

Dospívání – poznámky 6.A GVN

Martin Konhefr, GVN

10. září 2007

- dvě významné etapy – **pubescence** (11 – 15 let)
 - **adolescence** (15 – 20 let)
- hlavní úkol – **hledání a vytváření vlastní identity**
- **pubescence** v obrysech – změna většiny složek osobnosti
 - tělesné dospívání
 - osamostatňování se z vázanosti na rodiče
 - změna způsobu myšlení
 - vrstevníci
 - velká rozhodnutí (volba povolání aj.)
 - první zkušenosti v oblasti partnerských vztahů

↓↓

ztráta starých jistot, potřeba stabilizace, dosažení nové přijatelné pozice
- **tělesná proměna a její význam** – významný a na první pohled viditelný projev dospívání
 - **vlastní zevnějšek** – důležitá a citlivě prožívaná součást identity → často **ztráta sebejistoty**
 - dřívější dospívání je větší zátěž pro holky
 - zpomalení vývoje je větší zátěž pro kluky
- **depresivní atraktivita** – pocitem nespokojenosti se svým zevnějškem trpí obecně **více dívky**
 - ↓
 - dříve dospívají, jejich tělo se mění výrazněji
 - současný ideál krásy a vývoj poněkud opačný
 - sociokulturní stereotyp (ženská „krása“ jako důležitější)
- **subjektivní význam zevnějšku** – vzrůstá
 - větší zaměřenost na vlastní tělo, oblečení, celkovou úpravu
 - rostoucí sociální význam určité úpravy zevnějšku (často lpění na detailech, odmítání subjektivně neakceptovatelného oblečení)
 - sociální hodnota tělesné atraktivity
- **proměny prožívání** – tělesné změny → proměna hormonálních fcí → kolísavost emočního ladění, větší labilita, přecitlivělé reakce na běžné podněty
 - ztráta bývalých jistot → větší dráždivost a napětí
 - **emoční reakce nápadnější**, většinou však krátkodobé a proměnlivé
 - impulzivita a nedostatek sebeovládání → konflikty ve vztazích

- *typický rys* – **zvýšení uzavřenosti**
- *mechanismus kyvadla* – obranná reakce na nejistotu
- *škola* – přehodnocení role žáka
 - trochu jiná známka
 - **stabilizace osobního standartu**
 - tendence **příliš se nenamáhat**
 - *hlavní cíl* – **nedostat se do potíží**
 - 50% se učí jen tehdy, když se bude zkoušet, psát písemka...
 - *zásada* – hlavně to nepřehánět!
- *vrstevníci* – orientace na jiné sociální skupiny než je rodina → vytváří se skupinová **identita**
 - vrstevník jako **neformální autorita**
 - vrstevníci jako zdroj sociálního učení – **nápodoba** (hlavně vůdce)
 - referenční význam
 - umí rozlišovat **sociální kontext** (jinak se chová doma, jinak v partě,...)
- *boj o místo* – **snaha imponovat**
 - konstrukce (něco umí) vs. destrukce (šikana)
- *pro dobrou pozici* – **kompetence** (inteligence, schopnosti,...)
 - **vliv**
 - **oblíbenost** (vázané na kamarádké chování, komunikativnost, smysl pro humor, toleranci, pozitivní emoční naladění, ochotu pomáhat,...)
- *zavrhované vlastnosti* – **uzavřenost, zakřiknutost, podivnost**, protivnost, urážlivost, domýšlivost, sklon k vytahování,...
- *potřeba přátelství* – je **silná**
 - již od 11 – 12 let
 - **vzájemnost** (možnost sdílet)
 - **intimita** (možnost svěřit se, důvěrnost, výlučnost)
 - přátelé **zvyšují sebevědomí a sebehodnocení**
- **adolescence** v obrysech – **emancipace** z vázanosti na rodinu
 - vztahy s rodiči se stabilizují
 - vrstevníci jsou ještě významnější
 - partnerské vztahy jsou zralejší
 - plnoletost je sociální mezník dospělosti

ZSV

- **rysy** *adolescenční kultury* – nechť k definitivnímu řešení
 - **potřeba volnosti**
 - odmítnutí stylu života a hodnot rodičovské generace
- *přítomnost vs. budoucnost* – stejně důležité
 - završuje se **vývoj identity**
 - **sám sebou vs. očekávání společnosti**

Období mladé dospělosti – poznámky 6.A GVN

Martin Konhefr, GVN

14. listopadu 2007

viz text od p. Pokovby (zsv vývojová psychologie, sexta.gvn.cz – záložka zápisky z hodin)

