

PSYCHOLOGIE CELOŽIVOTNÍHO VÝVOJE

MAREK BLATNÝ (ED.)

KAROLINUM



Psychologie celoživotního vývoje

Marek Blatný (ed.)

Recenzovali:

prof. PhDr. Vladimír Kebza, CSc.

PhDr. Iva Burešová, Ph.D.

Vydala Univerzita Karlova, Nakladatelství Karolinum

Redakce Alena Jirsová

Grafická úprava Jan Šerých

Sazba DTP Nakladatelství Karolinum

Vydání první

© Univerzita Karlova, 2016

© Marek Blatný (ed.), 2016

ISBN 978-80-246-3462-3

ISBN 978-80-246-3524-8 (pdf)



Univerzita Karlova
Nakladatelství Karolinum 2017

www.karolinum.cz
ebooks@karolinum.cz

OBSAH

Úvodem aneb ke struktuře knihy	11
I. Teorie vývoje člověka	15
1 Krátké uvedení do psychologie celoživotního vývoje (Katarína Millová) ...	17
Literatura	20
2 Klasické teorie vývoje (Katarína Millová)	23
Sigmund Freud: Teorie psychosexuálního vývoje	24
Erik H. Erikson: Teorie psychosociálního vývoje	26
Jean Piaget: Teorie kognitivního vývoje	29
Lawrence Kohlberg: Teorie morálního vývoje	30
Robert J. Havighurst: Teorie vývojových úkolů	33
Shrnutí	36
Literatura	36
3 Moderní teorie vývoje (Katarína Millová)	39
Lifespanové teorie vývoje	40
Lifespanová teorie vývoje a další lifespanově orientované teorie	40
Modely životní dráhy	49
Teorie životní dráhy a její vliv na další moderní teorie celoživotního vývoje ...	49
Teorie vývojových systémů	53
Teorie vývojového kontextualismu a další teorie vývojových systémů	54
Shrnutí	57
Literatura	58
II. Vývojové etapy	63
1 Vývoj před vstupem do školy:	
od prenatálního stadia po předškoláka (Filip Smolík)	65
Úvod	65
Prenatální období a porod	66
Novorozenecké období	67
Období kojenecké	68
Motorický vývoj	69
Kognitivní vývoj	69
Jazykový a předjazykový vývoj	71
Sociální a osobnostní vývoj	72
Temperament	73
Věk batolete	74
Vývoj motoriky	74

Kognitivní vývoj	75
Jazyk	75
Další oblasti kognitivního vývoje	76
Vývoj emocí a sociálního porozumění	76
Předškolní věk	78
Vývoj jemné a hrubé motoriky	78
Kognitivní vývoj	79
Jazyk a předčtenářské dovednosti	79
Další kognitivní vývoj	80
Myšlení a jeho omezení	80
Sociální vývoj	81
Sociální kognice a teorie mysli	81
Další oblasti vývoje.	82
Závěr	82
Literatura	83
2 Střední dětství (Lenka Kollerová)	85
Úvod	85
Tělo a mozek	86
Kognice	86
Pozornost a paměť	86
Piagetovy konkrétní myšlenkové operace	87
Metakognice	87
Jazyk	88
Emoce a motivace	89
Emoční regulace	89
Eriksonův čtvrtý věk člověka	89
Cíle a zájmy	90
Morálka	90
Kohlbergovo stadium konvenční morálky	90
Morální komplexita	90
Sebepojetí	91
Identita	91
Sebehodnocení	91
Mezilidské vztahy	92
Dospělí	92
Vrstevníci	93
Přátelství a postavení v kolektivu.	93
Agresivní a prosociální chování	94
Závěr	94
Literatura	95

