

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



O kryzysie tożsamości nastolatków

Małgorzata Zembowicz

www.malgorzatazembowicz.pl

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach

26 marca 2012 r.

Organizatorzy



Partner strategiczny

NBP

Narodowy Bank Polski

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIĘCY.PL

MAŁGORZATA ZEMBOWICZ

- psycholog, specjalista terapii uzależnień
- związana z NZOZ „MONAR” w Lipiance
- związana z OŚRODKIEM TERAPII UZALEŻNIENIĆ Victi
- absolwentka wydziału- Społeczna Psychologia Kliniczna oraz Studium Pedagogicznego w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej
- pracuje jako terapeuta/psycholog z osobami uzależnionymi od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych
- odbyła liczne praktyki i staże między innymi w Szpitalu Bródnowskim, domu dziecka, Poradni Terapii i Profilaktyki Uzależnień
- w swojej pracy używa elementów metody Dramy, której uczyła się w Stowarzyszeniu Praktyków Dramy STOP-KLATKA
- ma doświadczenie jako trener- zdobyte podczas realizacji projektów szkoleniowych i warsztatowych.






**CZYM SIĘ ZAJMUJE
PSYCHOLOGIA ROZWOJU**


Rozwój a dorastanie
i dojrzewanie

ZAKRES BADAŃ ROZWOJOWYCH


- Od okresu prenatalnego do śmierci
- **Najczęściej: wczesne dzieciństwo i adolescencja**
- Starzenie się – rozwój badań po II wojnie światowej
- Badania prenatalne – ściśle związane z rozwojem techniki




PODSTAWOWE PYTANIA PSYCHOLOGII ROZWOJU

- 1. Jakie są czynniki rozwoju ?
 - 2. Jakie są mechanizmy rozwoju ?
 - 3. Jakie są efekty rozwoju ?
- 


CZYNNIKI ROZWOJU

- Natura: genotyp i dojrzewanie
 - Interakcja: dopasowanie jednostki do środowiska
 - Kultura: środowisko materialne i procesy uczenia się
- 


JAK CZŁOWIEK SIĘ ROZWIJA

- Tempo zmian: szybkie/wolne; przyspieszone/opóźnione
 - Dynamika zmian: czas trwania etapów (stadiów); rytm
 - Charakterystyka zmian:
 - płynne/skokowe; ciągłe/stadialne;
 - lokalne/globalne
- 


EFEKTY ROZWOJU

- Kierunek zmian:
 - różnicowanie/porządkowanie;
 - integracja/dezintegracja; strukturacja/rekonstrukcja; tworzenie/destrukcja
 - Cel zmian: samodzielność, odpowiedzialność, tożsamość, dojrzałość
- 


CECHY PROCESY ROZWOJOWEGO

- Postępowość
 - Kierunkowość
 - Charakter adaptacyjny
- 


CO TO JEST ZMIANA ROZWOJOWA

- 1. Zmiana względnie długotrwała
 - 2. Ciąg zmian – nie może to być zmiana jednostkowa
 - 3. Zmiana względnie nieodwracalna
 - 4. Zmiana spontaniczna – przyczyna tkwi w rozwijającym się układzie
- 


PODSTAWOWE MODELE ROZWOJU

- Model liniowy
 - Model stadialny
 - Model cykliczno-fazowy
- 


MODEL LINIOWY

- Model zmiany: addytywnie prosty (dodawanie)
 - Opis zmian rozwojowych: wzrost, przyrost, zwiększanie się
 - Podstawowy proces: różnicowanie
 - Etapy zmian: brak etapów
 - Charakter zmian: ilościowe
- 


MODEL STADIALNY

- Model zmian: addytywny złożony – elementy tworzą całość
 - Opis zmian: rozbudowa, poszerzanie się, porządkowanie, integracja
 - Podstawowe procesy: różnicowanie, integracja
 - Etapy zmian: wzrost/integracja
 - Charakter zmian: ilościowe i jakościowe
- 


MODEL CYKLICZNO-FAZOWY

- Model zmian: konstruktywno-destruktywny
 - Opis zmian: budowanie/demontowanie
 - Podstawowe procesy: integracja i dezintegracja
 - Etapy zmian: progres, plateau, regres, kryzys
 - Charakter zmian: jakościowe i ilościowe
- 

DOJRZEWANIE JAKO PROCES

- 1. Zmiany fizyczne
 - 2. Zmiany fizjologiczne
 - 3. Wzrost organizmu
- 

STADIALNY CHARAKTER ROZWOJU

- Założenia:
 - 1. istnienie stadiów rozwoju
 - 2. stadia niezależne od kultury
 - 3. konieczność przejścia przez wszystkie stadia
 - 4. względność granic wiekowych
- 

MODELE OPISU ROZWOJU

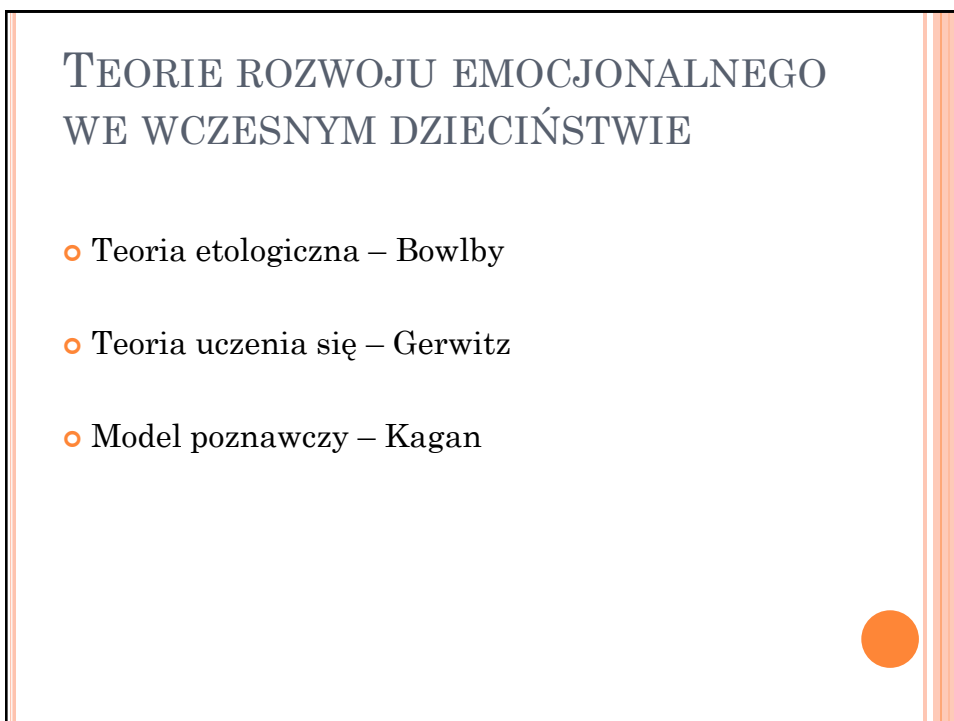
- Model czasowy
- Model odwołujący się do funkcjonowania w różnych sferach
- Model społeczny




GRANICE ROZWOJU

Rozwój to rozwiązywanie problemów adaptacyjnych na różnym poziomie wieku, w związku ze zmieniającą się sprawnością organizmu w różnych zakresach (rosnącą a następnie malejącą).







