

# Vývojová psychologie, 1. přednáška

Definice

Principy vývoje

Psychické potřeby/Deprivace

Resilience/maladaptace

Metody vývojové psychologie

## 1. Vývojová psychologie - definice

Vývojová psychologie je základní vědní disciplína psychologie, zabývající se výzkumem, popisem a vysvětlením změn, kterými člověk prochází během svého života v oblastech fyzického, kognitivního, emocionálního, sociálního a jazykového vývoje.

Cílem vývojové psychologie je objasnit, jak genetické faktory, prostředí a kultura ovlivňují tyto aspekty vývoje a jaké jsou mezi nimi vzájemné vztahy.

Výsledky vývojové psychologie mají důležitý praktický význam v oblastech jako je vzdělávání, psychodiagnostika, psychoterapie i politika týkající se vzdělávání, rodiny a dětí.

## 1.2 Principy vývojové psychologie:

### a) Princip interakce dědičnosti a prostředí

Vývoj je výsledkem vzájemného působení organismu a jeho prostředí.

Dědičnost a prostředí jsou vzájemně závislé. Například výška je z velké části určena dědičností, ale je rovněž ovlivněna i výživou.

Oddělit vliv dispozičních faktorů od vnějšího působení není možné, protože jedno vyžaduje druhé, aby se projevilo.

Debata o vztahu přírody a výchovy byla v oblasti vývoje dítěte a vývojové psychologie ve 20. století velmi kontroverzním tématem.

## b) Princip kontinuity

Vývoj člověka je kontinuální a postupný proces změn, který začíná početím a pokračuje po celý život. Zahrnuje růst tělesných a duševních vlastností až do dosažení jejich maximálního potenciálu a přetrvává i po dosažení dospělosti.

Poté začínáme stárnout, ubývájí nám síly a přestáváme být schopní zvládat věci, které jsme dělali dříve. Tento vývoj je u většiny dětí obecně konzistentní, přičemž každá vývojová fáze vytváří základ pro další.

### c) Princip posloupnosti

Vývoj probíhá podle sekvenčního schématu s předvídatelným postupem. Například dítě se naučí sedět dříve, než se postaví, nebo jednotlivá slova vysloví mnohem dříve, než zformuluje rozvíitou větu.

Pochopení těchto principů vývoje nám umožňuje navrhovat vhodné aktivity a zážitky přiměřené pro děti určitého věku, které jim usnadní učení a růst.

## d) Princip interakce zrání a učení

Proces vývoje je založen na zrání a učení. Dozrívání znamená přirozené, postupné, geneticky podmíněné změny, ke kterým dochází v těle a mozku a které dětem dávají nové schopnosti. Tyto změny v mozku a nervovém systému hrají významnou roli při zlepšování kognitivních a fyzických dovedností dětí.

Kromě toho musí děti dosáhnout určité úrovně zrání, než si mohou osvojit nové dovednosti, což se označuje jako "připravenost".

Například čtyřměsíční dítě nemůže mluvit, protože jeho mozek ještě není dostatečně vyzrálý, aby umožnil osvojení jazyka.

## e) Princip diferenciacce a integrace

Diferenciacce a integrace jsou dva základní procesy vývoje osobnosti v psychologii. Diferenciacce se týká procesu, kdy se jednotlivé části osobnosti stávají stále více specifickými vlivem zážitků a zkušenosti v konkrétním socializačním prostředí.

Jedním z příkladů, jak se diferenciacce projevuje v životě, může být například vývoj schopnosti rozlišování, vyjadřování a regulování různých emocí, jako jsou radost, smutek, hněv apod. Postupem času se dítě naučí vyjadřovat tyto emoce v konkrétních situacích a přiměřeně zvládat i protichůdné emoce v konfliktních či náročných situacích, což představuje proces integrace. Jde o postupné spojování jednotlivých zkušeností, vzorců chování, motivů atd. do vnitřně diferencovaného a integrovaného celku Já, které je "organizátorem" zkušeností.

## f) Princip individuálních rozdílů

Každý jedinec má rozdílné způsoby učení, kulturní a jazykové rozdíly, individuální schopnosti a potřeby. Stejně tak má své vlastní tempo vývoje, což má za následek rozdíly v sociálních dovednostech, emočních schopnostech, schopnostech učení a dalších.

Každému dítěti je třeba pomáhat v průběhu vývoje podle jeho individuálních schopností, silných stránek a omezení.



