

Otázka: Období dospělosti

Předmět: Vývojová psychologie

Přidal(a): JaničkaSestřička

Období dospělosti

- **charakteristika, psychosociální problematika daného období, funkce rodiny**

Období dospělosti, nebo-li střední věk života je nejdelším životním obdobím.

Dělí se:

- časná dospělost- 20- 30 let
- střední dospělost- 30- 45 let
- pozdní dospělost- 45- 65 let

ČASNÁ DOSPĚLOST

- Takto označujeme přechodnou životní etapu zhruba mezi 20 a 25 rokem života, kdy mladý člověk ještě řeší některé vývojové úkoly z období dospívání.

Charakteristika

- Období pohlavní zralosti
 - Uvědomění si sociálního postavení ve společnosti
 - Nastává rodinná a pracovní odpovědnost
 - Stabilizace charakterových a temperamentových vlastností člověka
 - Vrcholná stabilita sportování (u mužů-vede k sebeprosazování, u žen- k uspokojování mateřského instinktu)
 - Zakládání rodin a k tomu i konflikty mezi partnery na základě kariéry
 - Mladí lidé se učí rodičovským povinnostem a schopnostem
 - Vcelku je toto stádium dynamické, expanzivní s optimismem do budoucnosti
 - Pokud ženy nemají děti tak se realizují jinde (práce, zájmy)
 - Období stresů
 - Roste sebevědomí a ustaluje se, obohacuje se citový život
-
- Vysokoškolák ještě končí svá studia a brzy začíná pracovat.
 - Většina lidí v této době hledá svého stálého partnera, navazuje stálou známost a uzavírá sňatek.
 - Nejvýznamnějším úkolem tohoto období je proto v podstatě nalezení intimního vztahu k někomu, s nímž budu schopen sdílet, pracovní úsilí i různé zájmy a s nímž budu ochoten tento vztah dále posilovat a udržovat (jen tak je člověk schopen odpoutat se od své izolovanosti a rodinného hnízda).
 - **RODINA:** skupina spolu žijících lidí vázaných na sebe příbuzensky, sociálně a citově.
 - **MANŽELSTVÍ:** je základním článkem pro založení rodiny. Může být uzavřeno pouze souhlasným prohlášením muže a ženy, že spolu vstupují do manželství, toto prohlášení musí být učiněno veřejně před dvěma svědky a to buď civilní formou (státní úřad), nebo církevní formou. Podmínkou je zletilost (připouští se výjimka u nezletilých 16 let, pokud tuto výjimku udělí sám soud).

STŘEDNÍ DOSPĚLOST

- Jako střední dospělost je označován věk do ukončení reprodukčního období u ženy (klimakteriu, přechod).
- U muže dochází k obdobným změnám obvykle méně nápadně a spíše později, reprodukční schopnost může být zachována do pozdního věku. (climacterium virile)

Charakteristika

- Nejproduktivnější období
- Nejlepší výkony, dochází k uklidnění
- Objevuje se méně afektů, citová ustálenost
- Životní a profesní zaměření je ustálené (u žen - orientace na děti a rodinu, u mužů - orientace na práci, sport)
- Paměť a myšlení na vysoké úrovni, vrchol pracovní výkonnosti

Fyzické změny

- Ubývání síly
- Zpomaluje se rychlost pohybu
- Ubývá zraková ostrost

- na konci období se zhoršuje štípení zapamatování
- lidé mají vysoké sebevědomí
- první nemoci - hlava, klouby
- nechtějí měnit zasetý stereotyp

- V tomto období bývají nejčastěji vytvářeny originální výtvoři vědců a umělců. Pro

výchovu dětí jsou lidé ve středním věku již zralejší a připravenější, mají s dětmi více trpělivosti a věnují jim zpravidla více péče než lidé příliš mladí.