TEORIA ETOLOGICZNA

- 1. Proces selekcji naturalnej – instynkty
 - 2. Potrzeba utrzymania matki przy sobie:
 - a. sygnały dźwiękowe (płacz)
 - b. przybliżanie się (raczkowanie)
 - 3. Proporcje w budowie dziecka jako
○ sygnał
 - 4. Imprinting (Lorenz) – okres krytyczny
- 


TEORIA UCZENIA SIĘ

- 1. Podstawa są mechanizmy wrodzone
 - 2. Kary i nagrody, jako wzmocnienie procesu uczenia się – w oparciu o zaspakajanie potrzeb biologicznych – wczesna socjalizacja
- 


TEORIE POZNAWCZE

- 1. Przywiązanie jako efekt poczucia stałości istnienia obiektu – matka
 - 2. Powstawanie schematu poznawczego – matka
 - 3. Powstawanie schematu poznawczego – matka i ja
 - 4. Wewnętrzne robocze modele dziecka (opiekun)
- 


RELACJA DZIECKO - OPIEKUN

- 1. Komunikacja poprzez przekazywanie emocji – ważna rola płaczu
 - 2. Zasady interakcji „twarzą w twarz”
 - 3. Wzorce interakcji - synchronizacja
- 

STADIA INTERAKCJI DZIECKO- OPIEKUN

- 1. Regulacja biologiczna
 - 2. Interakcja twarzą w twarz
 - 3. Wspólny obiekt zainteresowania
 - 4. Wzajemność reakcji i zainteresowań
 - 5. Powstawanie reprezentacji symbolicznych
- 

REGULACJA BIOLOGICZNA

- Wiek – do 2 miesiąca
 - Cel – zaspakajanie potrzeb biologicznych;
 - próba harmonizowania potrzeb
 - rodziców i dziecka
- 

INTERAKCJA TWARZĄ W TWARZ

- Wiek – od 2 miesięcy
- Cel – regulacja relacji, przede wszystkim
 - emocjonalnych, w systemie twarzą w
 - twarz – synchronizacja nastroju




WSPÓLNY OBIEKT ZAINTERESOWANIA


- Wiek – od 5 miesięcy
- Cel – objęcie interakcją innych obiektów,
 - przede wszystkim społecznych



WZAJEMNOŚĆ

- Wiek – od 8 miesięcy
 - Cel – rozwój symetrycznych relacji;
 - przejście od reagowania do
 - świadomego inicjowania reakcji
 - przez dziecko
- 

REPREZENTACJA SYMBOLICZNA

- Wiek – od 18 miesięcy
 - Cel – wymiana społeczna oparta o język
 - i inne symboliczne narzędzia
 - komunikacji
- 

PRZYWIĄZANIE

- Pierwsze przejawy przywiązania: nieufność wobec obcych, negatywne reakcje na rozstanie
- Determinanty przywiązania: temperament,
- czynniki sytuacyjne (doświadczenie)




PROCES SEPARACJI- INDYWIDUALIZACJI PSYCHOANALIZA


- Stadia:
 - 1. symbioza
 - 2. różnicowanie
 - 3. faza ćwiczeń
 - 4. faza przybliżania
 - 5. faza konsolidacji




SYMBIOZA

- Wiek: od urodzenia do 4 miesiąca
 - Charakterystyka:
 - - jedność fizyczna i psychiczna
 - - przystosowanie się matki do odrębności fizycznej dziecka
- 


RÓŻNICOWANIE

- Okres: od 4 do 10 miesiąca
 - Charakterystyka:
 - - badanie świata (odrębności)
 - - lęk separacyjny
 - - lęk przed obcymi
- 


FAZA ĆWICZEŃ

- Okres: od 10 do 18 miesięcy
 - Charakterystyka:
 - - zdolność do przemieszczania się (opiekun jako baza wypadowa);
 - - zdolność do tworzenia innych więzów emocjonalnych;
 - - wiara we własną moc
- 


FAZA PRZYBLIŻANIA

- Okres: od 19 miesiąca do 3 lat
 - Charakterystyka:
 - - lęk separacyjny
 - - poczucie niemocy
 - - pełna odrębność fizyczna
 - - potrzeba pomocy versus potrzeba siły
 - - ambiwalencja, negatywizm
- 

FAZA KONSOLIDACJI

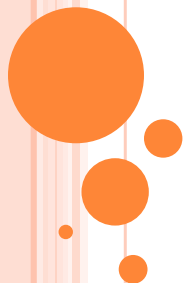
- Okres: od 3-4 lat do końca życia
 - Charakterystyka:
 - - osiągnięcie i utrzymanie poczucia własnej wartości i tożsamości;
 - - wytworzenie wewnętrznej reprezentacji matki, która zapewnia poczucie komfortu i bezpieczeństwa
- 

„TYP” MATKI A STYL WYCHOWAWCZY

- Autonomiczna – styl autorytatywny (demokratyczny)
 - Wypierająca – autokratyczny
 - Zajęta - permissywny
- 

WZORCE REAGOWANIA DZIECI


- Matka demokratyczna – ufnie przywiązane
- Matka autokratyczna – lękowo-unikające
- Matka permissywna – ambiwalentne




ROZWÓJ EMOCJONALNY

Co to jest dojrzałość emocjonalna


EMOCJE – PODSTAWOWE CECHY

- Znak – dodatnie lub ujemne
 - Intensywność
 - Rodzaj – treść (aspekt poznawczy)
- 


EMOCJE – POZIOM WYSTĘPOWANIA

- Poziom fizjologiczny
 - Poziom zachowania – ekspresyjny (afekt)
 - Poziom poznawczy – rozpoznawanie i nazywanie
- 

EMOCJE – PRZEJAWY FIZJOLOGICZNE

- Radość – wzrost poziomu adrenaliny, nagromadzenie energii, wyciszenie bodźców negatywnych
 - Odraza, wstręt – wzrost poziomu adrenaliny, wzrost wrażliwości sensorycznej
- 

EMOCJE – PRZEJAWY FIZJOLOGICZNE – CD.