## g) Princip spirálového růstu

Dítě nepostupuje na cestě vývoje přímočaře nebo lineárně v žádné fázi, nikdy neprobíhá konstantním nebo stálým tempem.

Poté, co se dítě vyvinulo na určitou úroveň, nastane pravděpodobně období odpočinku pro upevnění do té doby dosaženého vývojového pokroku.

(Příklad s hladovým spolužákem)

## 1.2. Základní potřeby dítěte podle Zdeňka Matějčka

Zdeněk Matějček byl světoznámý český psycholog a psychoterapeut. Společně se Josefem Langmeierem vytvořili originální a objektivní dílo o psychické deprivaci, což byl nový psychologický pojem (Langmeier, Matějček, 1963).

Teorie psychické deprivace postuluje, že pokud je dítě dlouhodobě izolováno od sociálních interakcí a přiměřených podnětů, může to vést k vážným poruchám v jeho psychickém vývoji, jako jsou např. poruchy řeči, poruchy emocionální regulace, poruchy vztahů nebo celková apatie.

Matějčkovy a Langmeierovy úvahy o deprivaci se zaměřovaly na identifikaci klíčových dětských potřeb, jejichž dlouhodobá deprivace může vést k poruchám psychického vývoje. Podle jejich teorie má dítě pět základních psychických potřeb, jejichž naplňování je klíčové pro zdárný vývoj dítěte (Langmeier, Matějček, 1963, Matějček, Langmeier, 1986, Matějček, 2015):

## 1. Potřeba dostatku podnětů

Adekvátní stimulace z vnějšího světa je nezbytná pro optimální vývoj dítěte. Podněty by měly být vyvážené, aby nedocházelo k deprivaci nebo přetížení organismu.

Nemělo by jich být ani málo ani příliš mnoho a neměly by být ani příliš slabé ani příliš intenzivní.

Kromě toho by podněty měly být dostatečně proměnlivé, aby se zabránilo ztrátě zájmu.

Organismus dítěte by se jinak mohl uchýlit k neurotickému obrannému chování.

## 2. Potřeba smysluplného světa

Struktura a předvídatelnost událostí poskytuje řád a stabilitu v našem životě. Stabilní, předvídatelné, strukturované prostředí podporuje učení a rozvoj dítěte, umožňuje mu vytvářet si vztahy a porozumět světu kolem sebe.

Z pedagogického hlediska zahrnuje vytváření smysluplného světa pro děti mnoho různých prvků, jako jsou pravidla, rutiny, hry, učení, příležitosti k tvořivosti a zábavě.

Rodiče a opatrovníci mohou pomoci dětem porozumět těmto činnostem. Bez těchto elementů může být dítě náladové a nevyzpytatelné, a mít problémy s vývojem, chováním a sociální interakcí. Rodiče a pečovatelé by měli vytvářet jasnou strukturu a poskytovat jasné pravidla, aby dítě mohlo vyrůstat v bezpečném a podpůrném prostředí.

### 3. Potřeba jistoty

Dítě potřebuje pocit jistoty a bezpečí, aby se mohlo bez obav otevřít exploraci, tedy zkoumání světa. Intenzivně se tato potřeba začíná navenek projevovat kolem 1 roku věku, kdy dítě začne chodit a aktivně se zajímá o svůj životní prostor. Důležitou roli v uspokojení této potřeby hrají pro dítě "jeho lidé", kteří mu poskytují jistotu a stabilitu.

Pokud jsou rodiče sami úzkostní a vystresovaní, může to mít negativní dopad na dítě a jeho potřebu jistoty. Dítě může vnímat tuto úzkost a stres u rodičů a naučit se je kopírovat, což může vést k vnitřní nejistotě a strachu. Například, když rodiče projevují strach ze psů, dítě se může naučit tento strach sdílet a zvnitřnit ho, což se může projevit jako zvýšená úzkostnost dítěte při příštích setkáních s psy.

## 4. Potřeba pozitivní identity

Dítě potřebuje rozvíjet svou pozitivní identitu, tedy celistvou představu - integrovanou reprezentaci Já. Už velmi brzy se projevuje dětská svébytnost a rodiče zjišťují, že dítě má své vlastní preference a vůli, kterou prosazuje. Je zásadní, aby rodiče byli pro své děti příkladem v řešení jak pozitivních, tak i konfliktních situací.

