

MEĐUŽUPANIJSKI STRUČNI SKUP STRUČNIH SURADNIKA PSIHOLOGA
OSNOVNIH ŠKOLA I SREDNJIH ŠKOLA
PSIHIČKI I SPOLNI RAZVOJ DJECE I MLADIH
ZAGREB, 17. OŽUJKA 2014.
PRIRODOSLOVNA ŠKOLA VLADIMIRA PRELOGA, ZAGREB

SPOLNO SAZRIJEVANJE I PSIHIČKI RAZVOJ U ADOLESCENCIJI

Prof. dr. sc. Gordana Kuterovac Jagodić
Filozofski fakultet u Zagrebu

Pubertet i adolescencija

Adolescencija

- ❑ **Adolescencija** - intenzivne promjene u tjelesnom, kognitivnom, emocionalnom i socijalnom funkcioniranju označuju prijelaz iz djetinjstva u odraslu dob te preuzimanje odraslih uloga i odgovornosti.
- ❑ Rana od 11. do 14. godine
- ❑ Srednja od 15. do 17. godine
- ❑ Kasna od 18. do 20. godine

Pubertet i adolescencija

Pubertet

- **Pubertet** – tjelesne promjene koje dovode do spolne zrelosti, reproduktivne sposobnosti i izgleda tijela kao kod odraslih
 - ▣ razina "nevidljivih" unutrašnjih neurobiokemijskih procesa
 - ▣ razina vidljivih tjelesnih promjena

- **Biopsihosocijalno gledište na pubertet** (Wilson i Keye 1989-
pubertet uključuje:
 - ▣ biološke promjene,
 - ▣ psihološke reakcije/prilagodbu na njih
 - ▣ socijalni utjecaj obitelji, društva i vršnjaka na te promjene i reakcije na njih

Razlike u početku trajanju i duljini puberteta i adolescencije

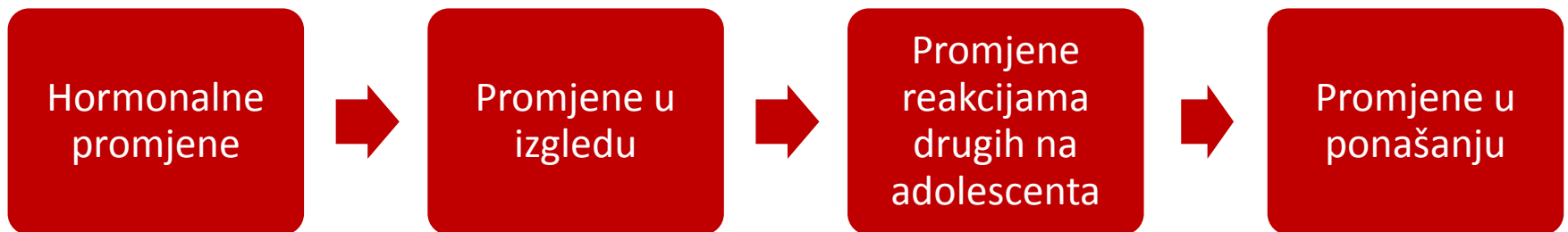
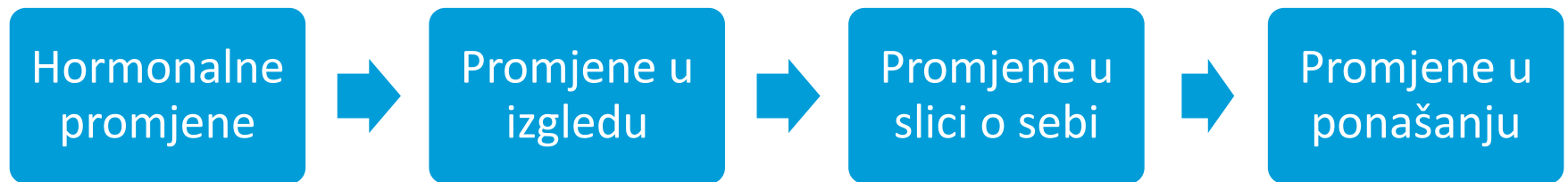
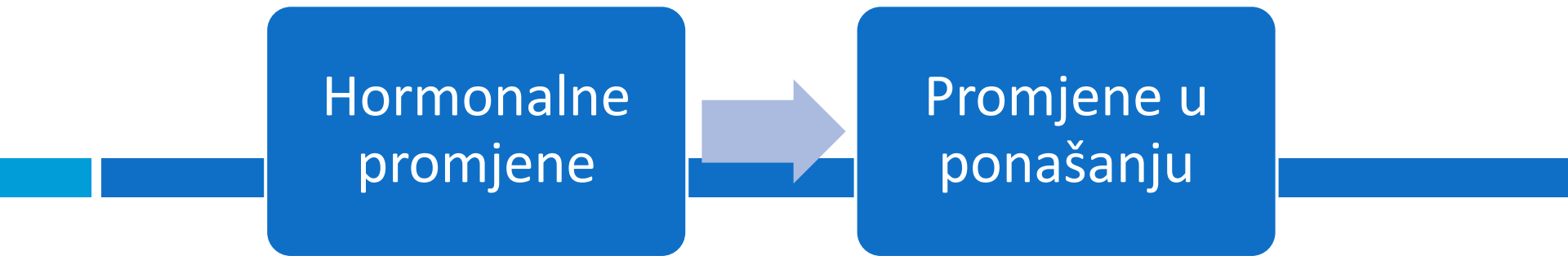
- Nevidljive pubertalne promjene počinju u djetinjstvu oko 6-8 g.
- Vidljive pubertalne promjene počinju u ranoj adolescenciji, a završavaju u srednjoj adolescenciji
- Ostali aspekti sazrijevanja i preuzimanja odraslih uloga nastavljaju se i u kasnoj adolescenciji
- Velike razlike u početku i trajanju puberteta
- Individualne razlike: genetske, biološke, spolne, prehrana, tjelesna aktivnost, obiteljska iskustva
- Grupne razlike: međukulturalne, SES, povijesne