- Złość - wzrost poziomu adrenaliny, pobudzenie układu krwionośnego
 - Strach – wzrost poziomu adrenaliny, pobudzenie układów krwionośnego i oddechowego
 - Smutek – spadek poziomu adrenaliny, obniżenie metabolizmu
- 

ŹRÓDŁA EMOCJI - PIERWOTNE

- Wewnętrzne
- Stan organizmu – zaspokojenie podstawowych potrzeb biologicznych



ŹRÓDŁA EMOCJI – WTÓRNE ZEWNĘTRZNE


- Pojawiają się później:
- 1. bodźce zewnętrzne – uczenie się
- 2. działalność własna
- 3. modelowanie
- 4. werbalizacja (słowa, intonacja)




WTÓRNE ŹRÓDŁA EMOCJI - WEWNĘTRZNE

- 1. Myśli
 - 2. Oczekiwania
 - 3. Przewidywania
 - 4. Obawy
 - 5. Nadzieje
- 


ROZWÓJ EMOCJI

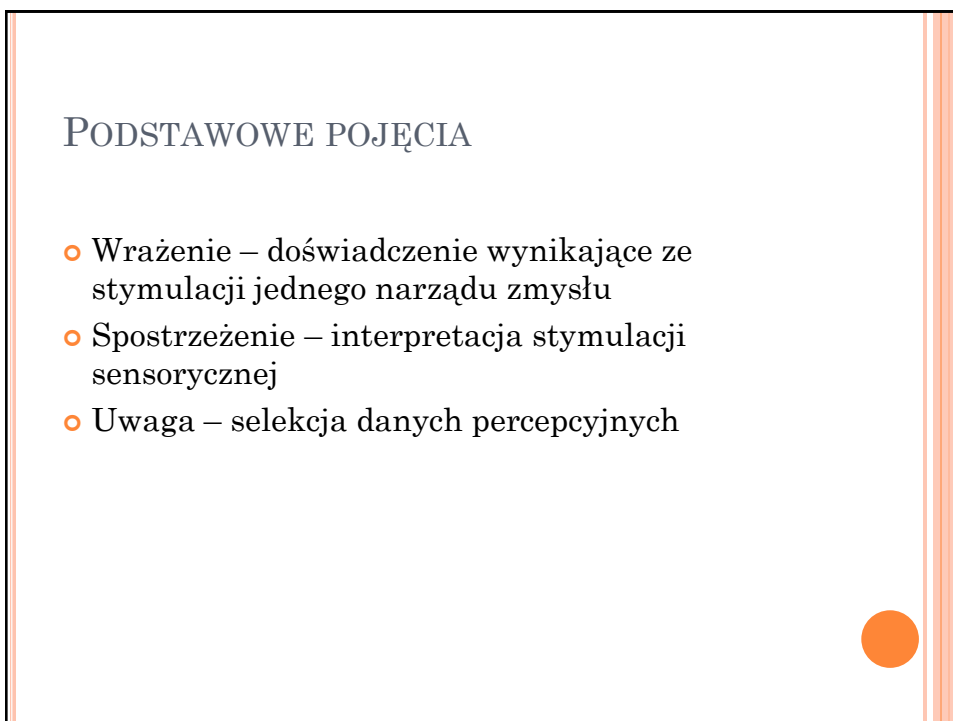
- Po urodzeniu:
 - 1. Brak przyjemności – dyskomfort
 - 2. Przyjemność – biologiczna
 - 3. Smutek, złość – 3-4 miesiąc
 - 4. Lęk – 6-8 miesięcy
 - 5. Wstyd, onieśmienie – około roku
- 

ROZWÓJ EMOCJI – PROCESY


- 1. Różnicowanie – rodzaju, intensywności, znaczenia
 - 2. Kontrolowanie afektu: wierne odzwierciedlenie – nadmierna kontrola
 - 3. Utrwalanie emocji: labilność – stałość
 - 4. Rozpoznawanie emocji: syntonია, empatia, odniesienia społeczne, decentracja interpersonalna
- 

DOJRZAŁOŚĆ EMOCJONALNA


- Świadomość emocji
 - Kontrola emocji
 - Akceptacja emocji
- 




TEORIE ROZWOJU POZNAWCZEGO

- Teoria uczenia się (Hebb)
 - Teoria etologiczna (Gibson)
 - Teoria poznawcza (Bruner, Piaget)
 - Teoria przetwarzania informacji
- 


TEORIA UCZENIA SIĘ

- Wrażenia percepcyjne powstają dzięki skojarzeniom: pojedyncze elementy – znany obraz; np. twarz i głos
 - Proces aktywizacji komórek i połączeń pomiędzy nimi
- 


TEORIA ETOLOGICZNA

- Percepcja oparta na bazie naturalnego wyposażenia, zdobytego w trakcie ewolucji
 - Poznanie odbywa się w oparciu o energię wydzielaną przez obiekty – co pozwala na ich odbiór w całości
 - Rozwój: zwiększanie wrażliwości na te energie oraz umiejętność ustalania co stałe a co zmienne w obiektach
- 


TEORIA POZNAWCZA

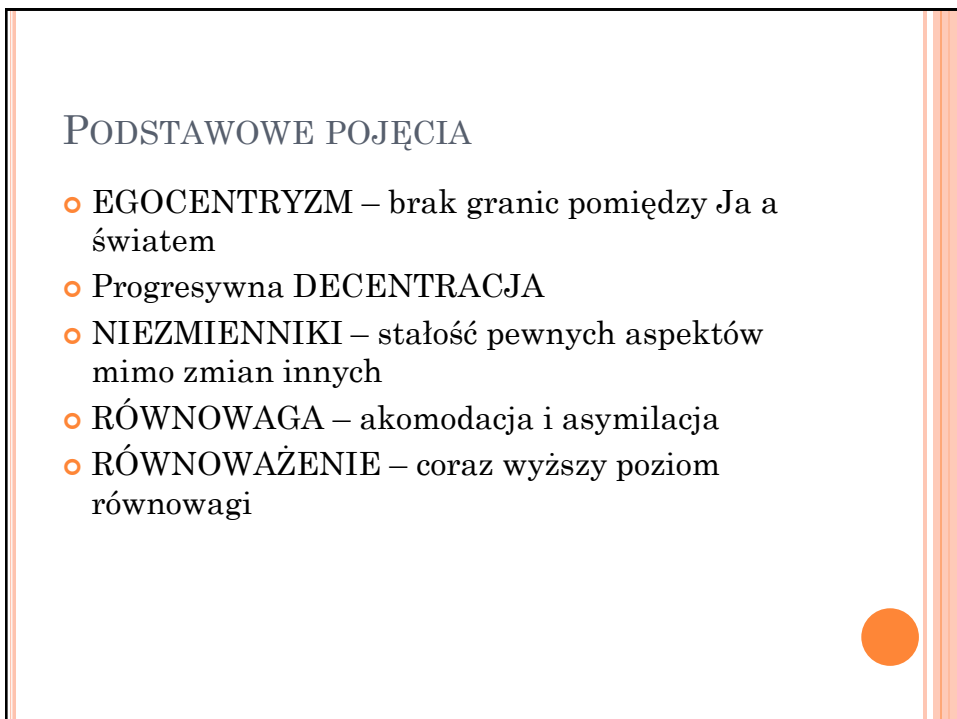
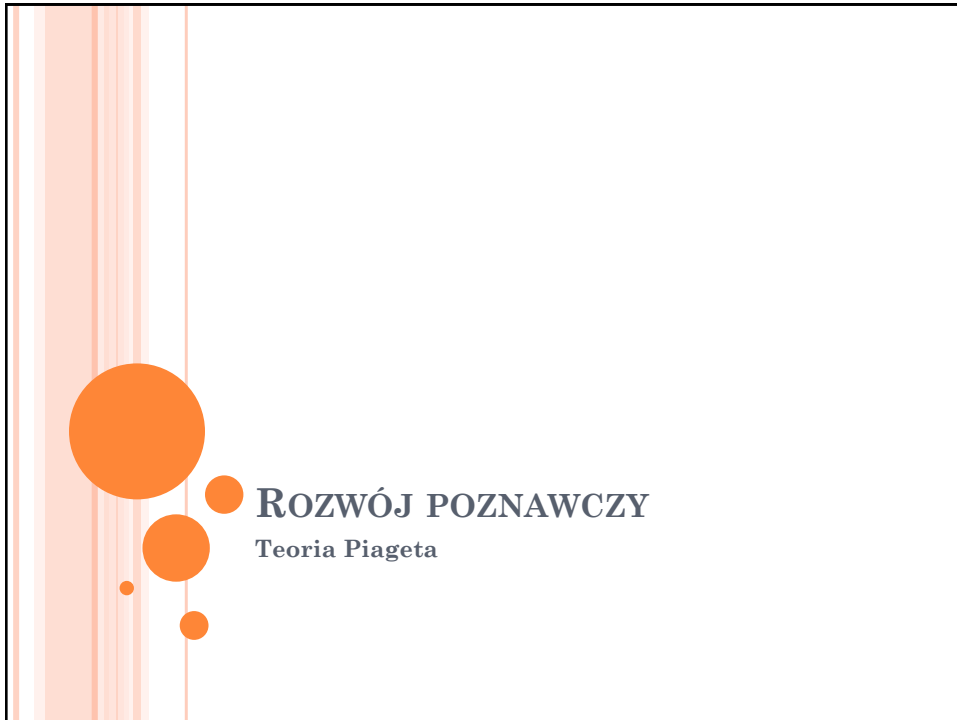
- Procesy poznawcze poprzedzają percepcję
 - Spostrzeganie zależy od poziomu rozwoju procesów poznawczych
 - Spostrzeganie zależy od wartości przypisywanej obiektom
- 

