

Vývojová psychologie, období dospělosti

Psychologie učení dospělých
doc. PhDr. František Baumgartner, CSc.

Doporučená literatura

- Thorová, K.: Vývojová psychologie. Praha, Portál, 2015.
- Langmaier, J., Krejčířová, D.: Vývojová psychologie. Praha, Grada, 1998.
- Vágnerová, M.: Vývojová psychologie, dětství, dospělost, stáří. Praha, Portál, 2000.

- Sheehyová, G.: Průvodce dospělosti. Praha, Portál, 1999.
- Stuart-Hamilton, I.: Psychologie stárnutí. Praha, Portál, 1999.
- Etc...

Předmět, metody a poznatky VP

- Empirická věda- poznatky získané zkušenostmi, popisuje pozorované.
- **Předmětem VP** = zkoumat zákonitosti psychického vývoje člověka
- = shromažďovat, analyzovat, popisovat a třídit poznatky o duševním životě člověka od počátku až do konce jeho vývoje.
= **vývoj**
- Proces postupných změn v životě člověka se označuje slovem **genesis= řec. vznik, rození.**
- **Metody poznání – metodologie** – předmět zkoumáme určitou metodou a z toho vyplývají poznatky.
- VP vytváří **ucelenou teorii vývoje -snaží se zobecňovat a vytvářet závěry.**
- **Predikce /vědecké předvídání, předpoklad/** - tzn. že vývoj se skládá z předpověditelných úseků – spíše platí pro dospělé, u dětí a dospívajících působí vnější vlivy a procesy seberegulace - možnost predikce omezuje.
- **VP – obecná + speciální** /hodně podrobný obor/

4 základní okruhy obecné vývojové psychologie

- Typy genezí

Podle časového měřítka rozlišujeme **4 typy GENEZÍ** /původ, vznik/:

- ❖ **1/Studium fylogeneze psychiky /řec. fylon=rod, plemeno, národ, kmen/**
– kmenový vývoj organismů – tzn. pozorujeme a srovnáváme chování všech různých druhů živočichů v celé vývojové řadě, jejich životní projevy a chování v přirozených životních podmínkách - např. při vyhledávání potravy, při obraně teritoria, při napadání kořisti, při námluvách, při péči o potomky. Nauka **/etologie/** = srovnávací biologie chování z toho se pak odvozuje duševní vývoj člověka.
- ❖ **2/Studium antropogeneze psychiky** – proces vzniku, utváření a vývoj člověka jako biologické a společenské bytosti v různých historických etapách a v různých civilizacích. Obor **Kulturní antropologie**, **Etnopsychologie /národnostní/**, **Etnografie /hmotná a duchovní kultura národů./**, **Psychohistorie /literatura, umění, historie/**, atd.

4 základní okruhy obecné vývojové psychologie - Typy genezí

❖ 3/Studium ontogeneze psychiky

/řec. ón, 2. pád ontos = ten, který je, existuje/


– vývoj člověka a vývoj jeho psychiky od početí až do smrti, souvisí s tím i vývoj tělesný.

❖ 4/Studium aktuální geneze – vývoj určitých psychických procesů v průběhu nějakého jiného procesu, např. vývoj učení - otázka paměti, způsobu myšlení, představitivosti, osvojování si speciálních dovedností, etc. – existuje vztahový rámec a studujeme ty jevy, které se tam uplatňují – motivace, učení.

VP – zabývá se psychickým vývojem jedince v čase

- **Vývoj**

- Různé definice, např.:
- **Proces evolučních změn tělesných a duševních znaků člověka v průběhu jeho individuálního života. Tyto změny spolu navzájem vnitřně souvisejí.**
- Vývoj je **změna**, ale ne každá změna je vývoj.
- V dětství a dospívání - **proces výstavby stále komplexnějších struktur**, který probíhá interindividuálně a homogenně /mající stejnou strukturu/.
- V pozdějších fázích života dochází k narůstání **individualizace** průběhu vývoje na základě vnějších a osobních zvláštností.

 **Určující faktory vývoje** – dědičnost, prostředí a seberegulace –
navzájem se ovlivňují.

Fáze vývoje

- **Prenatální období**
 - Fáze oplození
 - Embryonální období
 - Fetální období
- **Dětský věk**
 - Novorozenec
 - Kojenec
 - Batole
 - Předškolní věk
 - Mladší školní věk
 - Starší školní věk / Puberta
 - Adolescence
- **Věk dospělosti**
 - Mladší dospělost
 - Střední dospělost
 - Pozdní dospělost
- **Stáří**
 - Ranné
 - Střední
 - Kmetský věk

Bio-psycho-sociální model

- Vývojová psychologie zkoumá vývoj člověka z pohledu:
 - Emočního
 - Sexuálního
 - Mentálního
 - Motoricko-koordinačního
 - Jemná motorika
 - Hrubá motorika
 - Sociálního

