

Anna Bakula

## Rozwój psychiczny w okresie adolescencji

### 1. Omówienie okresów w rozwoju psychicznym dzieci

- okres przedszkolny 3- 7 lat. Przemiany w sferze społecznej, emocjonalnej i poznawczej. Aktywność intelektualna, dociekliwość poznawcza, rozwój wyobraźni i abstrakcyjnego myślenia, fantazjowanie. Pojawia się twórczość plastyczna, potrzeby estetyczne. Życie emocjonalne cechuje żywa dynamika, impulsywność, chwiejność równowagi. W ostatniej fazie życia przedszkolnego pojawia się zwiększenie przejawów woli i możliwość opanowywania impulsywnych reakcji emocjonalnych, umiejętność zorganizowanej zabawy z rówieśnikami, przestrzeganie norm moralno- społecznych, a także umiejętność podporządkowywania się wymaganiom życia zbiorowego.

Istotą człowieczeństwa jest rozwój, rozwijamy się przez całe życie. Jednak okres szkolny jest niezwykle ważny, dynamiczny, z uwagi na życie społeczne.

W wieku 7 lat, młodszym wieku szkolnym kształtuje się intensywnie towarzyskość, zaradność, umiejętności organizowania zabawy i nauki, przejmowanie ról w środowisku rówieśniczym i rodzinnym, poczucie odpowiedzialności, pojawiają się pierwsze przejawy zainteresowań.

W tym okresie dziecko ma potrzeby psychologiczne takie jak:

- fizyczne
- bezpieczeństwa
- miłości
- szacunku.
- uznania
- współzawodnictwa

Potrzeba – optymalny dla organizmu stan. Potrzeby intelektualne, duchowe, fizyczne, emocjonalne ( samoakceptacji, własnej wartości, uznania, miłości, przynależności, radości, uwagi).

Niewłaściwe zaspokajanie potrzeb już na tym etapie rozwoju prowadzi do problemów w prawidłowy rozwój osobowości dziecka.

Osobowość – dynamiczny system, w stałym ruchu, kierujący się potrzebami, dążący do zapewnienia jednostce równowagi. Tam , gdzie pojawia się deficyt w zaspokajaniu potrzeb dziecka we właściwy sposób pojawia się naturalne dążenie organizmu do utrzymania równowagi. Odbywa się to nie zawsze we właściwy sposób.

Przykład : dziecko w wieku 6 lat ma niezabezpieczoną potrzebę bezpieczeństwa, jest bite lub jest świadkiem przemocy. Może reagować wycofaniem, biernością lub też zachowaniami acting- aut.

- wiek szkolny 7 – 12 lat .

Intensywny rozwój fizyczny, zróżnicowany w zależności od płci. Intensywny rozwój psychiczny. Dojrzałość szkolna. Główny wpływ na przeobrażenia w osobowości dziecka ma w tym okresie zmiana formy działalności z zabawy na naukę szkolną. Okres ten charakteryzuje rozwój uczuć wyższych, intelektualizacja emocji, rozwój myślenia słowno – logicznego ( od konkretno – wyobrazeniowego). Kształtuje się wyodrębnianie cech, spostrzegawczość.

Typowe zachowania – aktywność społeczna, umiejętność współżycia w zespole, panowanie nad własnym zachowaniem, tendencje do chwalenia się, poczucie sprawiedliwości , świadomość moralna, kształtowanie ocen, zwiększa się aktywność i samodzielność myślenia.

W tym okresie silna jest potrzeba obcowania z rodzicami, ale ich autorytet się zmniejsza. Zaczynają dominować wzory rówieśników.

W potrzebach psychologicznych dzieci w tym wieku dominują potrzeba bezpieczeństwa, miłości, uznania, współzawodnictwa, uczestniczenia w grupie.

- **dojrzewanie** to okres pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. Jest to okres w którym następuje przeobrażenie dziecka w osobę dorosłą.

