

Mladá dospělost

PhDr. Pavel Humpolíček, Ph.D.

Zlatá dvacátá léta

Mladá dospělost (od 20-22 do 30-32 let věku)

Broomley (21-25 let věku), Birren (17-25 let věku), Levinson (17-45 let věku)

Období dospělosti se zpravidla člení na mladší dospělost (do 30 let), střední (do 45 let) a starší dospělost (do 60 let).

MLADÁ DOSPĚLOST JAKO ČAS PRO SPLNĚNÍ VÝVOJOVÉHO ÚKOLU

toto hledisko zastával *R. J. Havighust*. Pro naplnění vývojového úkolu nabízí konkrétní společnost (kultura) určité vzorce chování (patterns). Pokud je však člověk nerespektuje je často sankcionován.

Pojem **teachable moment** je určitý moment v etapě, kdy je důležité započít dané učení. Havighurst se zaměřuje také na jedince, kteří předbíhají vývojová období, například těhotné dívky ve věku již patnácti let. Upozorňuje na negativní důsledky, které mohou z předběhnutí stádia později plynout. Některé vývojové úkoly jsou kontinuální, například vývoj myšlení, a některé jsou typické pro určitou etapu, například změna vztahu k rodiči v adolescenci.

Zlatá dvacátá léta

Mladá dospělost (od 20-22 do 30-32 let věku)

R.J. Havighurst uvádí několik **vývojových úkolů** pro období mladé dospělosti:

- Nalezení životního partnera.
- Vstup do manželství.
- Založení rodiny (soc. role).
- Výchova dětí.
- Vytvoření domova.
- Vývoj a utváření profesní kariéry.
- Přijetí společenské, veřejné zodpovědnosti.
- Začlenění do sociální/ch skupin/y.

Zlatá dvacátá léta

Dosažení psychické dospělosti je spojeno s větší **sebejistotou a vědomím vlastních kompetencí**. Za nejvýznamnější znak lze považovat **schopnost přijmout zodpovědnost za své činy**. V tomto období člověk přijímá **stabilní profesní roli**, stává se **manželem a rodičem**. Akceptace kognitivní nejistoty plyne z **vědomí mnohoznačnosti** problémů, **relativity** různých názorů a **časového omezení** jejich platnosti - postformální myšlení. Relativita sociálních norem a změna postoje k nim se odráží v pojetí povinností a zodpovědnosti. Projevuje se i **selektivita prosociálního zaměření**. Morální uvažování vytváří souhrn osobních **zkušeností**.

Formální dospělosti dosahuje člověk **v 18 letech**; z **psychologického** hlediska bývá dospělost spojována zejména se **zralostí v psychosociální oblasti** a k té většina lidí dospívá později (většinou se jako **počátek soc. zralosti** uvádí věk kolem **20 - 25 let**).

Zlatá dvacátá léta

Počátek dospělosti je charakterizován **vrcholem fyzických sil a tvořivosti**; postupně narůstá úroveň **psychosociálních dovedností**, zlepšuje se **schopnost odpovědného a etického jednání** a stabilizují se základní **životní postoje**. Člověk vstupuje do manželství a zakládá rodinu - zde se projevuje současný trend zvyšování průměrného věku jedince při uzavření manželství a narození prvního dítěte (velmi přibližně se jedná o posun od věku kolem dvaceti let směrem ke třicítce).

Základními aspekty života dospělého člověka se stávají rodina, zaměstnání a případně různé záliby.

„Leitmotivem“ života osob s nižším socio-kulturním statusem bývá starost o rodinu (ve smyslu zajištění jejích existenčních potřeb, jako je např. jídlo nebo bydlení), u osob s vyšším vzděláním převládá úsilí o seberealizaci (využití svých schopností, tvůrčí aktivita).