Periodizace duševního vývoje (Erik H. Erikson, 1902-1994)

- Omezil význam pudových motivů při utváření lidského chování (ve srovnání s Freudem).
 - Fyziologické tlaky na osobnost vyvažovány vlivy společenskými a kulturními.
 - **Epigenetická stadia lidského růstu** /Epi=na, Geneze =vznik, zrod/
 - Tzn. že 1 prvek vzniká na podkladě jiného v čase a v prostoru.
 - Tzv. 8 věků člověka.
 - Jedinec si musí v každém stádiu vyřešit nějaký psychosociální konflikt než vstoupí do dalšího stádia.
 - Nevyřešením tohoto konfliktu – vývoj může být zabrzděn nebo odložen.
- Identita a ego
 - Hlavním tématem vývoje – utváření osobní identity, úzce souvisí s vývojem ego.
 - Nejdříve nutno získat přiměřený pocit identity, pak se objeví zralé ego.
 - Věří v rituály dospívání – nástroji obřady, biřmování – potvrzení získání identity a integrace ego.
 - Ego se uplatňuje uvnitř mysli i ve vztahu k jejímu sociálnímu prostředí.

Erikson- 8 věků- ctnosti

- 1/ Rané dětství: základní důvěra – nedůvěra (naděje)
- 2/ 1 ½ - 3 roky: autonomie – pochybnost (vůle)
- 3/ 3 - 5 ½ roků: iniciativa – pocit viny (účelnost)
- 4/ 5 ½ - 12 let: píle – méněcennost (kompetence)
- 5/ dospívání: identita – konfúze role (věrnost)
- 6/ mladá dospělost: intimita – izolace (láska)
- 7/ střední dospělost: produktivnost – stagnace (péče)
- 8/ zralá dospělost: integrita já – beznadějnost (moudrost)

6/Období mladé dospělosti

Intimita proti izolaci

- Intimita = zdravé spojení vlastní identity s totožněním 2. člověka - tj. odevzdat se těsným citovým vztahům a vyvinout morální sílu a vytrvat v takovém odevzdání, i když to vyžaduje významné oběti a kompromisy.
- Intimita má obsahovat závazek, může být vyjádřena sexuálně.
- Ctností stadia = láska.
- **Nebezpečí stadia = IZOLACE**- tj. sklon vyhýbat se všem stykům. Partnerské vztahy, které sahají až k **izolaci ve dvou** /isolation á deux/ a překážejí oběma partnerům v kroku, který na ně čeká v kritickém vývoji.

7/Období střední dospělosti

Generativita proti stagnaci

- Zplození a vedení příští generace – vytvořit a uplatnit **pocit generativity** - člověk potřebuje být užitečný někomu jinému.
- Zapojení se do společnosti k vytvoření něčeho hodnotného – děti, tvůrčí myšlenky, umění, hmotné statky.
- Jedinci, kteří nemají děti, přesto **pocit generativity v sobě rozvíjejí tvořivou činností.**
- Ctností stadia je **pečování.**
- Jiní selhávají s přetrvávajícím **pocitem stagnace a osobního ochuzení.**

8/Období pozdní dospělosti-stáří

Integrita ego proti zoufalství

- Má dosáhnout opravdové **osobní INTEGRITY – Moudrosti**, která se odráží v „přijetí“ **vlastního životního běhu** jako něčeho, co muselo být a co nemohlo být jinak.
- Ctností stadia = **Moudrost** – u zralých lidí a je **výsledkem** celého dřívějšího života a jeho smysluplným dovršením.
- **Nedostatek integrity** = strach ze smrti.
- Zoufalství = pocit, že čas je nyní příliš krátký pro pokus znovu začít jiný život a vyzkoušet alternativní cestu k integritě.
- Znechucení zakrývá zoufalství – pocit dobře nenaplněného osobního života.
- Zdravé děti se nebudou bát života – pokud jejich předkové budou mít dost integrity, aby se nebáli smrti.

Období mladé dospělosti

20 – 30 let

- nástup do zaměstnání
- rozvoj volnočasových aktivit
- volba partnera
- založení rodiny
- vrchol fyzické výkonnosti
- pragmatické vidění světa

Střední dospělost

30 - 46 let

- první známky stárnutí
- důležitost správné životosprávy
- pracovní kariéra
- trvalé partnerské vztahy
- výchova vlastních dětí
- krize středního věku

Pozdní dospělost

46-65 let

- vrchol pracovní kariéry
- snižování výkonnosti
- zhoršování paměti
- syndrom prázdného hnízda
- využívání životních zkušeností

Stáří

od 65 let

- odchod do důchodu
- úbytek sil a zdraví, nemoci
- potíže s krátkodobou pamětí
- role prarodičů
- nesamostatnost,
osamělost,
pocit neúčinnosti