TEORIA PRZETWARZANIA INFORMACJI – METAFORA KOMPUTEROWA


- Przekształcanie danych wejściowych w sposób systematyczny i inteligentny – to znaczy przy wykorzystaniu różnego rodzaju informacji i zasad, przechowywanych w systemie przez jednostkę
- 

TEORIA PRZETWARZANIA INFORMACJI – METAFORA WIELOMAGAZYNOWA


- Wejście danych ze środowiska – rejestr sensoryczny (wzrokowy, słuchowy, dotykowy, itd.) – pamięć krótkotrwała (przemijająca pamięć robocza – procesy kontrolne: kodowanie, przetwarzanie, strategie wydobywania, procesy decyzyjne) – wyjście: reakcja lub pamięć długotrwała
- 




OKRESY ROZWOJU POZNAWCZEGO

- Okres senso-motoryczny (0 - 2 lata)
 - Okres przedoperacyjny (2- 6 lat)
 - Okres operacji konkretnych (6 -12 lat)
 - Okres operacji formalnych (powyżej 12 lat)
- 


STADIA OKRESU SENSO- MOTORYCZNEGO

- Ćwiczenia odruchów – 1 miesiąc
 - Rozwijanie schematów – 2 - 4 miesiąc
 - Odkrywanie procedur – 5 - 8 miesiąc
 - Zachowania intencjonalne – 9 - 12 miesiąc
 - Nowość i eksploracja – 13 - 18 miesiąc
 - Reprezentacje umysłowe – 19 - 24 miesiąc
- 

CHARAKTERYSTYKA OKRESU SENSO-MOTORYCZNEGO

- Podstawowe źródła rozwoju – oddziaływania zewnętrzne
 - Powstanie senso-motorycznych schematów poznawczych
 - Decentralizacja prowadząca do stałości obiektów
- 

PODSTAWOWE CECHY REPREZENTACJI UMYSŁOWYCH

- Funkcja symboliczna
 - Zdolność do naśladownictwa odroczonego
 - Początki zabaw symbolicznych
- 

OKRES PRZEDOPERACYJNY- CHARAKTERYSTYKA

- MYŚLENIE – szybsze, skuteczniejsze, bardziej mobilne – możliwość wymiany myśli (mowa)
- REPREZENTACJE – egocentryzm i centracja (jednoaspektowość)
- REALIZM – brak rozróżnienia między snem a jawą
- ROZUMOWANIE TRANSDUKCYJNE – Od szczegółu do szczegółu, brak zasad




OKRES OPERACJI KONKRETNÝCH - CHARAKTERYSTYKA


- Pojawienie się stałości ilości
- Rozwój umiejętności klasyfikowania – INKLUZJA KLAS
- Relacje – porządkowanie na jednym wymiarze SERIACJA; przechodniość – łączenie relacji
- ODWRACALNOŚĆ OPERACJI

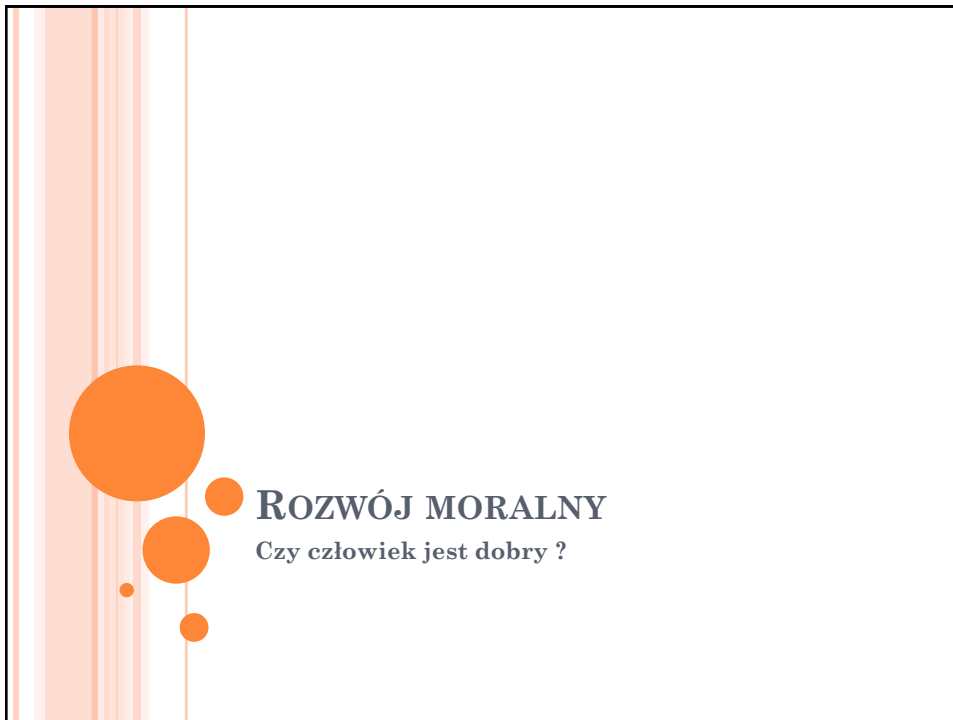


OPERACJE FORMALNE - CHARAKTERYSTYKA

- Rozumowanie hipotetyczno-dedukcyjne
 - Możliwość przechodzenia od możliwości do rzeczywistości
 - Myślenie probabilistyczne
- 

ROZWÓJ POZNAWCZY – PODSTAWOWE OSIĄGNIĘCIA

- Brak odwracalności – do pełnej odwracalności
 - Zależność procesów umysłowych od treści i materiału – do formalnego charakteru procesu myślenia
 - Zapamiętywanie mimowolne – zamierzone uczenie się
 - Odruch orientacyjny – dowolność procesów uwagi
- 




ROZWÓJ MORALNY


Czy człowiek jest dobry ?

