

Etapy lidského žívota

Novorozenecké období

- Narození je pro jedince šokující událost.
- Z prostředí, které mělo stálou teplotu, tlumilo zvuky, světlo i nárazy se najednou ocitne v relativním chladu, hluku a na světle.
- Musí samo dýchat a udržovat tělesnou teplotu.
- Novorozenecké období trvá přibližně jeden měsíc. Jeho reakce zajišťují vrozené reflexy (hledací, sací) a vrozenými způsoby chování (reakce křikem).
- Vidí do vzdálenosti 20 - 30 cm, nezaostřuje (vidění je získaná funkce), dobře slyší a vnímá dotek, změnu teploty a polohy.
- První učení je rozpoznatelné po 2 - 5 dnech v procesu krmení.

- Jeho prvním velkým úkolem na tomto světě je vzpamatovat se a vstřebat výraznou změnu způsobu života - po narození se ocitá ve zcela odlišném prostředí, než na jaké byl zvyklý z prenatálního období. Proto se novorozenecká fáze označuje také jako doba adaptace. V děloze matky mělo stálou teplotu, nulové zrakové podněty a všechny zvuky, doteky a nárazy byly tlumené; po porodu dítě musí samo dýchat, regulovat tělesnou teplotu a zvyknout si na (relativně) hlučné, přesevětlené a "tvrdé" prostředí.
- Novorozenec asi 16-20 hodin denně spí a v krátkých úsecích bdění uspokojuje své biologické potřeby.
- Je vybaven vrozenými reflexy, které mu umožňují adaptaci (reflexy spojené s příjmem potravy, obranné reflexy, uchopovací reflex aj.).
- Nedovede soustředit pozornost po dobu delší než jen několik vteřin a zaujmou ho pouze nové a intenzivní podněty. Pro normální vývoj dítěte je třeba zajistit mu přiměřeně podnětné prostředí.

- Zrak novorozence je fixován pro ostré vidění ve vzdálenosti cca 25 cm. Dítě upřednostňuje kontrastní a tvarově bohaté objekty; rádo pozoruje lidský obličej, který tyto požadavky splňuje.
- Již z prenatálního období si dítě pamatuje hlas své matky, který preferuje před hlasem ostatních lidí.
- Z chutí a vůní dává přednost sladkému. Nejdůležitější v tomto období je pro dítě doteková stimulace při chování, krmení apod. Během krátké doby si novorozenec spojí např. zvednutí do určité výšky s kojením, což je již výsledek učení. Malé dítě rozlišuje v podstatě jen dvě emoce - příjemnou a nepříjemnou.



Kojenecké období

- jako kojenecké období se označuje první rok života.
- Dítě již vstřebalo změnu prostředí a nyní se snaží seznámit se se světem, v němž žije. V této fázi je pro normální vývoj velmi důležité, aby dítě mělo dostatečný přísun adekvátních podnětů, a to jak těch "neživých", tak podnětů ze sociální oblasti.
- Druh zkušeností (pozitivní nebo negativní), které v něm podněty zanechají, pak určuje stupeň základní důvěry ve svět, jeho řád a vůbec poznatelnost.
- Tyto rané poznatky dítěte determinují základy jeho budoucích postojů k sobě, jiným lidem a okolnímu světu. Pokud např. rodiče nenechají dítě, aby si samostatně manipulovalo s hračkou, a stále mu ji berou a ukazují, jak se s ní správně zachází, fixuje si toto dítě pasivní postoj a pocit vlastní nešikovnosti, resp. nedostatečnosti či méněcennosti obecně. Přitom je ovšem tato "nešikovnost", daná nezralostí, naprosto normálním jevem. V této fázi nejde ani tak o to, jak dítě něco dělá; důležité je, že to dělá.
- Opačným extrémem je zanedbávání dítěte mající za důsledek deprivaci potřeb, která se později projevuje velmi negativně v různých oblastech existence a může jedince poznamenat i doživotně.
- Nejvíce informací z okolí získává dítě pomocí zraku. Zejména díky zrání příslušných biologických struktur se vidění kojence stále zdokonaluje (na půl roce již zaostří na předměty vzdálené jeden metr). Postupně se zlepšuje úchop a dítě se učí brát věci mezi palec a ukazovák (tzv. klešťový úchop).

