

Okresy rozwojowe**1. Okres prenatalny – od poczęcia do narodzin**

* Podział życia płodowego na trymestry (Turner, Helms, 1999):

- 0-3 miesiąc: początek rozwoju wszystkich organów wewnętrznych
- 4-6 miesiąc: kontynuacja rozwoju i wzrost organizmu
- 7-9 miesiąc: wzrost organizmu

* Podział życia płodowego na okresy (Vasta, Heith, Miller, 1995):

- okres zygoty (0-2 tydzień) – od zapłodnienia do zagnieżdżenia w ścianie macicy
- okres embrionalny (3-8 tydzień) – tworzą się wszystkie ważniejsze struktury wewnętrzne i zewnętrzne
- okres płodowy (9-38 tydzień) – dalszy rozwój wykształconych narządów i przyrost

* 2 zasady rozwoju i wzrostu:

- prawo cefalokaudalne – rozwój ciała i umiejętności motorycznych następuje od głowy ku dołowi
- prawo proksymadystalne – rozwój ciała od centrum do kończyn

* teratogeny – czynniki pozagenetyczne, które powodują wady wrodzone

2. Wczesne dzieciństwo – 0 - 3

- 1 miesiąc – faza noworodkowa
- 0-1 rok życia – okres niemowlęcy

* Kryzys wg Eriksona: ufność vs nieufność -> nadzieja

- 2-3 rok życia – okres poniemowlęcy

* Kryzys wg Eriksona: autonomia vs wstyd i wątpliwość -> wola

* Stałość przedmiotu – przekonanie, że przedmioty istnieją niezależnie od działań i świadomości dziecka

a. stałość wielkości- polega na spostrzeganiu przedmiotów w ich normalnych rozmiarach bez względu na odległość w jakiej się znajdują.

b. stałość kształtu- pojawia się w tendencji do widzenia przedmiotów zgodnie z ich rzeczywistym kształtem

c. stałość barwy- spostrzeganie przedmiotu we właściwych kolorach niezależnie od oświetlenia w jakich je spostrzegamy.

3. Średnie dzieciństwo (wiek przedszkolny) – 4 – 6

* Kryzys wg Eriksona: inicjatywa vs poczucie winy -> stanowczość

➔ Zadania rozwojowe wg Havighursta dla dziecka od narodzin do wczesnego dzieciństwa:

- Uczenie się chodzenia.
- Uczenie się przyjmowania stałego pokarmu.
- Uczenie się mówienia.
- Uczenie się kontroli nad własnym ciałem.
- Uczenie się różnic płci i skromności seksualnej.
- Kształtowanie się pojęć i uczenie się mowy do opisu rzeczywistości społecznej i fizycznej.
- Nabywanie gotowości do czytania, a także pisania.
- Uczenie się rozróżniania dobra i zła, początki rozwoju sumienia.

4. Późne dzieciństwo (młodszy wiek szkolny) – 7 – 11

* Kryzys wg Eriksona: produktywność vs poczucie niższości -> kompetencja

* Zadania rozwojowe wg Havighursta:

- Nabywanie sprawności fizycznych potrzebnych w codziennym życiu, zwłaszcza w zabawach z rówieśnikami.
- Wytwarzanie zdrowych postaw wobec samego siebie i wzrastającego/rozwijającego się organizmu.
- Uczenie się przebywania z rówieśnikami, także bez obecności dorosłych.
- Uczenie się właściwych ról męskich lub kobiecych.
- Rozwijanie podstawowych umiejętności czytania, pisania i liczenia.
- Rozwijanie pojęć potocznych przydatnych w życiu codziennym.
- Rozwijanie świadomości, moralności i skali wartości.
- Osiąganie niezależności osobistej.
- Rozwijanie postaw wobec grup społecznych oraz instytucji.

5. Adolescencja – 11 – 18

* Moratorium psychospołeczne: przestrzeń między bezpieczeństwem dzieciństwa a autonomią człowieka dorosłego, którą wypełnia doświadczenie poszukiwania własnej tożsamości (Erikson, 1968)

* Kryzys wg Eriksona: tożsamość vs rozproszenie tożsamości -> wierność

* Zadania rozwojowe wg Havighursta:

- Nawiązywanie nowych, bardziej dojrzałych więzi z rówieśnikami obojga płci.
- Ukształtowanie roli męskiej lub kobiecej.
- Akceptacja zmian zachodzących we własnym organizmie.
- Osiągnięcie niezależności uczuciowej od rodziców i innych osób dorosłych.
- Przygotowanie do zawarcia małżeństwa i życia w rodzinie.
- Przygotowanie do kariery zawodowej (niezależności ekonomicznej)
- Rozwijanie ideologii (sieci wartości i systemu etycznego kierującego zachowaniem).
- Dążenie i osiągnięcie postępowania odpowiedzialnego społecznie.

6. Wczesna dorosłość – 18 – 35/40

* Myślenie postformalne: pozwala na koordynowanie różnych punktów widzenia w konsekwencji czego jednostka zdolna jest akceptować nawet wzajemnie wykluczające się myśli, odczucia czy oceny z danym problemem

* Kryzys wg Eriksona: intymność vs izolacja -> miłość

* Zadania rozwojowe wg Havighursta:

- Wybór małżonka/i.
- Uczenie się współżycia z małżonką/iem.
- Założenie rodziny.
- Wychowywanie dzieci.
- Prowadzenie domu.
- Rozpoczęcie pracy zawodowej.
- Przyjmowanie odpowiedzialności obywatelskiej.
- Znalezienie pokrewnej grupy społecznej.

7. Średnia dorosłość (wiek średni) – 35/40 – 55/60

* Główne komponenty struktury życia:

- praca
- życie rodzinne: faza prokreacji, faza wczesnego rodzicielstwa, faza względnej stabilizacji rodziny, faza postparentalna

* Zadania rozwojowe wg Havighursta:

- Wspomaganie dorastających dzieci tak, aby stawali się odpowiedzialnymi i szczęśliwymi ludźmi dorosłymi.
- Osiągnięcie dojrzałej odpowiedzialności społecznej i obywatelskiej.
- Uzyskanie i utrzymywanie zadowalającej sprawności w pracy zawodowej.
- Wypełnienie wolnego czasu zajęciami typowymi dla ludzi dorosłych.
- Traktowanie małżonka/i jako osoby.
- Akceptowanie i dostosowanie się do fizjologicznych zmian wieku średniego.
- Przystosowanie do starzenia się rodziców
 - * Kryzys wg Eriksona: generatywność vs stagnacja -> troska

8. Późna dorosłość (starość) – 55/60 - ...

- * zadania rozwojowe wg Havighursta:
 - przystosowanie do zmniejsz się siły fizycznej,
 - przystosowanie się do emerytury i zmniejszonego dochodu,
 - pogodzenie się ze śmiercią współmałżonka,
 - ustanowienie związku z grupą przyjaciół w podobnym wieku,
 - zmienianie ról społecznych w elastyczny sposób,
 - ustanowienie satysfakcjonujących warunków życia.
- * Kryzys wg Eriksona: integralność ego vs rozpacz -> mądrość