Jest powodowane hormonami płciowymi wytwarzanymi przez młody organizm, dzięki którym osiąga cechy charakterystyczne dla danej płci. Okres dojrzewania dzieli się na trzy fazy:

1. przygotowawcza faza przedpokwitaniowa – trwa dwa lata, początek ma okres utajony , zaczyna się w wieku 7-8 lat, stopniowo się nasila
2. faza dojrzewania właściwego – 11-16 lat, trwa około 5 lat.
3. faza popokwitaniowa - 17 – 25 lat

Dojrzewanie charakteryzuje indywidualny przebieg, zarówno jeżeli chodzi o wiek, czas trwania jak i intensywność objawów. W tym okresie trudno jest określić wiek np. dojrzałości emocjonalnej. Może być tak, że młody człowiek osiąga dojrzałość biologiczną, a brak mu dojrzałości emocjonalnej.

Dojrzewanie – fizjologiczne

Społeczne

Umysłowe

Emocjonalne

W tym okresie waga ciała rozwija się wolniej, zmieniają się proporcje, głowa wydłuża się, rosną łuki brwiowe, wydłuża nos i małżowiny uszne, zmienia się rysunek ust, zmieniają się rysy twarzy. Początkowo może wydawać się, że młody człowiek brzydzie, sprawia to wiele problemów młodym ludziom. Należy pamiętać , że okres( 14-16 lat) związany jest z pierwszymi objawami anoreksji. Akceptacja wyglądu ma ważny wpływ na kształtowanie się obrazu JA, samooceny, a tym samym relacji z innymi rówieśnikami.

**Dojrzewanie dziewcząt** – rozpoczyna się około 10 roku życia. Następuje przyrost tkanki tłuszczowej, gruczołów piersiowych, pojawia się owłosienie łonowe i pod pachami. Pojawiają się pierwsze upławy, na ich powstawanie mają wpływ estrageny, potem pojawia się miesiączka. Hormony sprawiają, że występuje niestabilność emocjonalna. Ten okres to okres rozwoju kobiecości, jest to okres wieloletni, niosący za sobą możliwości pojawienia się problemów psychologicznych. W tym okresie zawiązują się pierwsze związki uczuciowe.

## **Problemy tego okresu**

- związane z tożsamością, również tożsamością seksualną
- związane z wchodzeniem w dorosłość, stawaniem się kobietą
- związane z obrazem JA
- związane z poczuciem wartości
- związane z określaniem własnych granic psychologicznych
- związane z odpowiedzialnością
- związane z nawiązywaniem pierwszych trwałych przyjaźni
- związane z pierwszymi miłościami
- związane z podejmowaniem pożycia seksualnego

## **Dojrzewanie chłopców**

U chłopców inaczej przebiega dojrzewanie fizycznie. W tym okresie zaczynają szybciej rosnąć, nabierać wagi. Większa jest zmienność dojrzewania płciowego. Większe są też zaburzenia emocjonalne tego okresu. W okresie przedpokwitaniowym rozpoczyna się „burza hormonalna”. Zmienia się skład morfologiczny krwi, rozpoczyna się intensywna produkcja testosteronu, androgenu. Pojawia się owłosienie, rosną jądra, zmienia się struktura i zabarwienie moszny. 14 lat – to skok pokwitaniowy, pojawia się mutacja, rosną wąsy i broda. Pojawiają się pierwsze polucje.

W tym okresie pojawiające się problemy są podobne jak u dziewcząt.

Dojrzewanie – układ nerwowy

Zmiany anatomiczne dotyczą struktury mózgu, polegają na zwiększaniu się rozmiarów komórek mózgowych, różnicowaniu się ich funkcji, wzroście rozgałęzień końcowych neurytów i dendrytów i powstawaniu nowych włókien.

Rozwój gruczołów dokrewnych

Szyszynki, grasicy, trzustki, gruczołów płciowych, przysadki

Obserwuje się przez pokolenia zjawisko akceleracji, trend sekularny, przyspieszenie tempa rozwoju z pokolenia na pokolenie.

Przyczyny – wzrost kultury materialnej, mniej chorób zakaźnych, liczne bodźce.