3	Adolescence (<i>Pavλίna Janošová</i>)	99
	Úvod	99
	Časové vymezení adolescence	100
	Kognitivní schopnosti	100
	Emoční změny	102
	Identita dospívajících	104
	Socializace	106
	Sexualita a partnerství	108
	Škola a její význam	110
	Závěr	111
	Literatura	111
4	Mladá dospělost (<i>Katarína Millová</i>)	117
	Úvod	117
	Fyzické změny	118
	Kognice	119
	Emoce	119
	Osobnost a sebepojetí	120
	Partnerství, rodina a další sociální vztahy	123
	Pracovní oblast	125
	Výzkumy zabývající se mladou dospělostí	127
	Vynořující se dospělost	129
	Krise v mladé dospělosti	132
	Závěr	134
	Literatura	134
5	Střední dospělost (<i>Katarína Millová</i>)	141
	Úvod	141
	Fyzické změny	142
	Kognice	143
	Emoce	144
	Osobnost a sebepojetí	145
	Rodina a další sociální vztahy	146
	Pracovní oblast	148
	Výzkumy zabývající se střední dospělostí	149
	Střední dospělost – vrchol života nebo krize středního věku?	150
	Závěr	151
	Literatura	152
6	Pozdní dospělost (<i>Iva Šolcová, Marek Blatný</i>)	157
	Úvod	157

Vývojové úkoly stáří	158
Úspěšné, správné a jiné stárnutí	159
Předpoklady úspěšného stárnutí	160
Sebehodnocené úspěšné stárnutí	161
Očekávání spojená se stárnutím	162
Životní bilancování	163
Resilience	163
Zdroje resilience: sociální opora	164
Funkce a procesy v průběhu stárnutí a stáří	165
Kognitivní procesy	165
Obranné mechanismy	167
Osobnost a úspěšné stárnutí	167
Osobnostní rysy	167
Sebehodnocení a optimismus	168
Mezipohlavní rozdíly	169
Literatura	169
III. Existenciální výzvy	173
1 Úspěšný vývoj (Katarína Millová)	175
Definice úspěšného vývoje	175
Terminologická nejednotnost	179
Dimenze úspěšného vývoje	180
Propojení psychologického a sociálního fungování	182
Literatura	184
2 Osobní pohoda (Marek Blatný, Iva Šolcová)	189
Úvod	189
Dvě tradice výzkumu osobní pohody: subjektivní a psychologická pohoda	190
Subjektivní pohoda	190
Psychologická pohoda	192
Subjektivní a psychologická pohoda: související, ale odlišné koncepty	193
Novější koncepce osobní pohody	194
Teorie osobní pohody Sonyi Lyubomirské	194
Teorie osobní pohody Martina Seligmána	195
Osobní pohoda a sociodemografické faktory	196
Osobní pohoda a osobnost	198
Osobní pohoda a osobnostní rysy	199
Osobní pohoda a charakteristické adaptace	200
Osobní pohoda a osobní narativy	203
Osobní pohoda a věk	204
Závěr	207
Literatura	207

3 Sociální fungování (<i>Katarína Millová</i>)	215
Definice a struktura	215
Zdroje sociálního fungování	216
Intelligence a akademická oblast	216
Temperament a osobnost	218
Sociální vztahy	222
Literatura	227
4 Kulturní aspekty úspěšného vývoje (<i>Katarína Millová</i>)	235
Literatura	240
5 Generativita jako významný vývojový úkol v dospělosti	
(<i>Katarína Millová, Marek Blatný</i>)	243
Úvod	243
Definice generativity	244
Dimenze generativity	245
Typy generativity	246
Věkové souvislosti generativity	247
Kulturní dimenze generativity	250
Genderové rozdíly v generativitě	251
Nástroje měření generativity	252
Další teorie vycházející z Eriksonova modelu	253
Generativita v současném empirickém výzkumu	253
Závěr	255
Literatura	255
6 Smysl života ve vývojové perspektivě (<i>Peter Halama</i>)	261
Smysl života v psychologii	261
Smysl života a vývoj člověka	265
Smysl života v dětství	269
Smysl života v adolescenci	270
Smysl života v dospělosti	271
Smysl života ve starším věku	272
Závěr	274
Literatura	274
Summary	279
O autorech	280
Jmenný rejstřík	283
Věcný rejstřík	285