Je důležité, aby dětem ukázali, že konflikty lze vyřešit pomocí naslouchání, hledání kompromisu, s respektem a láskyplně. Někdy je třeba, aby pečovatelé stanovili důrazné hranice a řekli dítěti "ne", aby mu zabránili v tom, aby si ublížilo. Když se děti učí chodit a začínají prozkoumávat své okolí, mohou narazit na nebezpečné nebo křehké předměty, které by mohly poškodit nebo se samy zranit. Když rodiče stanoví hranice a dítě na ně zareaguje vzdorem a dysregulací, je důležité, aby rodiče dokázali dítě citlivě podpořit v regulaci stresu a pomohli mu vyrovnat se s novou situací a zároveň byly dostatečně pevné a důsledné ve svých hranicích.

Nedostatek pozitivního prostředí a nedostatečná responzivita ze strany pečovatelů mohou být pro vývoj pozitivní identity dítěte velkým problémem.

## 5. Potřeba otevřené budoucnosti

Dítě potřebuje vědět, že to, co dělá, má smysl a že jeho blízcí to pozitivně vnímají a ocení. Když se lidé kolem dítěte zajímají o jeho pokroky, objevování nových věcí a porozumění novým souvislostem, dává to dítěti pocit radosti a uspokojení. Potřeba mít otevřenou životní perspektivu je existenciální potřeba, druhově specifická pro člověka.

Zahrnuje schopnost si uvědomit plynutí času, těšit se na budoucnost, vzpomínat na minulost a poučit se z ní, což nás motivuje k tomu, abychom žili naplno a s nadějí. Podle Matějčka je zavřená, bezútěšná budoucnost spojena s útlumem, zoufalstvím a pocitem prázdnoty. I když dětem může trvat poměrně dlouho, než si uvědomí budoucnost v plném smyslu, první krůčky k tomu se mohou objevit už v raném věku, když se těší na nějakou událost nebo se bojí něčeho, co se může stát v budoucnu.

### 1.3. Psychická deprivace

Psychická deprivace je stav, kdy jedinec nedostává dostatečnou stimulaci nebo potřebnou podporu pro svůj psychický vývoj. To může být způsobeno například nedostatečnou péčí, nedostatkem pozornosti nebo emocionální zanedbáváním ze strany dospělých v okolí.

Tento stav může mít negativní dopad na psychické zdraví jedince, zejména v průběhu raného vývoje, kdy se utváří základní vazby a vztahy, a kdy jsou tyto základní zkušenosti důležité pro budoucí psychický vývoj. Psychická deprivace může vést k závažným problémům jako jsou poruchy pozornosti, depresivní nebo úzkostné stavy, nízké sebevědomí, problémy s emocionální regulací, a další. Deprivace může negativně ovlivnit strukturální a funkční konektivitu neurovnáních sítí v mozku deprivovaného dítěte.



## - Narušení strukturální konektivity:

Strukturální konektivita popisuje anatomická spojení mezi různými oblastmi mozku. Tento druh konektivity se vztahuje k fyzickým spojením mezi neurony, jako jsou nervová vlákna, axony a synapse.

Deprivace může ovlivnit správný vývoj axonů a dendritů, které jsou zodpovědné za spojení mezi neurony. To může vést k nižšímu počtu synapsí a slabší konektivitě mezi různými oblastmi mozku.