KOD ETYCZNY


- Kod etyczny to zasady leżące u podstaw formułowania sądów moralnych.
- Kod etyczny opisuje się poprzez:
 1. określenie wartości centralnej
 2. określenie cnót kardynalnych
 3. określenie grzechów głównych




ETYKA KOLEKTYWISTYCZNA

- Wartość centralna
 - Dobro własnej grupy
 - Cnoty kardynalne:
 - Dobro i interes grupy, lojalność wobec członków grupy, konformizm
 - Grzechy główne:
 - Nielojalność wobec członków grupy, nonkonformizm
- 


ETYKA POWSZECHNEGO DOBRA

- Wartość centralna
 - Dobro społeczności jako całości
 - Cnoty kardynalne:
 - Poszanowanie norm społecznych
 - Grzechy główne:
 - Łamanie norm społecznych
- 


ETYKA PRODUKTYWNOŚCI

- Wartość centralna
 - Produkcja dóbr
 - Cnoty kardynalne
 - Użyteczność, skuteczność, pracowitość, oszczędność, sukces
 - Grzechy główne:
 - Lenistwo, marnotrawstwo, porażka
- 


ETYKA GODNOŚCI

- Wartość centralna
 - Życie w godny sposób
 - Cnoty kardynalne:
 - Duchowość, czystość, honor
 - Grzechy główne:
 - Pogoń za dobrami materialnymi, utrata honoru
- 


ETYKA AUTONOMII

- Wartość centralna
 - Dobro innej jednostki – dobro człowieka
 - Cnoty kardynalne:
 - Poszanowanie wolności i praw, pomaganie, lojalność wobec drugiego człowieka
 - Grzechy główne:
 - Krzywdzenie ludzi, łamanie praw, nielojalność
- 


TEORIE ROZWOJU MORALNEGO

- Spojrzenie etologiczne
 - Teorie uczenia się
 - Modele poznawczo-rozwojowe
- 

SPOJRZENIE ETOLOGICZNE

- Zachowania moralne związane są z adaptacją
 - Altruizm: selekcja rodowa (przetrwanie genów a nie jednostki), genetycznie uwarunkowany altruizm odwzajemniany
 - Agresja: zastępowanie agresji fizycznej w ramach gatunku przez hierarchię dominacji
- 

TEORIE UCZENIA SIĘ

- Rozwój moralny to nabywanie norm
 - Mechanizmy nabywania norm:
 - - uczenie się (wzmacnianie)
 - - modelowanie
 - - naśladownictwo
- 

ROZWÓJ MORALNY – TEORIA KOHLBERGA

- 1. Poziom przedkonwencjonalny:
 - moralność heteronomiczna;
 - indywidualizm i cele instrumentalne
- 2. Poziom konwencjonalny:
 - konformizm interpersonalny
 - prawo i porządek
- 3. Poziom pokonwencjonalny:
 - kontrakt społeczny
 - uniwersalizm etyczny (sumienie)



WPLYW ODDZIAŁYWAŃ SPOŁECZNYCH NA ROZWÓJ MORALNY

- Wpływ autorytetów
- Modelowanie
- Utrzymywanie dyscypliny
- Interakcje z rówieśnikami



POJĘCIE SPRAWIEDLIWOŚCI

Sprawiedliwość retrybucyjna (karanie):

- - zasady karania: od wielkości szkody do intencji jako podstawy wymierzania kary

Sprawiedliwość dystrybucyjna (podział dóbr):

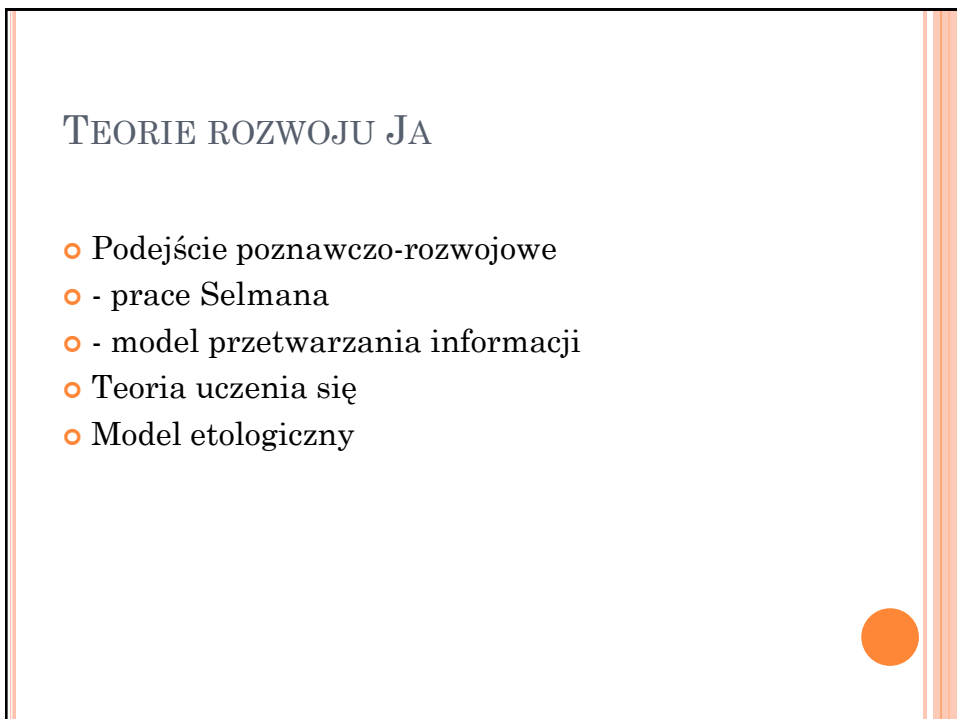
- korzyść własna
- zasada równości (4-5 lat)
- zasada sprawiedliwości (od 7 lat)




ROZUMOWANIE MORALNE A POSTĘPOWANIE MORALNE

- U dzieci – brak związku
- U młodzieży – umiarkowany związek
- U dorosłych – umiarkowany związek







TEORIA ETOLOGICZNA

- Poczucie Ja jest wyłącznym atrybutem psychiki ludzkiej
 - Poczucie ja zaczyna się rozwijać w wyniku interakcji pomiędzy dzieckiem a opiekunem (Bowlby)
- 


TEORIE UCZENIA SIĘ

- Ja tworzy się w oparciu o poczucie skuteczności własnego działania:
 - wzmocnienia słowne, modelowanie, doświadczenia własne
 - samoocena kształtuje się pod wpływem doświadczeń społecznego uczenia się (Bandura)
- 

MODEL PRZETWARZANIA INFORMACJI

- Ja stanowi część większego systemu pamięci
 - Każda jednostka rozwija swój własny schemat Ja
 - Schemat Ja jest stale rozbudowywany i dostosowywany
 - Ważną częścią Ja jest zbiór cech, które sobie przypisujemy
- 