Úvodem

aneb ke struktuře knihy

Vývojová psychologie patří k základním psychologickým disciplínám a také biodromální psychologie má v systému psychologických věd dlouhou tradici. Vedle těchto oborů však v posledních třiceti letech vznikla disciplína nová, v anglické terminologii nazývaná *life-span psychology*, do češtiny nejčastěji překládaná jako psychologie celoživotního vývoje. Od tradičních psychologických disciplín se odlišuje zejména dvěma akcenty – důrazem na vývoj člověka v dospělosti a na historické a sociokulturní faktory lidského vývoje.

Vývojová psychologie se podrobně zabývá především ranými etapami vývoje člověka, dětstvím a adolescencí. Je to logické, neboť jde o nejcitlivější vývojová období, v nichž jsou položeny základy lidské osobnosti a pozdějšího vývoje, zdravého či poruchového. I když jsme v poslední době svědky rozšiřujícího se záběru vývojové psychologie (příkladem může být česká monografie Pavla Říčana *Cesta životem*, Portál 2004), přece jen hlubší pohled na život dospělého založený na výzkumných datech nebyl v minulosti dostatečný. Tyto poznatky přináší psychologie celoživotního vývoje a opírá se při tom zejména o množství empirických dat z řady longitudinálních studií, které byly v průběhu 20. století uskutečněny nebo stále probíhají a nové vznikají (např. *Midlife in the United States – MIDUS*, Jyväskylä Longitudinal Study of Personality and Social

Development – JYLS, Scottish Mental Surveys a mnoho dalších). Významné místo v tomto kontextu zaujímají i Pražská a Brněnská studie celoživotního vývoje člověka, které probíhají od r. 1956 (v Praze), resp. od r. 1961 (v Brně).

Druhým významným znakem nových vývojových teorií je zřetel nejenom k biologickým a psychologickým faktorům vývoje člověka (temperament, výchova, kognitivní procesy, identita), ale i k vlivům sociokulturním a historickým. Po celém světě a v různých historických obdobích mají životní dráhy obdobný průběh a lidé mají i obdobné vývojové úkoly (např. starost o děti a výchovu nové generace), nicméně jejich konkrétní podoba a náplň jsou podmíněny kulturou a sociálními podmínkami, v nichž lidé žijí. Lidské životy jsou dále ovlivňovány konkrétními historickými událostmi, které dávají jedinečnou zkušenost jednotlivcům i celým generacím.

V souvislosti s obratem k pozitivním stránkám lidského života, s nímž se setkáváme od 80. let minulého století, a jejich systematickým studiem ke dvěma výše zmíněným akcentům psychologie celoživotního vývoje můžeme připojit ještě jeden – zaměření na pozitivní, optimální či úspěšný vývoj člověka a jeho aspekty, osobní pohodu, sociální přizpůsobení, generativitu či životní smysl.

Knihu jsme se snažili uspořádat tak, aby přehledně představila nejdůležitější tematické oblasti psychologie celoživotního vývoje. V první části stručně shrnujeme klasické teorie vývoje člověka (S. Freud, E. Erikson, L. Kohlberg) a představujeme tři okruhy současných teorií celoživotního vývoje – lifespanové teorie (P. Baltes, J. Heckhausen), teorie životní dráhy (G. Elder) a teorie vývojových systémů (R. Lerner).

Ve druhé části se věnujeme popisu jednotlivých vývojových stadií od narození po pozdní dospělost. V duchu psychologie založené na důkazech (evidence-based psychology) jsme se snažili založit náš výklad na recentních empirických výzkumech. Přínos dále spatřujeme v podrobném shrnutí poznatků o mladé, střední a pozdní dospělosti.