Období střední dospělosti – poznámky 6.A GVN

Martin Konhefr, GVN

14. listopadu 2007

- 35 – 45 let
- **střed** průměrného lidského života
- vývojově významná fáze
- roste tendence zabývat se sám sebou
- **bilancování** minulosti
- **představy** o budoucnosti
- *typické rysy* – **stereotyp**
 - **pohodlný**, snadný, předvídatelný, nepřináší zátěž a nejistotu
 - zajištěný životní styl života klade **minimální nároky**, ale zároveň poskytuje **minimální podněty**
 - **vztahový stereotyp** – citové vyhasínání, nezájem, **lhostejnost**, nuda
- *tělesné změny* – **úbytek** tělesné **atraktivnosti** (postihuje více ženy)
- *problém* vztahu stárnoucí matky a dospívající dcery
- *mimomanželský vztah* – častá partnerská zkušenost, dříve trestný čin, nyní **tolerance**
 - **kompenzační** funkce

- *proměna rodičovské role* – **konec pečování**, nutná **změna** manželského vztahu, jeho dalšího směřování
- mezigenerační přenos zkušeností
- v dětství si dospívající své rodiče idealizuje, nyní je kritizuje za to, že ideální nejsou. Jsou rodiči zklamáni, protože je nejsou schopni akceptovat realisticky (zatím)

další látka



Stáří – poznámky 6.A GVN

Martin Konhefr, GVN

14. listopadu 2007

rané – 60 – 75 let
pravé – 75 a víc let

- *současné hodnoty* – „**vrásky jako nemoc**“
- **ageizmus** – postoj, který vyjadřuje obecně sdílené přesvědčení o **nízké hodnotě** a nekompetentnosti stáří a projevuje se **podceňováním**, odmítáním až **odporem** ke starým lidem
- **předsudek** – „jsi starý, to stačí...“
- tendence staré izolovat
- *hlavní úkol* – dosáhnout **integrity** v pojetí vlastního života (**smysl života**)
- **rané** – *emoce* – **labilnější**, horší ovládání, **úzkosti**, **deprese**
 - vyšší **sugestibilita** (ovladatelnost)
- *vůle* – **slabá**, **nerozhodná**, učí se pomalu, často tvrdohlaví
- *postoje* – potřeba **soukromí**, preferování kontaktů se **známými lidmi** (vrstevníci)
- *problémy* – **osamělost**, ztráta známých míst, **komunikace**

- **pravé** – *reakce* – úpadek, buď psychický i fyzický nebo jedno z toho
 - moudrost, nadhled
 - *zátěže* – nemoc, úmrtí partnera, zhoršení zdravotního stavu, ztráta jistoty soukromí, vynucená změna životního stylu
 - *poruchy* – **arteriosklerotické změny** (přes 90% lidí po 75 roku)
 - proměna emočního prožívání
 - unavitelnost
 - **zhoršení paměti**, koncentrace
 - **po mozkových příhodách**
 - **afázie** – poruchy řeči
 - **agnozie** – poznávací porucha
 - **apraxie** – porucha běžných úkonů
 - **demence**
 - zhoršení paměti
 - **bradypsychismus** – ztráta schopnosti logicky uvažovat
 - **změna způsobu života** – pečovatelská služba
 - domov důchodců
 - nemocnice
- 80% lidí umírá ve věku nad 60 let v nemocnici, domově důchodců...
- **smrt** – v současnosti **tabuizována**
 - **projev** – zvýšený zájem o tzv. **symbolickou smrt** (v médiích)
 - mediální smrt je **akceptovaná lhostejně**
 - **strach ze smrti** – faktory
 - s věkem strachu ubývá
 - ženy se méně bojí
 - ženy se lépe vyrovnávají
 - čím těžší život, tím méně strachu
 - víra zmenšuje strach

smrt sociální >>> smrt biologická

další látka



Dějiny psychologie – poznámky 6.A GVN

Martin Konhefr, GVN

14. listopadu 2007

kořeny psychologického myšlení – **antické Řecko** (Sokrates, Platon, Aristoteles)

základní otázky – co je vědomí

- svoboda volby
- vnímání *reality*
- vrozené vs. získané

vrozené – **racionalismus** – **René Descartes**

- hl. úloha – **rozum**
- představa – **člověk je stroj**

získané – **empirismus** – **John Locke**

- *tabula rasa* – deska nepopsaná

vědecká psychologie – založil ji roku **1879 Wilhelm Wundt** (1. experiment. ústav psych.)

základní psych. směry – asocianismus – (Fechner,..)

- psychologie smyslů

– *tvarová psychologie* – (gestalt)

- **celek je víc než jen součet částí**

- tvarové zákony – **zákon blízkosti**

- **zákon pregnantnosti**
(dotváření)

→ *principy vnímání* – **smysly** – figura a pozadí

→ *city* – globální vztah ovlivňuje prožívání částí