

# KARAKTERISTIKE RAZVOJA TOKOM ADOLESCENCIJE

psiholog van. prof. dr Ana Vesković

Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Univerzitet u Beogradu;

1

## Adolescencija

**Period tranzicije između detinjstva i odraslog doba.**

- ✓ Može se podeliti na tri potfaze:
  - ✓ rana (11–14 godina),
  - ✓ srednja (15–18 godine) i
  - ✓ kasna (19–21 godina).

**Da bi uspešno prešli u svet odraslih,  
adolescenti se suočavaju sa nizom opsežnih  
bioloških, društvenih, emocionalnih i psiholoških  
promena i zadataka koje treba da razreše.**

2

## Adolescencija

### Razvojni zadaci adolescencije:

- prilagođavanje na telesne promene;
- izgrađivanje emocionalne nezavisnosti od porodice i drugih;
- oblikovanje socijalne polne uloge;
- razvijanje intelektualnih veština i postizanje intelektualne zrelosti;
- oblikovanje novih i stabilnih socijalnih odnosa sa vršnjacima;
- postizanje veština komuniciranja i razvoj socijalno odgovornog ponašanja;

3

## Adolescencija

### Razvojni zadaci adolescencije:

- profesionalno opredeljenje i oblikovanje odnosa prema radu i pozivu;
- priprema za sticanje ekonomske nezavisnosti;
- priprema za brak i porodične obaveze;
- stvaranje nove slike o sebi koja uključuje nastale promene;
- formiranje ličnog identiteta (što se smatra ključnim zadatkom adolescencije);
- stvaranje vlastitog pogleda na svet i oblikovanje vrednosnih usmerenja.

4

## Adolescencija

### Fizički razvoj

- vremenske razlike početka i završetka faze puberteta kod devojčica i dečaka.
- Prosek za devojčice je 12-14 godina a za dečake 13-15 godina.
- Razvojni psiholozi posebno analiziraju **posledice ranog/kasnog početka puberteta** na psihički razvoj, posebno socijalni razvoj.

5

## Adolescencija

### Fizički razvoj

- nagle telesne promene (visine i težine), javljanje primarnih i sekundarnih polnih karakteristika - menja se slika o svome fizičkom izgledu (fizičko Ja), što dovodi do opšteg (ne)prihvatanja sebe i (ne)zadovoljstva sobom.
- Devojke su osetljivije na (ne)povoljnu sliku o sebi.

6

## Adolescencija

### Socijalni razvoj: promene u odnosima roditelj - adolescenata

- ✓ prelazak iz stanja zavisnosti u stanje nezavisnosti od roditelja, kroz određene faze
- **veoma važno:** uključiti ga u odlučivanje, poči od jasnih normi i vrednosti;
- adolescent prihvata sugestije roditelja ako shvata da oni vrše kontrolu njegovog ponašanja a ne i ličnosti;
- podsticati adolescenta da formira vlastita gledišta; "primećivati" i njegova pozitivna ponašanja i stavove i podsticati ga na samoocenjivanje,

7

## Adolescencija

### Socijalni razvoj: promene u vršnjačkim odnosima

- odnosi sa vršnjacima su češći nego što su bili u detinjstvu i dobijaju složenije forme i mladi se više druže međusobno nego sa odraslima.
- Prijatelju se izlažu svoje ideje, ocene i shvatanja o sebi i svetu oko sebe, zauzimaju stavovi u odnosu na budućnost - što dovodi do **otvorene i simetrične komunikacije** radi dobijanja emocionalne podrške i povratnih informacija: komentara, primedbi, kritičkih ocena

8

## Adolescencija

### Socijalni razvoj: promene u vršnjačkim odnosima

- **Vršnjački konformizam:** ranoj adolescenciji se povećava nivo konformisanja, traje do srednje adolescencije i zatim uporedo sa porastom samostalnosti adolescenta dosledno opada u poznoj adolescenciji;
- **Prijateljstva** imaju posebno značajno mesto u životu adolescenta i ona se temelje na visokoj međusobnoj otvorenosti, poverenju, uzajamnosti nego u detinjstvu i odraslosti.
- Kod devojaka prijateljstva su intimnija i uzajamnija a kod momaka brojnija;

9

## Adolescencija

### Socijalni razvoj: promene u vršnjačkim odnosima

- **Razvoj partnerskih** odnosa počinje u srednjoj adolescenciji (devojke i mladići počinju "ići sa nekim"). Uspostavljanje intimnih odnosa sa partnerom (suprotnog pola) je dugotrajan proces,

10

### **Kognitivni razvoj - stadijum formalnih operacija (posle 11 g)**

Dostizanje stadijuma **formalnih operacija** na uzrastu 11-12 godine.

**Pojavljuje se hipotetičko-deduktivno mišljenje** koje omogućava anticipaciju događaja, da se razmišlja o sopstvenim procesima mišljenja (metakognicija);

Promene u: razvoju logike klasa, logike odnosa, itd.

Sposobnost da razumeju apstraktne koncepte kao što su značenje istine a to su preduslov za:

- ✓ učenje složenih aktivnosti napada i odbrane
- ✓ moralno rezonovanje

11

### **Samopercepcija u ranoj adolescenciji**

- ✓ Veruju da ulaganjem napora mogu da usavrše izvođenje ali veruju da je uloženi napor uzrok sposobnosti;
- ✓ Veruju da su ulaganje napora i sposobnosti u negativnoj korelaciji: ako moraju da ulože više napora da bi savladali neki sportski zadatak, verovatno da imaju manje sposobnosti.
- ✓ Ova verovanja mogu da budu izvor stresa zato što utiču na motivaciju;

12

## **Formiranja identiteta**

**Formiranje identiteta - proces vodi integraciji različitih aspekata sebe u jedan jedinstven doživljaj sebe.**

Stabilnost postignutog identiteta povećava se sa uzrastom.