Razvojni zadaci adolescencije

- Prihvaćanje vlastitoga tijela
- Formiranje zrelih odnosa s vršnjacima i vršnjakinjama
- Prihvaćanje ženske ili muške rodne uloge
- Postizanje emocionalne nezavisnosti od roditelja i drugih odraslih
- Pripremiti se za brak i obiteljski život
- Pripremiti se za zanimanje i samouzdržavanje
- Razvoj vl.vrijednosti i etičkih načela
- Društveno odgovorno ponašanje

Kako pubertet djeluje na ponašanje?

- **Model izravnih učinaka** – hormoni izravno djeluju na aktivaciju, ponašanje i afektivni razvoj
 - ▣ problematična ponašanja, delinkvencija, agresivnost; seksualno ponašanje, raspoloženja
- **Model neizravnih učinaka** - učinci bioloških promjena posredovani i moderirani drugim varijablama



Osjećaji i stavovi o pubertetskim promjenama

- **Osjećaji adolescenta** vezani uz pubertetske promjene – pripremljenost, socijalna okolina, kultura
- **Pripremljenost** – djevojčice koje nisu pripremljene na menarhu ili imaju negativne stavove imaju više simptoma vezanih uz nju kasnije
- **Roditelji** najveći utjecaj na **uvjerenja, mišljenja i stavove** o seksualnosti
- Prijatelji, škola i mediji izvori informacija, roditelji samo kod cca 15% glavni izvor informacija

Promjene u funkcioniranju adolescenata potaknute pubertetom utječu na...

□ Tjelesni razvoj i razvoj mozga

■ **Limbički sustav** – regulira emocije i motivaciju, sazrijeva rano u pubertetu

- Povećana potreba za nagradom/stimulacijom rizična ponašanja
- Povećana emocionalna eksplozivnost
- Slabija procjena rizika i kontrola impulsa

■ **Prefrontalni korteks** – kognitivni kontrolni sustav – sazrijeva krajem adolescencije i početkom odrasle dobi

- Izvršne funkcije – planiranje, rješavanje problema, kontrola impulsa

□ Raspoloženje

■ Promjene raspoloženja – promjene aktivnosti i stres, stav prema tijelu i izgledu; razdoblje bure i stresa?

□ Obrasce spavanja

■ Preferiranje pomaknute faze spavanja, dulje spavanje

Promjene u funkcioniranju adolescenata potaknute pubertetom utječu na...

□ **Obiteljske odnose**

- ▣ Separacija i individuacija od roditelja i obitelji
- ▣ Konflikti – učestalost max. u ranoj, intenzitet max. u srednjoj adolescenciji
- ▣ Popustljivi/nezainteresirani i jako strogi roditelji: najpermisivniji stavovi prema seksu i ranija seksualna aktivnost
- ▣ Seksualno aktivna braća/sestre aktivniji i adolescenti

□ **Odnose s vršnjacima**

- ▣ Važnost jača, romantični odnosi, promjene u prijateljstvima
- ▣ Vršnjaci koji su imali spolne odnose – druženje sa sličnima
- ▣ Stalna romantična veza

Promjene u funkcioniranju adolescenata potaknute pubertetom: **kognitivni i metakognitivni procesi**

Češće se javlja:

- Introspekcija (razmišljanje o vlastitim emocijama)
- Samosvijesnost (razmišljanje kako nas drugi vide)
- Intelektualizacija (razmišljanje o vlastitim mislima)

Još slabo mogu (sve do sredine 20-ih):

- planirati
- procjenjivati relativne prednosti i nedostatke rizičnih odluka
- koordinirati kognicije i emocije