V závěrečné části knihy se zabýváme existenciálními tématy lidského života. Každý člověk si přeje prožít život šťastný, smysluplný, naplněný úspěchy a přínosný druhým lidem. Nejprve představujeme koncept úspěšného vývoje a jeho ovlivňující faktory. V současné zahraniční literatuře se zpravidla rozlišují dvě složky úspěšného vývoje – psychologické fungování a sociální fungování. Adaptivní psychologické fungování je obvykle ztotožňováno s tématem osobní pohody (well-being), adaptivní sociální fungování zahrnuje přizpůsobení se sociálním normám a zvládnutí vývojových úkolů. Oběma aspektům úspěšného vývoje se věnujeme v samostatných kapitolách. V souladu se současným pohledem na celoživotní vývoj člověka, který bere v úvahu i širší společenský a historický kontext, se zabýváme i makrosociálními, respektive sociokulturními faktory lidského vývoje.

Významnou existenciální výzvou pro člověka je otázka po smyslu života. Životní smysluplnost je považována za jednu ze složek osobní pohody, vzhledem k její důležitosti se však věnujeme životnímu smyslu v samostatné

kapitole. Podobně rozvádíme i oblast sociálního fungování o téma generativity, vytváření hodnot ve prospěch druhých lidí i celé společnosti, které přesahují životní běh jednoho člověka.

Doufáme, že se nám podařilo vytvořit dílo smysluplné, informativní, představující nový obor a přinášející řadu zcela současných poznatků o vývojových etapách člověka a tématech pozitivně orientované psychologie. Máme z něj radost, jeho hodnotu ponecháme na posouzení laskavých čtenářek a čtenářů.

Za autorský kolektiv

Prof. PhDr. Marek Blatný, DrSc.

I.

Teorie vývoje člověka

Krátké uvedení do psychologie celoživotního vývoje

Katarína Millová

Vývoj je jedním z nejuniverzálnějších procesů, kterým v průběhu života prochází všechny živé organismy. U člověka se vyvíjí motorika, poznávací schopnosti, emoce nebo sociální vztahy. Vývoj však neznamená pouze systematickou a přetrvávající změnu, ale také kontinuitu, která je základem stability psychologických charakteristik. Stabilita a změna se v kontextu vývojové psychologie obvykle zkoumá ve třech základních oblastech (Kail & Cavanaugh, 2010; Sigelman & Rider, 2009):

1. *Biologický vývoj* souvisí s oblastmi, jako jsou tělesný růst, zrání centrální nervové soustavy nebo fyzické projevy stárnutí. Ačkoli je ve velké míře ovlivněn genetickými dispozicemi, určitý podíl na jeho průběhu má i životní styl a celková životospráva (Pulkkinen, 1992).
2. *Psychologický vývoj* zastřešuje změny v kognitivních, emočních a dalších oblastech, které ovlivňují prožívání a chování člověka.
3. *Sociokulturní vývoj* je zakotven v kultuře, společnosti nebo sociální skupině, ve které člověk žije. S lidmi kolem sebe navazuje více nebo méně blízké vztahy, důležité jsou však i sociální instituce, jako je škola nebo práce. Na nejširší úrovni jde o celou společnost a kulturu, ve které se konkrétní člověk vyvíjí.

Tyto tři základní oblasti se navzájem ovlivňují. Po dlouhotrvající debatě o míře zastoupení biologických vlivů (dědičnost, biologické zrání) a vlivů prostředí (výchova, sociální instituce, kultura) se nynější pohled přiklání k jejich *integraci*. V současnosti se tak už neřeší výhradní nebo převažující vliv genetických nebo environmentálních faktorů, ale jejich vzájemná interakce (Lerner, 2002; Sigelman & Rider, 2009). V průběhu 20. století se změnil i pohled na lidský vývoj. V pojetí dnešní vývojové psychologie (ale i dalších vědeckých disciplín, které se zabývají vývojem člověka z jiných pohledů) tak už vývoj neznamená pouze kvalitativní nebo kvantitativní pozitivní růst psychických vlastností, ale i jejich úbytek a ztrátu (Baltes, 1997).