## Narušení funkční konektivity:

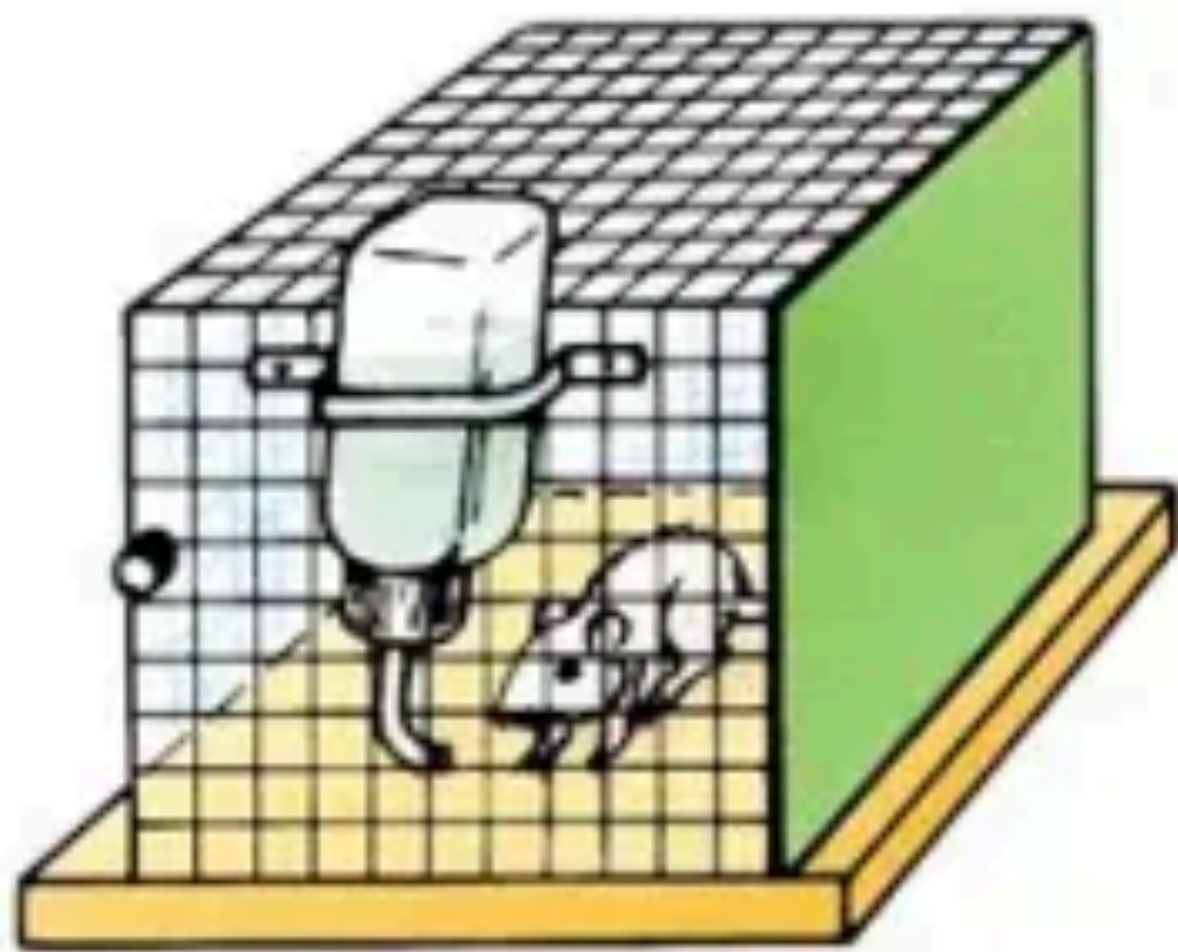
Funkční konektivita popisuje vzorce aktivace mezi různými oblastmi mozku v průběhu určitého úkolu nebo v čase. Tento druh konektivity se vztahuje k synchronizaci neuronální aktivity mezi různými oblastmi mozku a k jejich vzájemné interakci.

Deprivace může ovlivnit správný vývoj neurochemických procesů, které jsou zodpovědné za přenos signálů mezi neurony a sítěmi. To může vést k narušení normální funkční konektivity mezi různými oblastmi mozku a ovlivnit různé kognitivní, emoční a motorické funkce.