## **Rozwój procesów poznawczych**

### **Intensywny rozwój intelektu.**

**Rozwój spostrzeżeń** – spostrzeżenia stają się bogatsze w szczegóły, następuje rozwój uwagi dowolnej i procesów myślowych. Zauważane są związki przyczynowe, widziany jest kontekst sytuacji, stąd możliwość dokonywania porównań, oceniania. Rozwój procesów myślowych pozwala na ukierunkowane działanie, na planowanie, myślenie hipotetyczno – dedukcyjne.

**Rozwój pamięci** – z mimowolnej na dowolną, celową. Może następować uczenie się wybiórcze, zgodne z zainteresowaniami. Uczenie się przez zrozumienie.

**Zmienia się orientacja w przestrzeni i czasie.**

Wyobraźnia i fantazja – odgrywają w okresie dojrzewania dużą rolę. Znajduje to swój wyraz w marzeniach i twórczości. Wyobraźnia młodych wiąże się też z ich wzmożoną emocjonalnością. Marzenia mają charakter **kompensacyjno- życzeniowy**.

## Rozwój uczuciowy

Wzmoczona emocjonalność to charakterystyczna właściwość adolescencji. Przyczyną jest nie tylko dojrzewanie fizyczne ale również rozwój procesów poznawczych, a tym samym rozwój społeczny. Kształtowanie się postaw, opinii, internalizacja norm to ważne czynniki.

I późniejszy wiek dorastania tym większa tendencja do maskowania uczuć, pokrywania ich np. nonszalancją.

Cechy życia emocjonalnego w okresie dojrzewania :

- intensywność i żywość
- łatwość oscylowania pomiędzy nastrojami, chwiejność emocjonalna
- bezprzedmiotowość uczuć – doznawane uczucia nie wiążą się często z określonym bodźcem

Dojrzałość i niedojrzałość emocjonalna. Podstawowym warunkiem normalnego rozwoju emocjonalnego jest uczestnictwo w życiu społecznym. Powinno ono być dostosowane do poziomu dojrzałości jednostki. Innym ważnym warunkiem jest właściwe kierownictwo, przyjazne i pełne zrozumienia dla właściwości dorastającego. Nauczyciele mają wpływ na prawidłowy rozwój emocjonalny uczniów o ile świadomie dążą do sytuacji unikających pobudzenia emocjonalnego uczniów, informują uczniów o reakcjach uczuciowych i ich znaczeniu w życiu, powinni też zabiegać o stworzenie odpowiednich warunków do pracy w zespole, zgodnych z zasadami higieny umysłowej.

## KSZTAŁTOWANIE SIĘ UCZUĆ WYŻSZYCH – społecznych, moralnych, estetycznych

Etapy rozwoju moralnego według Piageta

Anomia – do 5 roku życia ( brak moralności)

Heteronomia – 5 – 8 lat moralność narzucona z zewnątrz

- realizm moralny – stosowanie miar fizycznych do norm moralnych np. kłamstwo dzieci mniejsze niż kłamstwo dorosłych

- immanentna sprawiedliwość

- konwencjonalizm moralny – przestrzeganie norm grupy

Autonomia moralna – przyjęcie własnych norm

Rozwijają się one intensywnie pod koniec okresu dorastania. W tym okresie młodzież świadomie angażuje się w życie społeczne, polityczne. Szuka swojej ideologii, daje się ponieść uczuciom patriotycznym.

Ważna jest w tym okresie dziedzina etyki i moralności. Młodzież pracuje w tym okresie nad własnymi normami etycznymi.

Zwiększa się wrażliwość na piękno, sztukę.

Na uczucia wyższe ma ogromny wpływ środowisko społeczne.

## ROZWÓJ WOLI

Intensywny rozwój świadomego wybierania, świadomego odmawiania. W procesie kształtowania się woli znaczną rolę odgrywa przekora. Psychologowie uważają ,że pierwszym zwiastunem jest tu poczucie własnej możliwości, poczucie siły. To z kolei

powoduje potrzebę swobody i niezależności. Dają komunikat dorosłym ,że już nie są dziećmi. U mniejszych dzieci odmawianie z jakiegoś powodu, na płytszym poziomie, na poziomie – chęć. U starszych świadomy wybór wbrew komuś, zakreślenie własnych granic. W następnych okresach przekora zamienia się w polemikę, dyskusję.