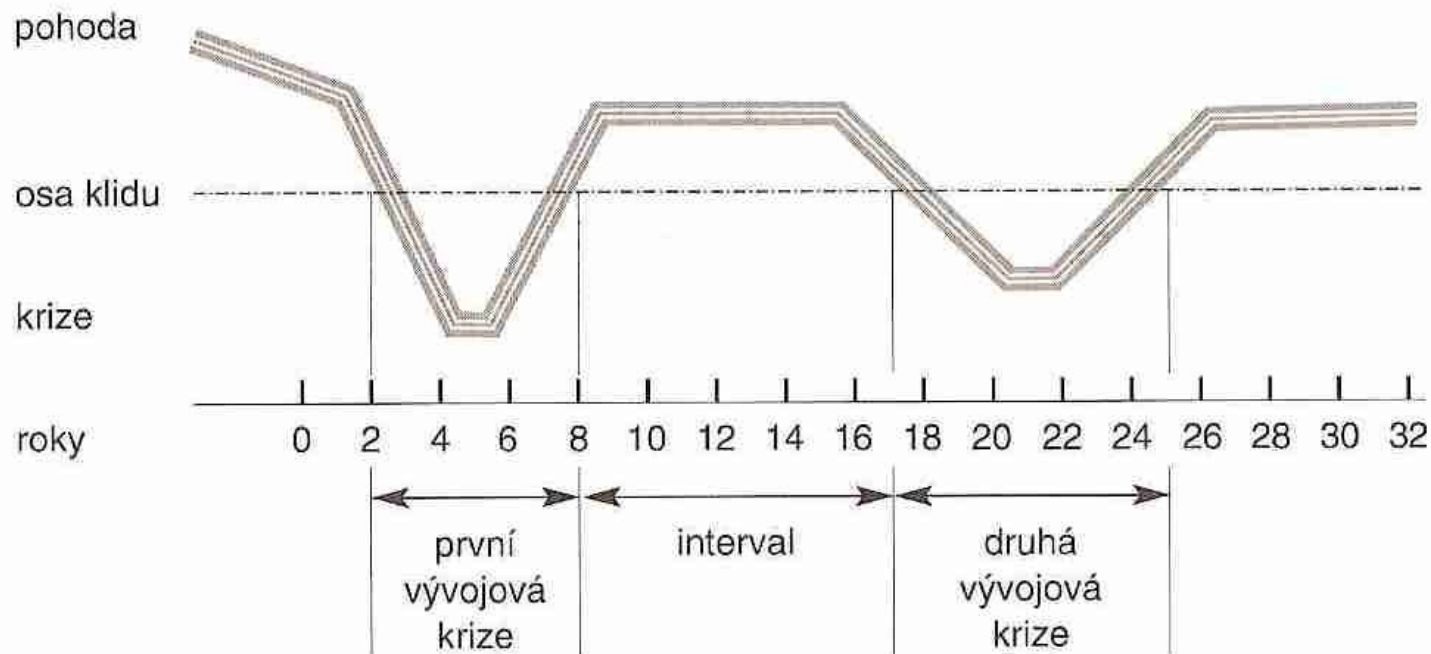
Zlatá dvacátá léta

Určitými **potenciálně krizovými obdobími** jsou **první roky manželství**, během nichž se poměrně velké procento těchto svazků rozpadá. Dále je to **doba po narození dítěte**, kdy žena (resp. ten z partnerů, který o dítě primárně pečuje) přesouvá značnou část pozornosti směrem k dítěti a partner se tak může cítit v tomto smyslu poněkud zanedbáván.

Rizikovou fází je také **období odchodu dospělého dítěte z domova** - zde se může u rodičů objevit tzv. syndrom prázdného hnízda, který charakterizují pocity určité prázdnoty, částečné ztráty smyslu života apod. Rovněž se v této souvislosti mohou projevit nějaké dosud neřešené partnerské problémy.

Mladá dospělost – manželské vývojové krize

Obr. 9.1 Manželské vývojové krize podle Plizáka



Průměrný věk:

manžela	27	33	42	50
manželky	22	28	37	45
prvního dítěte	1	7	16	24

Zlatá dvacátá léta

G. Allport – znaky, dimenze dospělosti:

- Extenze sebe
- Vztahy k druhým lidem
- Emocionální jistota
- Realismus
- Schopnosti a kompetence
- Poznávání sebe
- Implicitní filozofie

A. Masslow - sebeaktualizace

Zlatá dvacátá léta

Vývoj – vs – Involuce

Rozmanitost

rychlost a směr vývoje

nižší jednotící vlivy biologické i sociální

...