### 1.3.1 Výzkumy vlivu deprivace na vývoj mozku

#### 1. Výzkum vývoje mozku krys v podnětném prostředí:

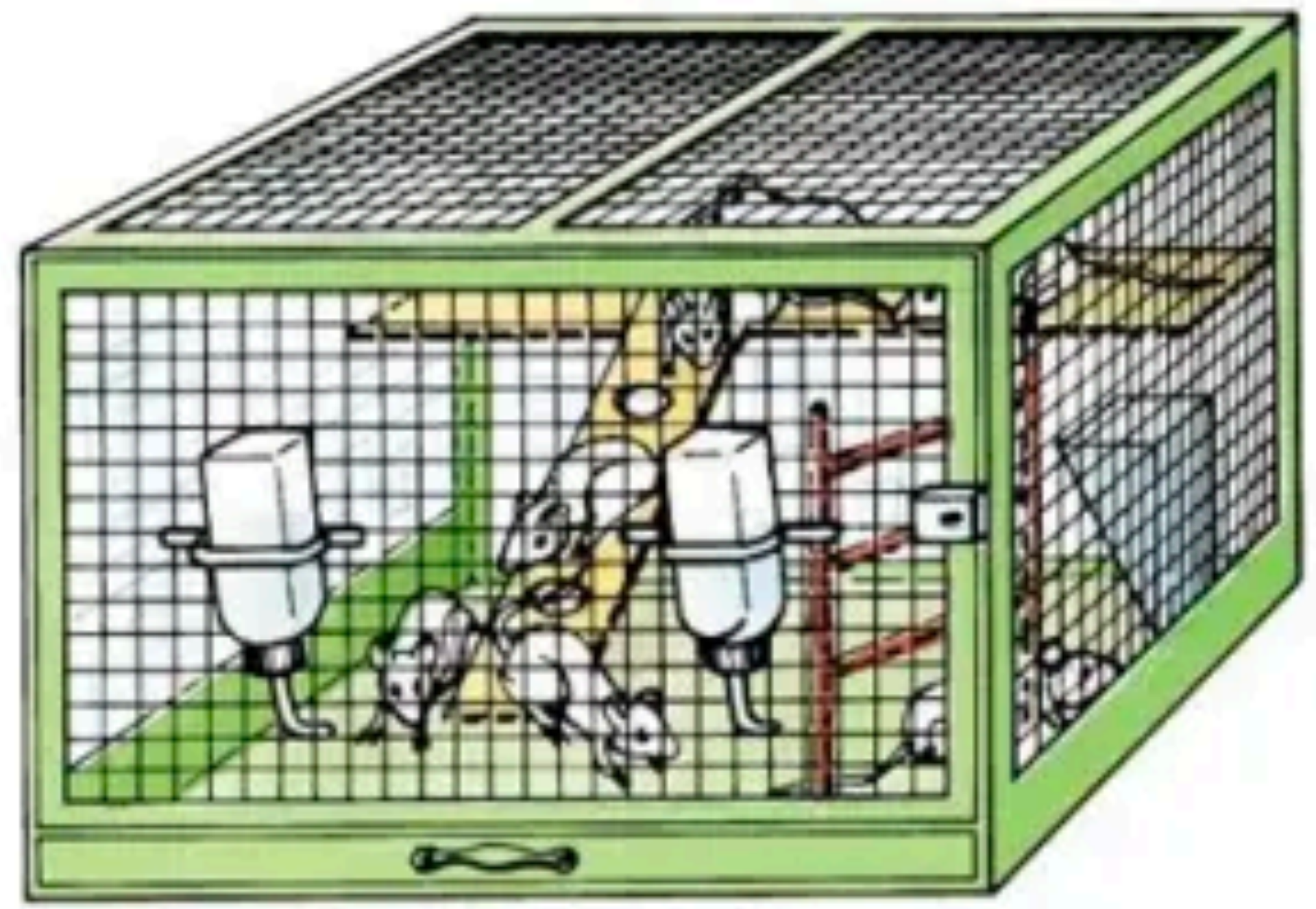
Rosenzweig a Bennett (1972) zjistili, že krysy žijící v podnětném prostředí mají lépe vyvinutou šedou mozkovou kůru. Hmotnost mozku potkanů se může díky podnětnému prostředí zvýšit o 7-10 % a synapse se zvětší asi o 20 %.