Objawy przekory są reakcjami na niewłaściwy stosunek do nich dorosłych lub rówieśników. Jeżeli stosunek ten pozbawiony jest szacunku i uznania dojrzałości wywołuje ostre reakcje. Jeżeli dorośli uznają prawo do samodzielności, poszukiwania własnych dróg bunt jest mniejszy.

Wielu psychologów uważa ,że przejawy przekory są reakcjami frustracyjnymi na ograniczanie budzących się w tym okresie potrzeb niezależności, swobody, samostanowienia.

Z przekory mogą pić, palić papierosy, robią różne złe rzeczy , aby pokazać swoją odwagę, dorosłość.

W tym okresie nauczyciele mogą mieć poważny wpływ na kształtowanie się woli.

## KRYZYS AUTORYTETÓW

Kryzys autorytetu rodziców – pojawia się około 12 roku życia , nasila się w wieku 15 lat, potem maleje.

**MŁODZIEŻ NADAL MA POTZREBY MIŁOŚCI, ALE WSTYDZI SIĘ JE OKAZYWAĆ, WOLI PODKREŚLAĆ SWOJA NIEZALEŻNOŚĆ, POSZUKUJE MIŁOŚCI I PRZYJAŹNI NA ZEWNĄTRZ.** Konflikt pokoleń był zawsze i jest on rozwojowy.

## Typowe cechy okresu dorastania

- nasilenie krytycyzmu, związane z ocenianiem, wartościowaniem
- dążenie do swobody , niezależności, zakreślanie granic psychologicznych
- zmiana w myśleniu, myślenie abstrakcyjne, formalne, logiczne, hipotetyczno-dedukcyjne, intensywny rozwój intelektualny
- poczucie odrębności, zwiększona samoświadomość

## Typowe zachowania młodzieży w tym okresie

- wyolbrzymianie problemów
- rozdrażnienie
- przeczuwanie na punkcie własnej osoby
- niezadowolony z siebie
- zmienny nastrój
- nasilenie krytycyzmu do wszystkiego, szczególnie do rodziców i dorosłych
- odczuwanie potrzeby uwolnienia się spod kurateli dorosłych
- przekora wobec dorosłych, krnąbrność, narastające konflikty z rodzicami, kryzys ich autorytetów

- osłabienie związków emocjonalnych z rodzicami
- podatność na sugestie grupy rówieśniczej
- tworzenie par
- zawieranie przyjaźni
- szukanie kontaktów heteroseksualnych
- demonstrowanie dorosłości
- dominacja na zmianę trzech rodzajów przeżyć emocjonalnych w dużym nasileniu:
  - Stanów obronnych przejawiających się wycofaniem, niepokojem, lękiem, nieśmiałością
  - Stanów agresywnych
  - Uczuć pozytywnych

W końcowym etapie tego okresu wykształcają się uczucia wyższe, społeczne, moralne, etyczne predysponując do angażowania się w sprawy społeczne, religijne, patriotyczne. Ważny jest tu idealizm młodzieńczy, widzenie czarno – białe, które powoduje szereg rozczarowań.

## Rozwój osobowości.

Osobowość jest systemem, który składa się z elementów pozostających ze sobą we wzajemnej zależności, dynamicznych. Składa się zatem z :

### 1. Struktury Ja – Tożsamość, kim jestem

- Obraz Ja – jaki jestem, poczucie wartości
- Granice
- Poczucie kontroli
- System wartości zinternalizowanych jako własne

### 2. Procesów poznawczych – schematów myślenia, przekonań, sądów

3. Temperament i reaktywność to podłoże emocji, to jakby ściółka rozwoju osobowości. Wyposażenie biologiczne i intelekt mają wpływ na rozwój osobowości, ale bezpośrednio do niej nie należą

W okresie dojrzewania osobowość rozwija się bardzo burzliwie, niebagatelny wpływ ma tu intensywny rozwój intelektualny i spowodowana burzą hormonów chwiejność emocjonalna. Zakłócenia nie powstają nagle, są wynikiem oddziaływania środowiska, a głównie rodziny na różnych etapach rozwoju.

