahu rodič-dítě = neprojití si vlastní krizí = častější selhání adolescenta či mladého dospělého v „životních zkouškách“

Vztahy - partnerské

- první vztahy obvykle vznikají **již v období puberty**
- souvisejí s uvědoměním si vlastní sexuality,
 - obvykle však rozvoj vztahů a sexuality probíhá více „dvojkolejně“ (platonický charakter prvních lásek), přičemž u chlapců je vyšší potřeba okamžitého vybití,
 - liší se i sociálně dané pohlavní role; v pubescenci první schůzky častěji u dívek, postupně ubývání motivů zvědavosti a potřeby přesvědčit se o vlastní ceně
- postupně přibývání zkušenosti i motivů „skutečně“ partnerských, rolových;
- důležitá zkušenost pro rozvoj emotivity; později se vztahy stávají stabilnějšími a dlouhodobějšími
- v adolescenci se obvykle poprvé projeví i odlišná sexuální identita, preference nebo orientace („coming out“), což může být náročný moment

Proces individuace adolescentů (R.Josselsonová, 1980)

- **psychologická diferenciac**e: uvědomení si odlišnosti od ostatních, především rodičů, zvyšuje se kritičnost, bourají se mýty, kognitivní výkon „předbíhá“ emoční kapacitu, může nastat až generalizace negativních postojů;
 - **zkoušení a experimentování** (14-15 let): snaha zbavit se závislosti na formálních autoritách, „soupeření“ s rodiči, zvyšování zodpovědnosti vůči vrstevníkům;
 - **období navazování přátelství** (16 – 17): obnovují se vazby s rodiči, autorita přijímána selektivně, zvyšuje se sebezodpovědnost, důležitost blízkého přátelství a erotických vztahů, uvědomení si zvláštní hodnoty specifického vztahu k rodičům i autoritám;
 - **konsolidace vztahu k sobě** (pozdní adolescence), založená na pocitu vlastní autonomie a jedinečnosti, propojení minulosti, přítomnosti a další perspektivy života (ale ani to není dokonalé a definitivní)
-

Riskování

Mnoho studií se věnuje riskování adolescentů (většinou: kouření, pití, nechráněný sex).

Výsledky ukazují opak toho, co by člověk vyvodil z toho, že rozhodovací procesy se vyvíjí: starší adolescenti jsou mnohem více náchylnější k riskování než mladší adolescenti a preadolescenti.

Opakovaně studie potvrzují, že více a méně riskující adolescenty neodlišuje jejich znalost/neznalost možných negativních následků!

Ve hře jsou jiné faktory: ony strategie seberegulace, sch. skloubit zdraví prospěšné a sociální cíle.

Riskování

Genderové rozdíly:

Muži jsou více než ženy ochotni riskovat v oblastech jako rychlé řízení nebo intelektuální risky.

Ženy jsou více než muži ochotny riskovat v oblasti zdraví jako je kouření.

Muži jsou často o trochu lepší ve výsledcích matematických testů (De Lisi, McGillicuddy-De Lisi, 2002). Souvisí to možná opět s větší mírou riskování.

„Emerging adulthood“

- Jeffrey Jensen Arnett
 - nový koncept
 - životní etapa mezi adolescencí a dospělostí, období mezi 18 až 29 roky
 - většina lidí v této etapě tvrdí, že ještě nejsou zcela dospělí – „v něčem ano, v něčem ne“
 - dáno sociokulturně, vlivem určitých společenských, demografických změn
 - oddálila se doba prvního sňatku, početí dítěte
 - podobnost s generací X (román Coupland: Generation X) – více materialistická, cynická, větší ambice, přesvědčení, že jednou dosáhnou toho, co chtějí
-

Identita (Erikson, Marcia - I)

- jiné pojetí vývojového úkolu (viz E.Erikson)
- typy a stadia podle přítomnosti krize (hledání) a závazku identifikoval **J. Marcia**:
 - **difúzní, rozptýlená identita** (krize může či nemusí být přítomná, závazek chybí): stav, kdy čl. neprožívá krizi ani závazek, nemá aktivní potřebu sebedefinování, je snadno ovlivnitelný vrstevníky, mění často svoje názory, přesvědčení i chování, aby bylo v souladu s aktuální skupinou; proto i sebehodnocení značně kolísavé, závisí na reakcích druhých; na rozdíl od *náhradní identity* méně rigidní, méně konvenční, relativně nezávislí, ke škole obvykle kritický vztah, k drogám liberální postoj; typické pro časnou adolescenci
 - Přítomnost krize vede ke statutu **aktivního hledání**; další typy je možné vnímat jako řešení této krize

Identita (Erikson, Marcia - II)

- **status náhradní identity** či předčasného uzavření (*foreclosure*): závazky, konzistentní obraz světa a sebe bez toho, že by člověk zažíval krizi identity, postoje, normy... s přebírají nekriticky od autorit; preference osvědčeného stylu života, větš. nižší sebevědomí, poměrně konfliktní vztahy s druhými, spokojenost se školou, striktní odmítání drog, bez výraznějších osobnostních krizí; typické pro časnou adolescenci
- **status moratoria**: krize identity se stavy úzkosti a pochybnostmi, aniž by však na sebe bral skutečné závazky; pouze experimentování, zkoušení rolí, objevování hodnot, rozvíjení zájmů ...; méně flexibilní, méně jistí v soupeření i ve spolupráci, nejsou tolik spokojeni se školními výsledky, nejistota ve vztahu k vlastní budoucnosti; pozitivní představa o sobě a o svých vztazích s druhými lidmi; typické pro střední adolescenci
- **status dosažení identity (identity achievement)**: spojen se zážitkem krize z hledání, pochybností při současné snaze řešit otázku svých závazků; spojení min, přít. a bud. ve smysluplný celek, zážitek kontinuity a sebeakceptace, posilování Já, navazuje schopnost intimity; typický pro pozdní adolescenci