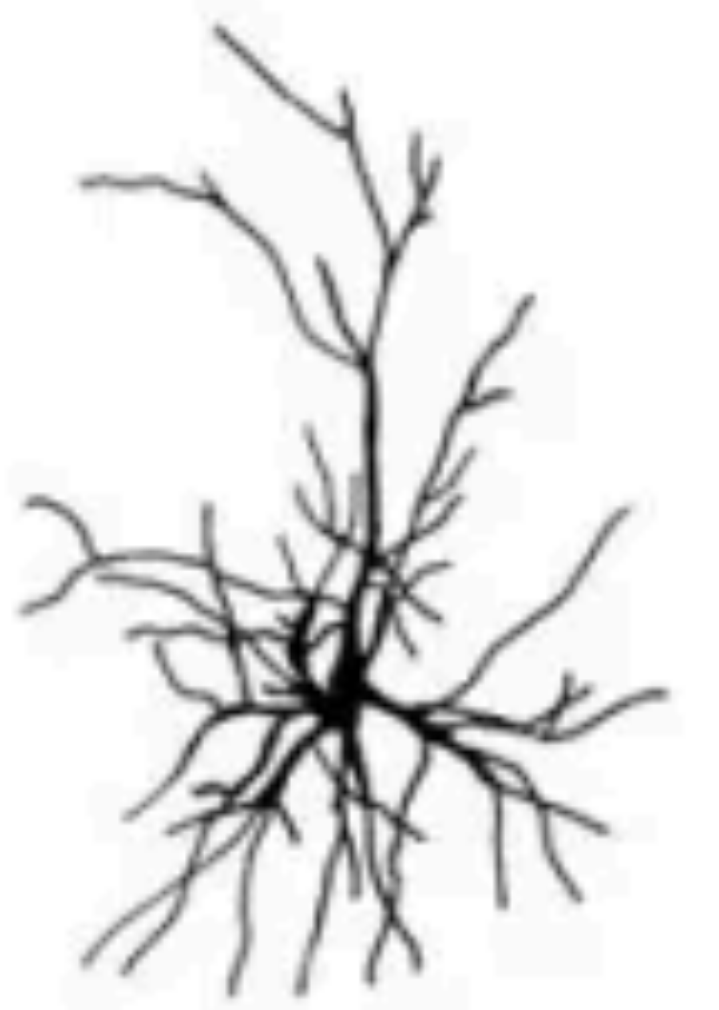
**Impoverished environment**



**Rat brain cell**



**Enriched environment**



**Rat brain cell**



### 1.3.1 Výzkumy vlivu deprivace na vývoj mozku

2. Studie ERA - The English and Romanian Adoptee: Rutter a kol. (2011) zkoumali dlouhodobé dopady ústavní péče na děti adoptované z Rumunska anglickými rodinami v letech 1990-1992.

165 dětí vychovávaných v ústavní péči nebo v extrémně znevýhodněném rodinném prostředí. Srovnávací skupina 52 dětí adoptovaných v rámci Spojeného království, které nezažily ústavní péči ani závažné týrání. Rumunské děti, které britské rodiny adoptovaly před dosažením věku tří a půl let, byly zkoumány ve věku čtyř, šesti a jedenácti a patnácti let.

Autoři zjistili, že čím déle byly děti vystavené deprivaci, tím závažněji byl narušen jejich psychosociální vývoje. Děti mladší než 6 měsíců měli prognózu zdravého vývoje velmi dobrou, naopak, děti starší než 24 měsíců měli prognózu špatnou. Deprivace se odrazila ve 4 základních oblastech psychického vývoje:

## 1.3.1 Výzkumy vlivu deprivace na vývoj mozku

### Kognitivní poruchy

adopce ve věku méně než 6 měsíců, IQ=102

adopce ve věku 6 měs - 2 roky, IQ = 86

adopce dětí starších 2 let, IQ = 77

Kvaziautismus (QA) označuje vzorec, který se podobá autismu.

Disinkhibovaná sociální angažovanost jako výrazné nerespektování sociálních hranic a nadměrné seznamování se s cizími lidmi, což přetrvávalo až do dospívání a způsobovalo významné poškození vztahů.

Nepozornost/impulzivita: zjištění napříč různými věkovými kategoriemi ukázala významně vyšší míru poruch pozornosti u dětí, které byly adoptovány ve věku 6 měsíců a více.