System rodzinny, style wychowawcze w rodzinie i ich wpływ w różnych okresach rozwojowych na rozwój osobowości dziecka

Kołowy model osoby jako całości

- Potencjał wolicjonalny
- Potencjał emocjonalny
- Potencjał społeczny
- Potencjał umysłowy
- Potencjał duchowy

System rodzinny jest to zbiór elementów , wzajemnie na siebie oddziaływujących, wielowymiarowy, w ruchu. Elementy , czyli członkowie rodziny są ze sobą w różnych związkach, tworzą sojusze, triady.

W rodzinach panują zasady dotyczące myślenia i zachowania , istnieją przyjmowane przez członków rodziny role.

Style wychowawcze powstają jako wynik skomplikowanych relacji rodzinnych, głównie pomiędzy rodzicami, rodzice wspólnie przyjmują pewien system wychowawczy. Powstaje on na kanwie ich relacji w rodzinach pochodzenia.

Style wychowawcze :Demokratyczny

Liberalny

Autorytarny

W okresie dojrzewania młodzież intensywnie przygląda się i ocenia otoczenie, poszukuje autorytetów, jest to okres idealizmu młodzieńczego. Spostrzeganie rzeczywistości jest dychotomiczne . Demokratyczny styl wychowania , oparty na szacunku dla drugiego człowieka, pozwalający na stawianie pytań , dyskusję, autonomizację jest najkorzystniejszy.

Autorytaryzm budzi opór i bunt, manifestować się one mogą zaburzeniami zachowania.

Opór i bunt młodzieńczy traktowany demokratycznie wzmacniają rozwój.

Styl nadmiarowo liberalny, pozbawiony jasnych zasad artykułowanych przez dorosłych może utrudniać proces socjalizacji, może zakłócać prawidłowe zaspokajanie potrzeby bezpieczeństwa.

Niezadawalająca opieka dorosłych

- częste i niejasne polecenia
- surowy lub zbyt niedbały nadzór zachowań dziecka
- paplanie, pogrożki, zrzęczenie, besztańcie
- groźby, krzyki, kary cielesne
- zaczepki, eskalacje konfliktów ( niekonsekwentna reakcja po eskalacji, poddawanie się, wybuchowość)

Wpływ grupy rówieśniczej na rozwój psychiczny dzieci i młodzieży

W okresie dojrzewania rówieśnicy i grupa rówieśnicza mają olbrzymi wpływ na kształtowanie się schematów poznawczych, wartościowanie, ocenianie, dokonywanie wyborów. Również samoocena , poczucie wartości opiera się w dużej mierze na porównywaniu się do innych, umiejętności bycia z innymi i zaskarbiania sobie ich przyjaźni i wzajemności. Potrzeba bycia w grupie jest bardzo rozbudowana. Zaspakaja ona potrzeby przynależności, akceptacji, miłości, współzawodnictwa i inne.

Istnieją grupy rówieśnicze formalne takie jak np. harcerstwo i nieformalne takie jak paczki , gangi, subkultury. Młodzi w grupach nieformalnych , szukają często zaspokojenia potrzeb psychologicznych, które nie są zaspokojone przez rodzinę.

Paczki rówieśnicze – formują się około 14 roku życia, jest w nich kilka osób. Początkowo jednej płci , potem są mieszane. Dzieci dobierają się pod względem upodobań, sposobu bycia, ubioru, mają wspólne normy i ideały. Razem spędzają czas.

Mogą mieć pozytywna lub negatywna rolę w kształtowaniu osobowości.

Negatywne skutki bycia w paczce : nadmiarowa lojalność wobec paczki, wrogość do rówieśników z innych grup.

Grupy koleżeńskie – bardziej luźne.

Bandy – swoje miejsce znajdują w nich ci, którzy nie są akceptowani społecznie, w bandzie panuje hierarchia, selekcja negatywna. Bandy wymagają lojalności.

Cechą grup, paczek, band jest konformizm wewnątrzgrupowy – przeciw innym.

### Wpływ środowiska szkolnego na rozwój psychospołeczny

Szkoła jest również systemem, w ciągłym ruchu, z elementami pozostającymi we wzajemnych związkach, systemem, który ma zabezpieczać wiele istotnych potrzeb uczniów takich jak : potrzeba informacyjna, potrzeby socjalizacyjne i inne.