MODEL SAMOŚWIADOMOŚCI SELMANA

- Założenia:
 - 1. rozwój samoświadomości odbywa się w pięciu stadiach
 - 2. stadia występują w określonej kolejności
 - 3. przebieg każdego stadium jest zawsze taki sam
 - 4. stadia są uniwersalne kulturowo
 - 5. stadia pojawiają się w efekcie zmian poznawczych
- 

STADIA ROZWOJU ŚWIADOMOŚCI WEDŁUG SELMANA

- POZIOM 0 – (1-2 rok życia): zrozumienie istnienia, brak odrębności psychicznej, zdobywanie wiedzy o odrębności fizycznej
- POZIOM 1 – (3-5 rok życia): oddzielenie poznania od zachowania, wiara w kontrole myśli nad działaniem, przekonanie od zewnętrznym odzwierciedleniu Ja



STADIA ROZWOJU SAMOŚWIADOMOŚCI - CD

- POZIOM 2- (6-9 rok życia): uczucia i myśli mogą się różnić od zachowań – Ja ukryte przed innymi, ale nie może być ukryte przed samym sobą
- POZIOM 3 – (10-13 rok życia): Ja stanowi trwały element struktur poznawczych, jest oddzielone od umysłu, który może je obserwować i oceniać



STADIA ROZWOJU SAMOŚWIADOMOŚCI – POZIOM NAJWYŻSZY

- POZIOM 4 – (powyżej 13 roku życia):
- Ja jest niepoznawalne nawet dla nas samych –
poznanie sfer świadomości i nieświadomości



POZNAWCZY ROZWÓJ JA

- 1. Zainteresowanie obiektami społecznymi – brak rozróżnienia Ja-inni (0-2 miesiące)
- 2. Pierwsze przejawy rozpoznawania siebie samego (3-8 miesiące)
- 3. Pojawienie się poczucia stałości własnej osoby, rozpoznawanie samego siebie (8-12 miesięcy)
- 4. Konsolidacja podstawowych kategorii dotyczących Ja (wiek, płeć, imię) (12-24 miesiące)



PODSTAWOWE POJĘCIA DOTYCZĄCE JA

- Ja-realne; Ja-idealne
- Ja-fizyczne; Ja-psychiczne;
- Ja-odzwierciedlone;
- Samowiedza
- Samoocena
- Poczucie tożsamości




SAMOWIEDZA


- Opis standardów osobistych
- Reguły generowania samowiedzy
- Reguły komunikowania wiedzy o sobie
- Reguły autoprezentacji
- Samoocena



ZMIANY W SAMOOPISIE

- Kilka podstawowych cech, głównie opis fizyczny – 2 lata
 - Opis cech zewnętrznych i cech psychicznych (ocena) – wiek przedszkolny
 - Opis stanów wewnętrznych – 6-8 lat
 - Opis abstrakcyjny – 13-115 lat
- 

SAMOOCENA

- Samoocena jest wielowymiarowa
 - Wymiary samooceny tworzą hierarchię
 - Samoakceptacja jest względnie niezależna od samooceny
 - Wpływ ja-odzwierciedlonego na samoocenę
 - Istotność stabilnej samooceny na ważnych wymiarach
- 

SAMOREGULACJA - ROZWÓJ

- Początki samokontroli – około 3-go roku życia)
- Mowa egocentryczna jako czynnik wspomagający rozwój samokontroli (Wygotski)
- Efekty samokontroli:
 - - odporność na pokusy
 - - umiejętność odraczania gratyfikacji




PODSTAWOWE ŹRÓDŁA ROZWOJU JA


- Informacje zewnętrzne – werbalne i niewerbalne
- Działalność własna – spontaniczna i celowa
- Porównywanie się



PODSTAWOWE POTRZEBY JA

- 1. Asymilowanie danych o rzeczywistości (spójność i stabilność Ja)
 - 2. Utrzymywanie równowagi między przykrością a przyjemnością
 - 3. Utrzymywanie związków z osobami znaczącymi
 - 4. Utrzymywanie odpowiedniego poziomu samooceny
- 

STANY ROZWOJOWE TOŻSAMOŚCI WEDŁUG MARCI

- 1. Rozproszenie tożsamości
 - 2. Moratorium tożsamości
 - 3. Przedwczesne ustalenie tożsamości
 - 4. Uzyskanie tożsamości
 - Nie jest to klasyczny model stadialny, ponieważ w każdym momencie można się cofnąć do poprzedniego stadium
- 

CZYNNIKI DECYDUJĄCE O STADIUM ROZWOJU TOŻSAMOŚCI

- Kryzys – potrzeba podjęcia decyzji, wyboru wartości
- Zaangażowanie – wysiłek podjęty na rzecz wybranego rozwiązania kryzysu



STADIA ROZWOJU TOŻSAMOŚCI - CHARAKTERYSTYKA

- 1. Rozproszenie: brak kryzysu, brak zaangażowania
- 2. Moratorium: kryzys, brak zaangażowania
- 3. Przedwczesne ustalenie: kryzys, zaangażowanie
- 4. Ustalenie: brak kryzysu, zaangażowanie



ZMIANY W POCZUCIU TOŻSAMOŚCI

- Kryzys jest najczęściej spowodowany naciskiem społecznym. Poszukiwania dotyczą:
 - - wyglądu
 - - zawodu
 - - zaangażowania emocjonalnego
- Kolejność poszukiwań zależy od wielu czynników społecznych



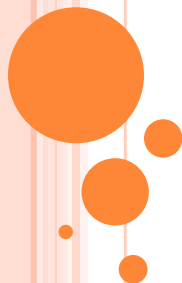
ZMIANY ROZWOJOWE ZWIĄZANE Z JA

- 1. Od prostego do zróżnicowanego schematu (opis globalny – opis zależny od okoliczności)
- 2. Od niespójnego zbioru cech do spójnego i stabilnego
- 3. Od niespójnego zestawu różnych wymiarów samooceny, do stabilnej samooceny opartej na hierarchii wymiarów



ZMIANY ROZWOJOWE ZWIĄZANE Z POJĘCIEM JA –CD.


- 4. Od opisu zewnętrznego, konkretnego do opisu zawierającego elementy abstrakcyjne i wewnętrzne (myśli, potrzeby)
- 5. Od Ja absolutnego do Ja porównawczego
- 6. Od Ja publicznego, jawnego do Ja prywatnego, ukrytego




ROZWÓJ SPOŁECZNY

Koncepcja Eriksona, jako przykład teorii rozwoju społecznego


SPECYFIKA SYTUACJI SPOŁECZNYCH

- Wzajemne oddziaływanie uczestników.
 - Spostrzeganie indywidualnych sytuacji społecznych w szerszym kontekście kulturowym.
 - Konieczność utrzymania równowagi pomiędzy dostosowywaniem się a oddziaływaniem.
- 


PERCEPCJA SPOŁECZNA, JAKO PODSTAWA ROZWOJU SPOŁECZNEGO

- Początek rozwoju społecznego – różnicowanie bodźców społecznych i niespołecznych (2-3 miesiąc życia):
 - - źródło zaspakajania potrzeb biologicznych;
 - - źródło warunkowych bodźców emocjonalnych;
 - - źródło aktywnych sprzężeń zwrotnych.
- 


PERCEPCJA SPOŁECZNA – CD.