OSOBNÍ ZRALOST

- Člověk má být schopen vykonat přiměřené množství práce každý den a má mít pocit, že jeho práce je užitečná (aniž by byl nadměrně unaven)
 - Má být schopen udržovat dlouhotrvající přátelství k několika nejbližším lidem
 - Má mít dostatečnou sebedůvěru
 - Má být schopen uspokojivého heterosexuálního styku se stálým partnerem, také přijímat a opětovat lásku a něhu
 - Má být schopen rozšiřovat své zájmy a umět zaměnit svou práci za hru, odpočinek, četbu, radost z přírody, z poezie, hudby, ...
 - Má být spolehlivý a odpovědný, také stále ochoten na sobě pracovat
 - Má být schopen uvolnit z napětí, také stále ochoten na sobě pracovat
 - Má mít zájem o předávání životních zkušeností mladším
-
- Zralý člověk by měl být především pravdivý k sobě samému i k ostatním. A zároveň oproštěn od dětinskosti, závislosti na rodičích. Ale udržet k nim klidný a milující vztah.
 - Manželství a rodičovství tvoří kromě práce nejdůležitější obsah životního naplnění většiny lidí.
 - V podstatě uzavírají muži i ženy manželství proto, aby uspokojili své dvě hluboce zakořeněné potřeby:
 - Potřebu intimního emočního soužití
 - Potřebu mít děti a v nich vidět pokračování svého života
 - Harmonické manželství nacházíme spíše u lidí zralých, kteří prožili šťastné dětství rovněž v harmonické a spokojené rodině. Sexuální uspokojení je důležitou součástí manželského soužití, není však tak rozhodující.
 - Rodičovství přináší do života dosud bezdětných manželství nový prvek. Děti dají jejich

životu nový smysl a nový zdroj radosti, ale i nové nároky a nezbytná omezení.

- Mají-li být dobrými rodiči, musejí umět mnoho obětovat ze svého pohodlí, ze svých zájmu a často slevit i ze svých ambicí. Bohužel ne vždy se dočkají od svých dětí vděku a lásky.

POZDNÍ DOSPĚLOST

- Toto období lidského života bývá obecně charakterizováno jako období **BILANCOVÁNÍ**. Hovoří se také o KRIZI středního věku.
- Člověk bilancuje a kriticky přezkoumává svá dosavadní vítězství a prohry. Hodnotí se správně řešení i omyly ve volbě partnera, ve výchově dětí, v pracovní činnosti a v tvořivých seberealizačních činnostech.

Fyzické změny

- Ubývá síly
- Zpomaluje se rychlost pohybu
- Ubývá zraková ostrost

- na konci období se zhoršuje štípení zapamatování
- lidé mají vysoké sebevědomí
- první nemoci- hlava, klouby
- nechtějí měnit zajetý stereotyp

- Také originální výtvořky umělců a vědců bývají nejčastěji v tomto období vytvářeny. Pro výchovu dětí jsou lidé ve středním věku již zralejší a připravenější, mají s dětmi více

trpělivosti a věnují jim zpravidla více péče než lidé příliš mladí.

OSOBNÍ ZRALOST

Není snadné definovat. Často bývají uváděny tyto znaky:

- Člověk má být schopen vykonat přiměřené množství práce každý den a má mít pocit, že jeho práce je užitečná
- Má být schopen udržovat dlouhotrvající přátelství k několika nejbližším lidem
- Má mít dostatečnou sebedůvěru
- Má být schopen rozšiřovat své zájmy a umět zaměnit svou práci za hru, odpočinek, četbu, radost z přírody, z poezie, hudby, ...
- Má být schopný uspokojivého heterosexuálního styku se stálým partnerem, také přijímat a opětovat lásku a něhu
- Má být spolehlivý a odpovědný, také stále ochoten na sobě pracovat
- Má umět uvolnit napětí, které přinášejí životní zátěže
- Má mít zájem o předávání životních zkušeností mladším

Nyní člověk pociťuje, že se mu ubývá sil, a že je mnohem obtížnější čelit novým osobním problémům. Akutní a chronické onemocnění. Pozvolný pokles výkonnosti, péče o stárnoucí rodiče.

SOMATICKÉ ZMĚNY

1. Dostavují se první známky poklesu výkonnosti a hromadí se zdravotní potíže, ztráta některých zubů
2. Ukončení reprodukčního období, ženy menopauza, u mužů může být reprodukční schopnost zachována do mnohem pozdějšího věku- negativní i subjektivní prožitky
3. Rodičům odcházejí děti u domova a u některých matek se dostavuje pocit PRÁZDNÉHO HNÍZDA- který může být prožíván negativně i pozitivně

4. Mnozí lidé přijímají v tomto věku nové sociální role- roli prarodiče
5. Většina lidí ke konci období odchází do důchodů, náhlá změna soc. zařazení, omezení soc. kontaktů, vyřazení z pracovního kolektivu