Zlatá dvacátá léta

Čím se vyznačuje dospělý člověk

- 1) Koná produktivní práci, jejíž smysl chápe a která ho činí existenčně soběstačným
- 2) Je schopen spolupracovat bez zbytečných konfliktů ...
- 3) Samostatně hospodaří ...
- 4) Jedná vyspěle vůči nadřízeným – v práci nebo ve studiu ...
- 5) Má realistické plány do budoucnosti ...
- 6) Bydlí samostatně ...
- 7) Je schopen trávit volný čas sám, má však jednoho či více blízkých přátel, kteří stojí o jeho společnost.
- 8) Je schopen se stýkat s příslušníky druhého pohlaví bez přílišných zábran a plachosti, poskytovat i přijímat lásku a něhu ...
- 9) Cíleně rozšiřuje svou orientaci v prostředí, v němž žije a pracuje.
- 10) Aktivně se zajímá a pečuje o blaho rodiny, přátel i širšího lidského společenství.

Zlatá dvacátá léta

Tělesný vývoj

Dvacátá léta jsou dobou největší tělesné síly, energie, vitálního elánu, robustního zdraví.

Úmrtnost ... dokonaná suicidia ...

Svaly, mozek – vrchol kolem 25. roku věku.

Involute – např. meziobratlové ploténky, vízus, kůže ...

Krása <-> úspěch ?

Meze těla je již nutno brát realisticky na vědomí a přizpůsobit se možnostem, které nabízí...

Zlatá dvacátá léta

Pracovní a společenské uplatnění

Počátek/Platón/Konec vzestupu/pádu

Niterná sebejistota

1. fáze (elementárního) sebevědomí ~ 3 roky, první vzdor
2. fáze sebevědomí ~ pubescence, pubescentní vzdor (osobnost je citlivá na všechna komandování, neboť objevuje nový, subjektivní svět a pozoruje vlastní přeměnu v dospívajícího člověka)
3. fáze (zralého) sebevědomí ~ kolem 30 let (opor o plnou zralost tělesnou i psychickou, o nabyté zkušenosti s lidstvím a o zakončenou profesionalizaci; vzdor je vystřídán energickým hájením cti a samostatnosti, vědomím vlastní síly; rázné odmítání výtek a pokořování, „boj“ rovného s rovným)

Zlatá dvacátá léta

Tvořivost a její podmíněnost

Schopnost být sám...

Plodná nečinnost ...

Denní snění ...

Volnost myšlení ...

Růstové zpracování traumatických konfliktů ...

Bdělý, nezaujatý postřeh ...

Disciplína ...

Zlatá dvacátá léta

Erotika, sexualita, intimita

V každém okamžiku jsme buď mužem, nebo ženou tím, co děláme a jak to děláme.

Zušlechtování sexuality společenským a kulturním formou složitěho systému pobídek a zábran ...

*Podle naší mravně-kulturní tradice se má oduševnělá erotika zrale spojit se sexualitou v monogamní manželské nebo k manželství směřující lásce.
(Říčan 2004, s. 239)*

Erotika, sexualita, autosexualita, intimita ...

Zlatá dvacátá léta

Intimita – základní znaky

- 1) Tělesná a duševní něha, která není brzděna ani ostychem, ani opatrností a strachem ze závislosti nebo zesměšnění, ani rozumovými důvody nebo společenskými konvencemi.
- 2) Sebeotevření, přání dát se poznat ve svých silných i slabých stránkách, nemít tajemství. („Duševní striptýz“; I člověk bez tajemství zůstává tajemným.).
- 3) Důvěra bez výhrad.
- 4) Vzájemná úcta, respekt.
- 5) Pravdivé poznání partnera, schopnost milovat i s chybami ...
- 6) Pravdivé poznání vlastních citů k partnerovi.
- 7) Společné dílo, záměry a plány, sdílená budoucnost.
- 8) Hravost, tvořivost, smysl pro humor.
- 9) Objevování, úžas, obdiv.
- 10) Výlučnost.

E. Fromm, E. Erikson (i. vs. izolace), pseudointimita, identita ...

Zlatá dvacátá léta

Formy lásky (Bell)

- Altruistická
- Přátelská
- Liking&loving
- Sexuální
- Romantická
- Pragmatická
- Praktická
- Realistická
- Ludická
- Manická
- Intenzivní
- Obsesivní

Zlatá dvacátá léta

Manželství

Volba partnera

Předmanželské soužití

Alternativy

Společenský postoj

např. se traduje optimální věkový poměr mezi M/Ž při vstupu do manželství:

$$x = n/2 + 7 \quad (x = \text{věk } \check{Z}; N = \text{věk } M)$$

Manželství = práce ...