- Różnicowanie osób znanych i obcych – a w konsekwencji zwiększenie dystansu wobec obcych (dystans psychologiczny).
 - Pierwsze schematy poznawcze dotyczące innych ludzi – 2 rok życia.
 - Zmiany w opisie ludzi: od właściwości sytuacyjnych do dyspozycyjnych.
 - Wzrost głębokości, integracji i obiektywizacji opisu innych ludzi.
- 


PERCEPCJA SPOŁECZNA – CD.

- Powstawanie wiedzy społecznej:
 - - informacje o człowieku w ogóle;
 - - informacje o mechanizmach psychicznych;
 - - informacje o uwarunkowaniu cech (wraz z podjęciem ról społecznych innych niż „dziecko”);
 - - maksymy, przesady, uprzedzenia.
- 


ROZWÓJ KONTAKTÓW SPOŁECZNYCH

- Wzrost liczby i intensywności kontaktów społecznych (charakter wzrostu odwrócone U);
 - Zmiany w kontaktach społecznych:
 - - przekazywanie i odbieranie informacji;
 - - dostosowywanie własnej działalności do tego, co robią inni;
 - - organizowanie działań innych ludzi;
 - - podjęcie działań na rzecz innych ludzi.
- 


ZACHOWANIA PROSPOŁECZNE

- Dzielenie się
 - Współpraca
 - Pomaganie
 - Specyficzna kategoria zachowań prospołecznych:
 - - hamowanie agresji
- 


ROZWÓJ ZACHOWAŃ PROSPOŁECZNYCH

- Syntonia - bez elementu poznawczego
 - Empatia – oparta na decentracji interpersonalnej
 - Dawanie, dzielenie się i pomaganie (modelowanie i doświadczenia społeczne)
 - Współpraca (gry i pełnienie ról społecznych)
- 


DETERMINANTY ZACHOWAŃ PROSPOŁECZNYCH

- Poznawcze : decentracja interpersonalna, system atrybucji;
 - Społeczne: modelowanie, proces uczenia się, środki masowego przekazu;
 - Wewnętrzne: temperament, hierarchia wartości.
- 


HAMOWANIE AGRESJI

- Różne rodzaje agresji: fizyczna, werbalna, symboliczna
 - Rodzaje agresji: instrumentalna versus wroga; agresja przeniesiona.
 - Rozwój wyrażania agresji – od fizycznej do słownej
 - Różnice indywidualne dotyczą: poziomu agresywności, sposobu wyrażania, poczucia winy.
- 


DETERMINANTY ZACHOWAŃ AGRESYWNYCH

- Uwarunkowania biologiczne;
 - Uwarunkowania rodzinne – proces zniewolenia rodzinnego;
 - Wzorce kulturowe i stereotypy związane z płcią;
 - Modelowanie i wpływ środków masowego przekazu.
- 


ROLE SPOŁECZNE – STYMULACJA ROZWOJU SPOŁECZNEGO

- Opis roli:
 - - co powinno się robić;
 - - w jaki sposób;
 - - w jakim momencie;
 - Zadania ról społecznych – realizacja celu grupowego;
 - Zysk z systemu ról dla jednostki:
 - - przewidywalność zachowań innych ludzi;
 - - stworzenie repertuaru zachowań własnych;
 - - ułatwienie podziału na swoich i obcych.
- 


TEORIA ERIKSONA – ROZWÓJ JAKO EFEKT NACISKU SPOŁECZNEGO

- Podstawowe założenia:
 - Rozwój to rozwiązywanie kryzysów spowodowanych przez próby dostosowania funkcjonowania jednostki do wymagań społecznych.
 - Rozwój ma charakter stadialny.
 - Rozwiązanie każdego z kryzysów ma wpływ na rozwiązywanie następnych.
- 


ZAUFIANIE – BRAK ZAUFIANIA

- Czas – pierwszy rok życia
 - Charakterystyka – potrzeba spójnej i trwałej opieki i zaspakajanie potrzeb fizjologicznych
 - Rozwiązanie dodatnie - zaufanie, poczucie bezpieczeństwa;
 - Rozwiązanie ujemne – podejrzliwość, brak poczucia bezpieczeństwa.
- 


AUTONOMIA – WSTYD I ZWĄTPIENIE

- Czas – drugi, trzeci rok życia;
 - Charakterystyka – początki uniezależnienia, wymagania treningu czystości;
 - Rozwiązanie dodatnie – poczucie autonomii i własnej wartości;
 - Rozwiązanie ujemne – wstyd i zwątpienie.
- 


INICJATYWA – POCZUCIE WINY

- Czas – czwarty, piąty rok życia;
 - Charakterystyka – poznawanie świata, działania własne nastawione na osiągnięcie konkretnego celu;
 - Rozwiązanie dodatnie – zdolność do inicjowania działań i odczuwania przyjemności;
 - Rozwiązanie ujemne – poczucie winy i lęk przed karą.
- 


PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ – POCZUCIE NIŻSZOŚCI

- Czas – lata wczesnoszkolne;
 - Charakterystyka – opanowanie wiedzy;
 - Rozwiązanie dodatnie – poczucie kompetencji, przeżycie sukcesu, wysoka samoocena;
 - Rozwiązanie ujemne – poczucie niższości, brak wiary we własne siły.
- 


TOŻSAMOŚĆ – ROZPROSZENIE RÓL

- Czas – 12 – 18 lat (?)
 - Charakterystyka – poszukiwanie tożsamości osobowej i zawodowej;
 - Rozwiązanie dodatnie – spójna i zintegrowana osobowość i ukształtowana tożsamość;
 - Rozwiązanie ujemne – zagubienie, brak pewności co do własnej tożsamości.
- 


INTYMNOŚĆ - SAMOTNOŚĆ

- Czas – wczesna dorosłość;
 - Charakterystyka – poszukiwanie bliskich i trwałych związków intymnych;
 - Rozwiązanie dodatnie – umiejętność tworzenia trwałych związków;
 - Rozwiązanie ujemne – samotność obawa przed stopieniem się z inną osobą, izolacja.
- 

PRODUKTYWNOŚĆ - STAGNACJA

- Czas – dorosłość;
 - Charakterystyka – poszukiwanie adekwatnych form produktywności i twórczości;
 - Rozwiązanie dodatnie – zdolność do produktywnej pracy i opiekowania się innymi;
 - Rozwiązanie ujemne – nuda, brak rozwoju.
- 

INTEGRACJA - ROZPACZ

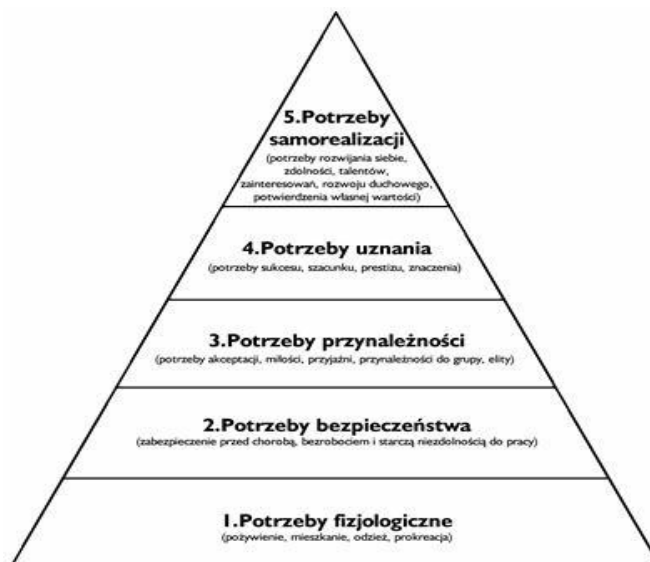
- Czas – starość;
 - Charakterystyka – ocena i bilans własnego życia;
 - Rozwiązanie dodatnie – poczucie satysfakcji, akceptacja śmierci (?);
 - Rozwiązanie ujemne – żal, poczucie zmarnowanego życia, lęk przed śmiercią.
- 

INNE KRYZYSY NIE UJĘTE W TEORII ERIKSONA

- Kryzys połowy życia
- Kryzys zmiany roli:
 - - dorosłość;
 - - małżeństwo;
 - - rodzicielstwo;
 - - emerytura.