Adolescentni egocentrizam – zaokupljenost vlastitim razmišljanjima

1. **Zamišljena publika** – čini im se da su svi zaokupljeni njima kao oni sami, više kod djevojaka, vrhunac oko 15g.
2. **Osobna bajka** – vjerovanje da su njihova iskustva jedinstvena i oni sami i da im se ništa ne može dogoditi

Promjene u funkcioniranju adolescenata potaknute pubertetom: **Identitet**

12

- **Identitet** - Dobro organizirano poimanje sebe sastavljeno od vrijednosti, uvjerenja i ciljeva
 - ▣ Identitet vs. Konfuzija uloga (vjernost)
 - Rodni identitet, Spolna orijentacija, Spolna privlačnost
- **Proces formiranja identiteta** – vršenje izbora putem *istraživanja alternativa i predavanja ulogama*
- **Moratorij** - Vrijeme pauze od obveza i odgovornosti u kojem se istražuje i priprema za važne odluke
- **Konfuzija / difuzija identiteta** - Stanje u kojem adolescent ne zna tko je i ima nekoherentan, nepovezan i nepotpun osjećaj sebe
- **Negativan identitet** - Izbor identiteta kojega društvo smatra nepoželjnim

Promjene u funkcioniranju adolescenata potaknute pubertetom: **Samopoštovanje**

13

- Nove dimenzije
 - ▣ Blisko prijateljstvo, romantična privlačnost i poslovna kompetencija
- Predadolescencija i rana adolescencija – opadanje samopoštovanja (**najgore 12-13 g**)
 - ▣ poboljšanje u kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi
- Veći pad kod djevojaka
- Nisko samopoštovanje ako:
 - ▣ Pubertet off-time
 - ▣ Neuspjeh u školi
 - ▣ Neusklađena škola i susjedstvo sa SES-om

Učinci vremena pubertetskih promjena na razvoj



- Djevojčice: početak: 7-13g. Kraj: 13-18 g.
- Dječaci: početak: 9.5 – 13.5 g. Kraj: 13.5 –18g
- *Timing puberteta* – kakav je pubertetski status osobe u odnosu na refereničnu skupinu iste dobi
- Maturacija koja se ne događa u uobičajeno vrijeme utječe na:
 - pojam o sebi
 - samopoštovanje
 - ponašanje (i seksualno)
 - odnose s roditeljima i vršnjacima
- Skretanje od socijalnog sata:
 - Intrapersonalni i interpersonalni konflikti

Posljedice različitog vremena spolnog sazrijevanja

	Dječaci 	Djevojčice 
Rano sazreli	13-14 g. <ul style="list-style-type: none"> + Popularni + Samopuzdani + Pozitivno tjelesno samopoimanje - Neusklađenost visokih očekivanja i zrelosti - Rizik za devijantna ponašanja 	7-10 g. <ul style="list-style-type: none"> ? Nepopularne (kult.specif.) -nisko pouzdanje - negativno tjelesno samopoimanje -Više devijantnih ponašanja - Poremećaji hranjenja
Kasno sazreli	15-16 g. <ul style="list-style-type: none"> - Nepopularni - Tjeskobni, brbljavi, traže pažnju - Negativno tjelesno samopoimanje +kreativnost, inventivnost	13-14 g. <ul style="list-style-type: none"> + Popularne + Socijabilne, živahne ± tjelesno samopoimanje pozitivno (mršavost) pa opada

Neseksualni razlozi seksualnog ponašanja adolescenata

- Sredstvo za zadovoljavanje emocionalnih potreba
- Sredstvo za zadovoljavanje interpersonalnih potreba
- Potvrda femininosti/maskulinosti
- Osveta ili osiguranje vjernosti partnera
- Ventiliranje emocija – ljutnja
- Dosada – masturbacija
- *Seks loše sredstvo suočavanja*: depresija, nisko samopoštovanje, interpersonalni problemi, hiperseksualnost

Učinci rane seksualne inicijacije na razvoj

- Djevojke kasnije- starije partnere, više partnera i redovitije spolne odnose
- Mladići – više partnerica, redovitiji spolni odnosi
- Što se ranije počne sa seksualnim aktivnostima veći rizici prerane trudnoće
- Vezano uz ostala rizična /delinkventna ponašanja
- Više obrazovne/radne aspiracije i praktična religioznost odgađanje seksualne inicijacije

Zaključno o seksualnost u adolescenciji

- Seksualnost postoji cijelog života samo se različito izražava
- Ulaskom u pubertet erotizacija spolnog uzbuđenja i ozbiljne reproduktivne i socijalne posljedice seksualnih ponašanja
- Jaz između biološkog sazrijevanja seksualnosti i socijalnog prihvaćanja te zrelosti
- Reakcije okoline – ignoriranje ili ambivalentno prihvaćanje, kontroliranje i upravljanje
- Istraživanja i rasprave uglavnom o problemima seksualnosti
- Normativne promjene još uvijek nedovoljno poznate



Hvala na pozornosti!