Psychologie celoživotního vývoje sleduje interakci biologických, psychologických a sociokulturních faktorů v průběhu celého života. Zabývá se životem člověka jako celkem, nejen vybranými stadii, jak to bylo poměrně běžné ve vývojové psychologii až do poloviny 20. století¹. Popisuje a vysvětluje změny v lidském chování a prožívání od narození až po smrt. Vývoj člověka hodnotí jako interakci výchovy a společnosti, ale zároveň zohledňuje i vliv samotného jedince (Hartup, 2002). Liší se tak od psychologických disciplín, které se zabývají konkrétním obdobím vývoje, jako je například dětská vývojová psychologie nebo gerontologická psychologie. I když hlavním ukazatelem, který využívá je *věk*, pracuje s ním pouze jako s přibližným indikátorem vývojového statusu, protože mohou existovat obrovské rozdíly v tom, jakým způsobem fungují dva různí lidé ve stejném věku. Největší interindividuální rozdíly se objevují především mezi lidmi ve starší dospělosti a stáří (Andrews, Clark, & Luszcz, 2002).

Každá kultura má vlastní způsob rozdělení života a chování se k lidem konkrétního věku. Na základě věkové skupiny připisuje člověku určitý sociální status a sociální role, práva a povinnosti. Analýzou očekávání společnosti vytvořila v 60. letech 20. století americká psycholožka Bernice Neugartenová (1968) teorii, ve které definovala *věkové normy* – požadavky společnosti na chování člověka „přiměřené“ jeho věku. Tyto normy ovlivňují rozhodování lidí a způsob jejich života. Jsou základem *sociálních hodin*, které určují uspořádání života podle společenských požadavků (Helson, Mitchell, & Moane, 1984). Podle nich člověk určuje, kdy má vykonat určité činnosti (založit si rodinu, odejít do důchodu atd.) a zdali je jeho životní rozvrh rychlejší nebo pomalejší. Pro fungování člověka je velmi důležitý, protože například významné normativní události zvládá mnohem snadněji, když se objeví v očekávaném čase, než když přijdou příliš brzo nebo příliš pozdě (např. mateřství nezletilých dívek).

Periodizace vývojových období není úplně jednotná, navíc se mění v závislosti na změnách v biologickém i sociálním fungování člověka. Ukázka rozdílů a společných charakteristik je popsána v tabulce 1. Na uvedených příkladech

1 Americká tradice odlišuje vývojovou psychologii (*developmental psychology*), která se zabývá především vývojem v první polovině života (přibližně po začátek mladé dospělosti) a psychologii celoživotního vývoje (*life-span [developmental] psychology*), která se zabývá vývojem v průběhu celého života. V evropské tradici takové přesné rozdělení neexistuje.

můžeme vidět nejenom vývoj periodizace v posledních 40 letech a kulturní rozdíly, ale také zvětšující se nejednotnost klasifikací ve vyšších věkových obdobích:

Tabulka 1: Periodizace vývoje člověka v průběhu celého života podle vybraných autorů

Příhoda (1977)	Říčan (2006)	Kail & Cavanaugh (2010)
I. antenatální období (po narození): a) zárodečné a embryonální (0–3 měsíce) b) fetální (4–7 měsíců.) c) prenatální (8–10 měsíců)	prenatální (po narození)	prenatální (po narození)
II. první dětství: 1. období nemluvněte: a) natální (0–10 dnů) b) novorozence (10–60 dnů) c) kojenecké (2–12 měsíců) 2. věk batolete (1–3 roky)	kojenecké (0–12 měsíců)	novorozenecké (0–1 měsíců) kojenecké (1–12 měsíců)
III. druhé dětství: 1. předškolní (3–6) 2. prepubescence	batolecí (1–3 roky)	batolecí (1–2 roky)
	předškolní (3–6)	předškolní (2–6)
	mladší školní věk (6–11)	školní věk (6–12)
IV. pubescence (11–15)	pubescence (11–15)	adolescence (12–20)
V. hebetické období: 1. postpubescence (15–20) 2. mecitma (20–30)	adolescence (15–20)	„vynořující se“ dospělost (18–29)
	mladá dospělost (20–30)	mladá dospělost (20–40)
VI. životní stabilizace, vyvrcholení (30–45)	třicáté roky (30–40)	střední věk (40–60)
VII. interseium (45–60)	čtyřicáté roky (40–50)	
VIII. senium: 1. senescence (60–75) 2. kmetství (75–90) 3. patriarchium (90+)	padesáté roky (50–60)	mladé stáří (60–80)
	stáří (senium; 60+)	vysoké stáří (80+)