HIERARCHIA POTRZEB- MASŁOW



KRYZYS TOŻSAMOŚCI



TOŻSAMOŚĆ CZYLI CO?

„Tożsamość to zespół wyobrażeń, uczuć, sądów, wspomnień i projektów, które odnosi ona wobec siebie” /Tome, Bariaud, 1980/

„Tożsamość jednostki to wewnętrzna, skonstruowana przez samego siebie, dynamiczna organizacja popędów, zdolności, przekonań i historii życia” /J.Marcia/

„...Zatem tożsamość Ego jest wynikiem jego pracy. Powstaje ona jako poczucie ciągłości i trwałości rozpoznania kogoś jako tego samego, choć nie takiego samego. /Erikson/



ROZWÓJ FIZYCZNY

- Wzrastająca masa ciała i zmiany w wyglądzie
- Pogarsza się węch i wzrok dorastających
- Dojrzewanie płciowe
- Procesy fizjologiczne -pierwsza miesiączka u dziewcząt i mimowolne wytryski u chłopców
- Zmiany hormonalne (estradiol/testosteron)
- Czasowa utrata płynności



ZABURZENIA DYSMORFICZNE (DYSMORFOFOBIA)

- nadmierne zaabsorbowanie rzekomym defektem własnego wyglądu
- może dotyczyć właściwie każdej części ciała, (najczęściej jednak skóry albo twarzy).
- najczęściej zaczyna się w okresie dojrzewania
- upośledza życie miłosne, społeczne
- osoby zaczynają od kosmetologii aż po operacje plastyczne



INNE ZABURZENIA ZWIĄZANE Z CIAŁEM

- Anoreksja
- Bulimia
- Ortoreksja
- Bigoreksja
- Samookaleczenia
- Nadwaga i otyłość




UZALEŻNIENIE


- nabyta silna potrzeba wykonywania jakiejś czynności lub zażywania jakiejś substancji
- w praktyce określenie to ma kilka znaczeń



ROZWÓJ SPOŁECZNY I EMOCJONALNY

- Rówieśnicy jako grupa odniesienia
 - Tworzenie grup, paczek, band jako zaspakajanie poczucia przynależności
 - Poszukiwanie pewności siebie
 - Pierwsze miłości, fascynacje i życie erotyczne
 - Emocjonalna niestabilność
 - Zmiana roli dorosłego
 - Bunt przeciwko autorytetom i ustalonemu porządkowi
- 

ROZWÓJ OSOBOWOŚCI

- Kolejne fazy kształtowania tożsamości /Waterman/:
 - tożsamość rozproszona
 - tożsamość lustrzana
 - tożsamość moratoryjna
 - tożsamość dojrzała
 - (ewentualnie tożsamość negatywna)
- 

TOŻSAMOŚĆ NEGATYWNA /ERIKSON/

- *Tworzy się na podstawie negatywnych identyfikacji*
- Skąd taki wybór?
- Zbyt wygórowane oczekiwania dorosłych
- Obawa przed porażką w roli akceptowanej społecznie
- „Lepiej być kimś niż nikim”
- Można próbować tożsamości negatywnej, gorzej gdy czerpie satysfakcję



CZEGO POTRZEBUJE MŁODZIEŻ OD SWOICH RODZICÓW:

- **Poczucia więzi i przynależności do rodziny.** Chcą czuć, że są kochane, rozumiane i mogą liczyć na wsparcie rodziców. Potrzebują naszego szacunku, przyjaznej atmosfery w domu – poczucia bezpieczeństwa.
- **Poczucia własnej wartości.** Chcą, aby doceniać ich wysiłki w osiąganiu sukcesów oraz chcą mieć pewność, że nie zostaną przez nas skrytykowane i odrzucone, gdy coś się nie uda.
- **Wiarygodności.** Chcą mieć pewność, że zachowujemy się tak jak mówimy, ale także, że potrafimy przyznać się do własnych słabości, niewiedzy i błędów.




- **Sprawiedliwego traktowania.** Przekonania, że rodzice w niejasnej sytuacji zareagują w oparciu o wnikliwe rozpatrzenie sprawy.
- **Stanowczości w ważnych sprawach.** Potrzebują jasno określonych reguł i konsekwencji w ich przestrzeganiu.
- **Poszanowania intymności i dyskrecji.** Chcą mieć pewność, że granice ich prywatności są przez nas respektowane.

BARIERY KOMUNIKACYJNE


- Nieumiejętne słuchanie
- Przerwanie
- Brak skupienia
- Moralizowanie/bagatelizowanie/ krytykowanie/udzielanie rad
- Podniesiony głos
- „bo tak, bo nie”
- Złe warunki do rozmowy
- Mówienie o kimś nie do kogoś

STRES


KONSTRUKTYWNE I NIEKONSTRUKTYWNE SPOSBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM

- KONSTRUKTYWNE- zmierzające do rozwiązania sytuacji
 - NIEKONSTRUKTYWNE- zmierzające do uśmierzania nieprzyjemnych emocji związanych ze stresem
- 


CO STRESUJE?

- Sytuacja stresująca to sytuacją NOWA, nie koniecznie nieprzyjemna.
 - Tym co stresuje jest konieczność adaptacji i obawa czy ta adaptacja się powiedzie.
- 

KONSTRUKTYWNE SPOSOBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM

- Mówienie o emocjach
 - Zdiagnozowanie faktycznej trudności
 - Korzystanie z pomocy innych
 - Pogodzenie się z kosztami
 - Podnoszenie odporności na stres
- 

NIE KONSTRUKTYWNE SPOSOBY RADZENIA SOBIE ZE STRESEM

- Mechanizmy obronne: zaprzeczanie, obwinianie innych, przerzucanie uwagi na coś innego, minimalizowanie itp.
 - CZYNNOŚCI KOMPULSYWNE:
 - sprząatanie, sport, jedzenie, samookaleczanie, zażywanie narkotyków, picie alkoholu
- 

- W wyniku zastosowania nie konstruktywnych metod następuje chwilowa ulga, pojawia chęć powtarzania ich zamiast faktycznego poradzenia sobie z nową sytuacją. Jest to najprostrza droga do uzależnienia lub innych niekonstruktywnych kompulsji



- PYTANIA/ DYSKUSJA

- DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