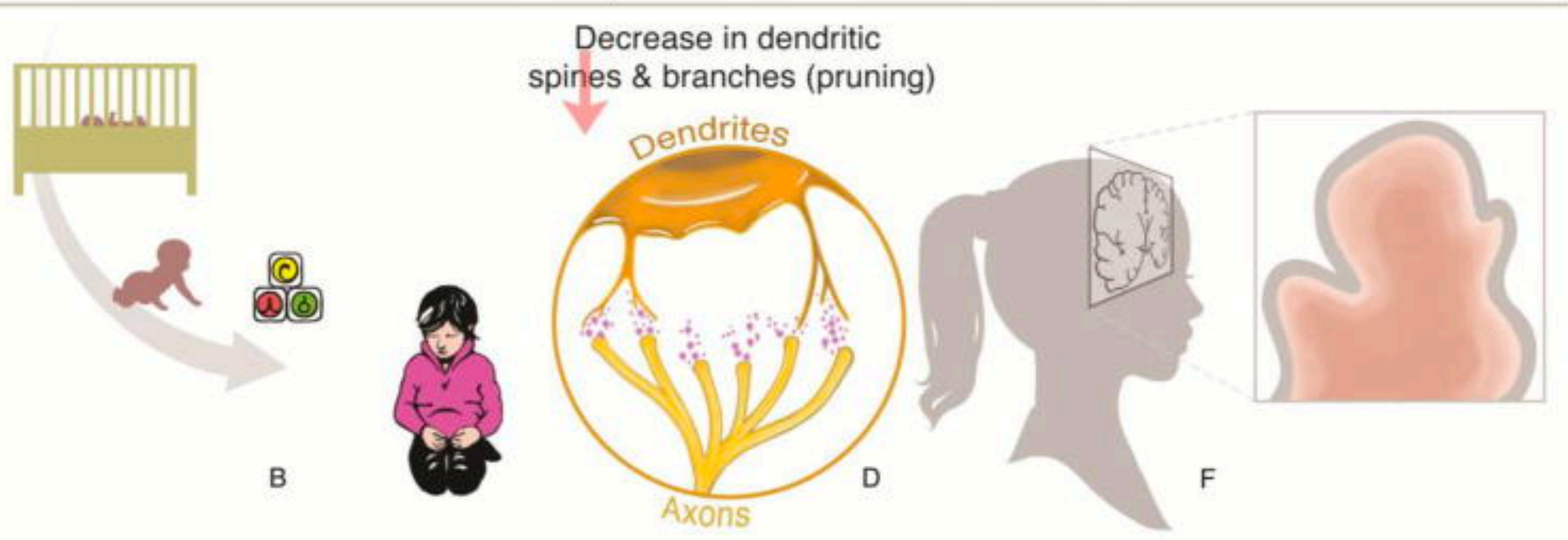
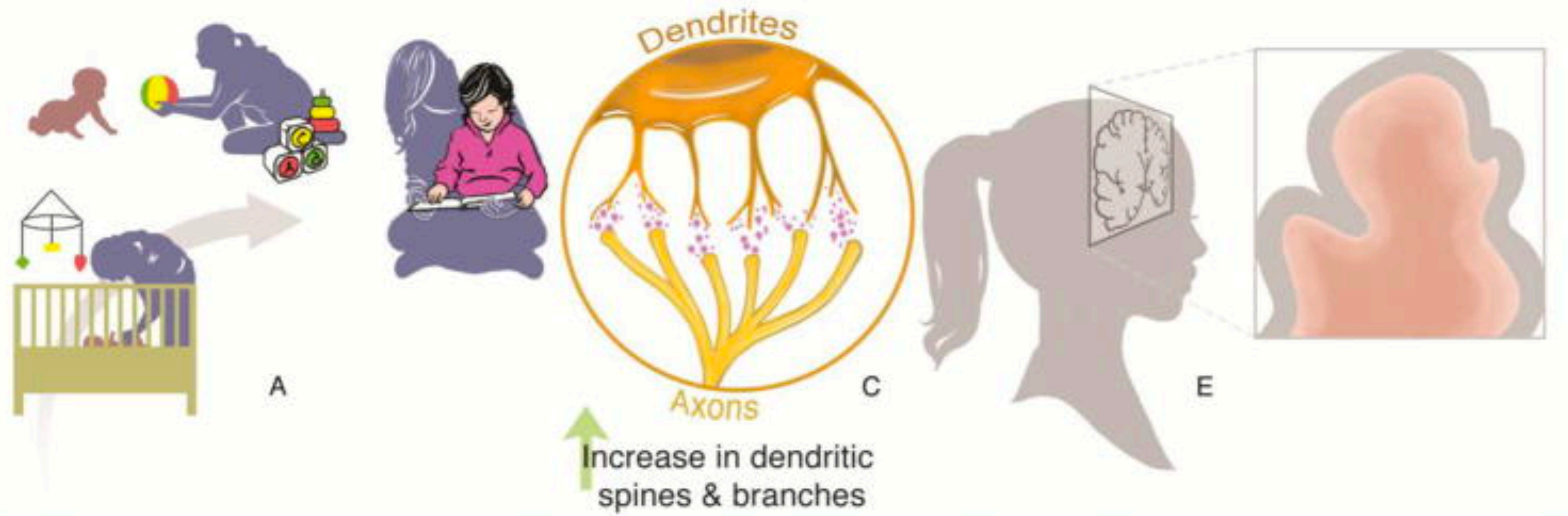




### 1.3.1 Výzkumy vlivu deprivace na vývoj mozku

3. **Bucharest Early Intervention Project:** V 80 letech 20 století Nelson et. al. 136 dětí ve věku 6-36 měsíců, které byly krátce po narození umístěny do kojeneckých ústavů. Polovina těchto dětí byla výzkumníky náhodně vybrána do pěstounské péče a polovina zůstala v ústavní péči.