Smysl života: „*Milovat a pracovat!*“ (S. Freud)

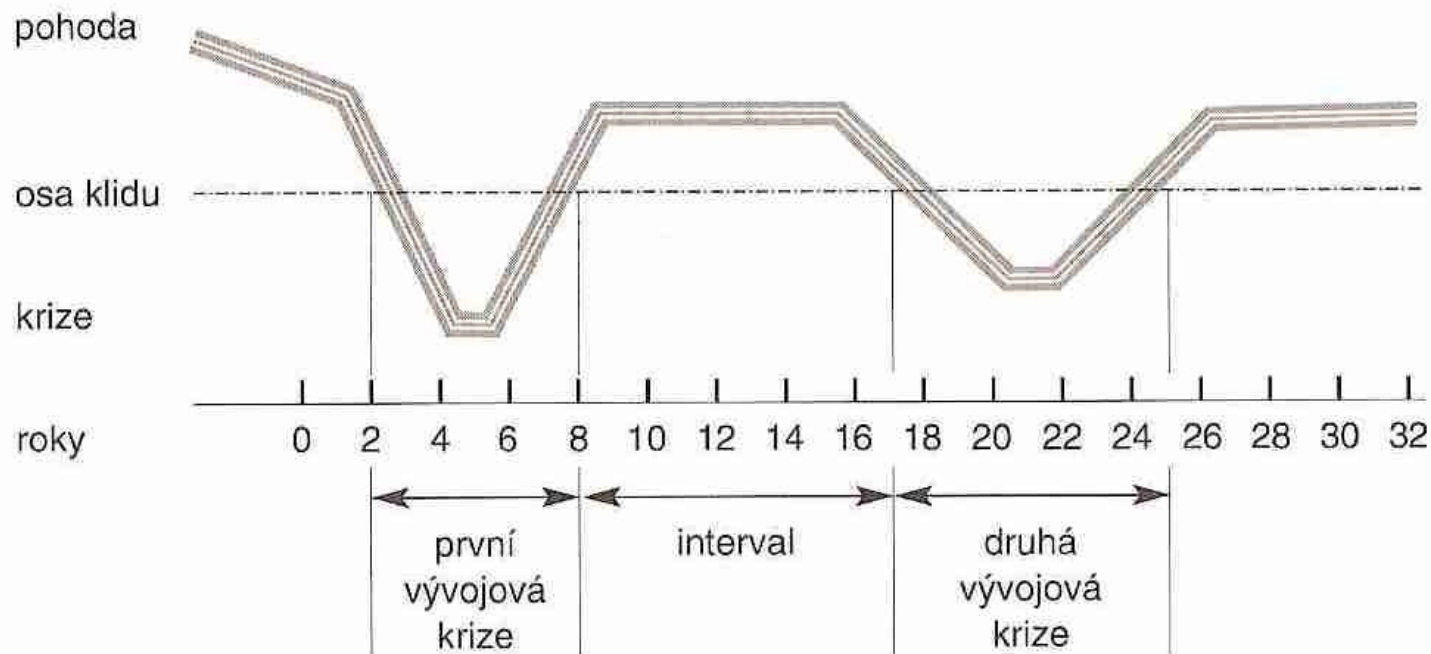
Manželství ~ rodičovství

Instinkty / Generativa ...

Manželství → Krize → Rozvod ...

Mladá dospělost – manželské vývojové krize

Obr. 9.1 Manželské vývojové krize podle Plizáka



Průměrný věk:

manžela	27	33	42	50
manželky	22	28	37	45
prvního dítěte	1	7	16	24



Životní poledne

Úvod

Střední dospělost (od 30-32 do 40-48 let věku)

„... O době mezi třicátým a čtyřicátým rokem nacházíme v literatuře ze všech životních období nejméně materiálu. Je to *období stability na vrcholu tělesných a duševních sil*, období vysoké výkonnosti a dobrého zdraví. Třicátník je pevně usazen, miluje a pracuje naplno. Je už zcela dospělý – a ještě nestárne, aspoň ne příliš rychle a znatelně. Přesto ovšem, jak uvidíme, právě na vrcholu, „v pravé poledne“, ve chvíli životního „poločasu“, se může – a snad i má – odehrát významné niterné *zlomové drama*.“ (Říčan 2004, s. 271)