Potrzeby te mogą być zaspokajane w sposób prawidłowy lub nie.

Prawidłowy oznacza zgodny z potrzebami okresu rozwojowego. Przykładem może być tu Okres dojrzwania , autonomizacji od dotychczasowego świata dorosłych, okres intensywnego poszukiwania własnych dróg do dorosłości i własnych autorytetów Nauczyciele rozumiejący i znający potrzeby danego okresu rozwojowego będą wspierać ten rozwój.

Istotny jest styl wychowawczy szkoły, panujące w niej zasady i normy, sposób traktowania ucznia, wzajemne relacje pomiędzy nauczycielami, autorytet nauczyciela. Klasa szkolna to mała społeczność kształtująca w dużym stopniu rozwój młodego człowieka.

Nauczyciel , wychowawca, według psychologów ma ogromny wpływ na procesy socjalizacyjne, kształtowanie osobowości uczniów, ich system wartości. Opieka nad uczniami powinna być zorganizowana i celowa. Klasy pozbawione takiej opieki są zdeintegrowane, przejawiają szkodliwe formy solidarności przeciwko nauczycielom i szkole. Powstają wzajemnie zwalczające się obozy.

Badana młodzież wymieniała negatywne cechy nauczycieli , takie jak : oschłość, bezosobowy stosunek do uczniów, brak wyrozumiałości, braki dydaktyczne.

Według młodzieży nauczyciel powinien być : życzliwy, sprawiedliwy, bezpośredni, cierpliwy

### Najczęstsze zaburzenia psychiczne dzieci i młodzieży

#### Zaburzenia psychiczne 13 – 15 lat

1. zaburzenia zachowania z prawidłowym procesem socjalizacji
2. zaburzenia zachowania z nieprawidłowym procesem socjalizacji
3. mieszane zaburzenia zachowania i emocji
4. zespół hiperkinetyczny
5. zaburzenia depresyjne i lękowe mieszane
6. zaburzenia występujące pod postacią somatyczną
7. zaburzenia hiperkinetyczne

#### Najczęstsze zaburzenia psychiczne 15 – 18 lat

1. zaburzenia adaptacyjne
2. zaburzenia urojeniowe
3. zaburzenia zachowania ograniczone do środowiska rodzinnego
4. zaburzenia depresyjne i lękowe mieszane
5. zaburzenia urojeniowe
6. zaburzenia wegetatywne pod postacią somatyczną
7. zaburzenia nerwicowe, fobia społeczna
8. ostre przemijające zaburzenia psychotyczne nieokreślone
9. dystymia



## 10. zaburzenia odżywiania

Zaburzenia obsesyjno – kompulsyjne u dzieci i młodzieży( nerwica natręctw)

Są to zaburzenia z kręgu zaburzeń nerwicowych, podłożem jest konflikt psychologiczny.

Zaburzenia te charakteryzują natrętne myśli i czynności, które utrudniają w sposób znaczny, życie dziecka i jego rodzinie. Są groźne jeżeli chodzi o zachowania suicydalne z uwagi na zmęczenie, wyczerpanie organizmu, wysoki poziom lęku, możliwość pojawienia się myśli natrętnych o treści związanej ze śmiercią.

### Objawy

- przymus wykonywania czynności
- wielokrotne pojawianie się pewnych myśli lub słów, w tym o tematyce seksualnej
- przymus wielokrotnego sprawdzania
- zaniepokojenie brudem lub brudnymi rzeczami
- niepokój związany z byciem wystarczająco czystym
- nadmierne mycie rąk, układanie rzeczy
- wielokrotne sprawdzanie lekcji, czy odrobione, trudności z zakończeniem odrabiania lekcji związane z przymusem sprawdzania
- powtarzanie ulubionych liczb, liczenie drzew, latarni
- rytuały czynnościowe
- mówienie lub poruszanie się w specjalny sposób
- wymawianie określonych słów czy liczb , w celu uniknięcia pecha
- sprawdzanie czy zamknięte zostały drzwi, wyłączone żelazko, kuchenka