Autoři potvrdili, že lidský mozek potřebuje k normálnímu vývoji širokou škálu zkušeností a vlivů prostředí. Děti, které jsou zanedbávány vychovateli nebo vyrůstají v ústavním prostředí, jsou ochuzeny o řadu typů druhově očekávaných zkušeností z prostředí. Pomocí dodatečných výzkumů na potkanech autoři zjistili, že deprivace zesiluje pruning, což se odrazí na nižší strukturální konektivitě, kterou nelze zcela napravit.



## 1.4 Resilience

Odolnost a vývoj spolu úzce souvisejí, protože odolnost je důležitým faktorem usnadňujícím zdravý vývoj. Odolnost znamená schopnost přizpůsobit se a účinně zvládat nepřízeň osudu, výzvy nebo stresující životní události. V kontextu vývoje dítěte je odolnost zásadní pro podporu pozitivních výsledků a ochranu před negativními účinky rizik a nepřízně osudu.

Výzkum ukázal, že děti, které vykazují odolnost, mají tendenci dosahovat lepších vývojových výsledků, včetně lepších studijních výsledků, sociálních kompetencí a emoční pohody. Odolné děti jsou schopny lépe se odrazit od neúspěchů, řešit problémy a přizpůsobit se měnícím se okolnostem. Je také pravděpodobnější, že budou vyhledávat podpůrné vztahy a zdroje, které jim pomohou zvládnout období stresu nebo problémů.

Americká psychologická asociace (APA) navrhuje několik zásad a doporučení, jak zvýšit odolnost:

Kvalitní vztahy  
Vnímání krize jako výzvy  
Změna je součástí života  
Soustředění na své cíle  
Rozhodné kroky  
Soustředění se na sebepoznání  
Pozitivní pohled na sebe sama  
Nadhled  
Naděje  
Psychohygiena

## 1.4 Maladaptace

- Na druhou stranu děti, které postrádají odolnost, mohou být náchylnější k negativním dopadům rizik a nepříznivých situací, včetně opoždění ve vývoji, problémů s chováním a problémů s duševním zdravím. Například u dětí, které zažívají chronický stres nebo trauma bez odpovídající podpory, může být zvýšené riziko problémů s regulací emocí, pozorností a učením.

◉ Sir Michael Rutter, uznávaný britský dětský psychiatr, identifikoval několik nepříznivých rodinných faktorů, které mohou ovlivnit vývoj dětí.

Patří mezi ně:

- ◉ Nízký socioekonomický status
- ◉ Duševní onemocnění rodičů
- ◉ Konflikty a nestabilita v rodině
- ◉ Přísná nebo nedůsledná výchova
- ◉ Zneužívání návykových látek rodiči
- ◉ Kriminalita rodičů

## 1.5 Výzkumné metody vývojové psychologie

### Longitudinální studie:

Tato metoda se zaměřuje na sledování jedné skupiny lidí po dlouhou dobu. Například může být sledován vývoj dítěte od narození až do dospělosti. Umožňuje zkoumat dlouhodobé změny v chování a myšlení jedince.

## 1.5 Výzkumné metody vývojové psychologie

Průřezová studie (cross-sectional study):

Tato metoda se zaměřuje na srovnávání různých věkových skupin v určitém okamžiku. Například mohou být srovnány schopnosti a chování 5letých, 10letých a 15letých dětí. Tato metoda umožňuje zkoumat rozdíly mezi věkovými skupinami.



# Literatura

- Bick, J., Nelson, C.A., 2016. Early Adverse Experiences and the Developing Brain. *Neuropsychopharmacology* 41, 177-196.. <https://doi.org/10.1038/npp.2016.252>
- McLaughlin KA, Sheridan MA, Nelson CA. (2017). Neglect as a Violation of Species-Expectant Experience: Neurodevelopmental Consequences. *Biol Psychiatry*. 2017 Oct 1;82(7):462-471. doi: 10.1016/j.biopsych.2017.02.1096.
- LANGMEIER, Josef a Zdeněk MATĚJČEK. Psychická deprivace v dětství. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1963.
- MATĚJČEK, Zdeněk. Počátky našeho duševního života. Praha: Panorama, 1986. Pyramida (Panorama).
- MATĚJČEK, Zdeněk. Co děti nejvíc potřebují. Vyd. 7. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0853-2.
- ŘÍČAN, Pavel. Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání. 3. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0772-6.
- Rosenzweig, M.R., Bennett, E.L., (1972). Cerebral changes in rats exposed individually to an enriched environment.. *Journal of Comparative and Physiological Psychology* 80, 304-313.
- THOROVÁ, Kateřina. Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6.