Historie psychologie celoživotního vývoje je poměrně klikatá. Ačkoli filosofické úvahy o vývoji člověka najdeme už u antických filosofů, vědecké zkoumání začalo až ke konci 19. století. Do popředí zájmu se dostala *deníková metoda*: prostřednictvím denních záznamů zaznamenávali mnozí vědci vývoj vlastních dětí. Dalším významným milníkem bylo dílo Granvilla S. Halla, které na začátku 20. století rozšířilo hranice zkoumání vývoje na adolescenci (jeho kniha *Adolescence* vyšla v roce 1904), později ji posunulo až do vysokého věku (*Senescence*, 1922). Výzkum se v průběhu 20. století začal specializovat na jednotlivá období života, často byl však ohraničen úzkou vývojovou etapou. Systematické zkoumání celoživotního vývoje se tak začalo objevovat až v průběhu 70. let 20. století, spolu s mnohými moderními teoriemi (podrobnosti

v dalších kapitolách; Lerner, 2002). Základní východiska psychologie celoživotního vývoje jsou uvedena v tabulce 2:

Tabulka 2: Základní východiska psychologie celoživotního vývoje (volně podle Baltes, Staudinger, & Lindenberger, 2006; Lerner, 2002, 2006)

Vývoj je...	
celoživotní proces	zahrnuje nejenom dětství, ale jakoukoli etapu lidského života
různorodý (multidirektivní)	různé charakteristiky (emoční, intelektové, motorické atd.) se vyvíjejí odlišnými způsoby
charakterizovaný plasticitou	plasticita se projevuje v průběhu celého života
ovlivněn kulturněhistorickým prostředím	jde o prostředí, ve kterém člověk žije, a o jeho normy, hodnoty, zvyky
ovlivněn řadou faktorů	některé vlivy jsou poměrně univerzální (normativní), jiné jsou velmi specifické
zahrnuje zisky i ztráty	zisky nejsou spojeny pouze s dětstvím a dospíváním, stejně jako ztráty se neobjevují výhradně v průběhu stárnutí, ale v celém životě
proces vyžadující multidisciplinární přístup	v posledních desetiletích došlo k významnému rozvoji vývojové vědy (podrobnosti v závěru)

V následujících kapitolách se zaměříme na různá teoretická východiska psychologie celoživotního vývoje, na klasické i moderní teorie, které se zabývají vývojem člověka v průběhu celého života. Vybrali jsme teorie, které vycházejí z různých přístupů – psychodynamického, kognitivního nebo systémového. Pohlíží na vývoj člověka různou optikou: jako vývoj v konkrétní, úzce vymezené oblasti nebo vývoj široce pojatý, vyžadující spolupráci vědců napříč různými obory.

LITERATURA

- Andrews, G., Clark, M., & Luszcz, M. (2002). Successful aging in the Australian Longitudinal Study of Aging: Applying the MacArthur model cross-nationally. *Journal of Social Issues*, 58, 749–765.
- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52, 366–380.
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., & Lindenberger, U. (2006). Life-span theory in developmental psychology. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 1. Theoretical models of human development*. 6. vyd. Hoboken: Wiley, 569–664.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education (Vols. I & II)*. New York: D. Appleton & Co.