- Významnými mezníky v poznávání jsou momenty, kdy dítě začíná sedět, lézt a časem i chodit.
- Dokud jenom leželo, mohlo pozorovat okolní svět jen velmi omezeně; jakmile ovšem dokáže sedět, nabídka podnětů se dítěti výrazně rozšíří.
- Stále je však v dopravování podnětů do své blízkosti odkázáno na druhé lidi. Tento druh závislosti končí, když se dítě začne samo pohybovat a může se tedy k tomu, co ho zajímá, přiblížit (pokud mu v tom někdo zpravidla z bezpečnostních důvodů, ovšem k velké nevoli dítěte, nezabrání).
- Rozvoj motoriky tak velmi úzce souvisí s rozvojem poznávání a s osamostatňováním.



Batolecí období

- **PO JEDNOM ROCE ŽIVOTA DÍTĚ**
- chápe existenci sebe sama odlišenou od okolí
- vnímá prostor okolo sebe a chápe stabilitu vnějšího světa,
- si vytvořilo základní vztahy ke svému okolí,
- Osamostatňování, coby proces charakteristický pro víceméně všechny vývojové etapy, se v batolecím období projevuje velmi výrazně.
- Díky zlepšující se pohybové koordinaci a schopnosti udržovat rovnováhu dítě umí na jednom a půl roce běhat, chodit po schodech v obou směrech a ve třech letech zvládá jízdu na tříkolce nebo přibližovadle podobného typu.
- Motorický vývoj kromě toho umožňuje dítěti uspokojovat naprosto přirozenou potřebu aktivity. Pokud je dítě nuceno k déletrvajícím nečinnosti (třeba v důsledku nemoci, nebo i proto, že rodiče chtějí mít klid), vzniká u něj velké vnitřní napětí, které potřebuje nějak odreagovat.
- To se může dít jednorázovým výbuchem vzteku, ale mohou se také fixovat určité neurotické návyky - např. okusování nehtů, kývání se apod. Značná potřeba pohybu a aktivity je v tomto věku normální a její uspokojení důležité pro další vývoj.
- schopnosti ovládat vyměšování - vlastnost spojená se socializací, její riziko spočívá v možnosti nevhodného či předčasného nátlaku ze strany rodičů
- zpřesňování tělového schématu - dítě více prožívá svůj pohyb.



Předškolní věk

- Tato vývojová fáze začíná po třetím roce života a končí nástupem do školy. Dítě v předškolním období asi nejvíce charakterizuje silná snaha být aktivní a přenášet již získané a právě získávané schopnosti do praxe.
- Dítě si začíná "mluvit pro sebe" - mluví nahlas, ale jeho proslov není určen nikomu dalšímu. Tento typ projevu předchází tzv. vnitřní řeči, komunikaci sama se sebou, která se bude později uplatňovat v přemýšlení a regulaci chování.
- Pro tento věk je typická velmi živá představivost, a to tak živá, že představy dítě občas přimíchá k realitě. O "skutečnosti" výsledné směsi je pak pevně přesvědčeno.
- Podobným způsobem mění i vzpomínky. Tím si dítě přizpůsobuje realitu vlastním potřebám, což má velký význam pro vyváženost jeho duševního života. S touto fantazijní úpravou skutečnosti souvisí problém lhaní předškolních dětí.
- Dítě v tomto věku málokdy lže v pravém slova smyslu - lež je totiž složitá mentální operace, kterou předškolák neovládá. Takže pokud tvrdí, že "tu vázu neshodil, ona spadla sama", je téměř jisté, že je o pravdivosti svého tvrzení přesvědčen a ze svého hlediska tedy nelže. Shodil vázu, ta se rozbila, dostal strach z trestu a aby se toho strachu zbavil, ve svých představách si celou událost převyprávěl a nové verzi uvěřil. (V takových případech je přínosnější domluva směrem k budoucnosti, než dokazování dítěti, že si vymýšlí.)
- Toto období končí nástupem do školy, který je možný tehdy, když je na to dítě dostatečně zralé. Zralost se týká jak fyzické, tak i psychické oblasti. Až po 6. roce nastává např. schopnost dobře rozlišovat písmena a koordinovat pohyby očí; tyto schopnosti, stejně jako delší koncentrace pozornosti nebo větší citová stabilita aj., jsou závislé na zrání centrální nervové soustavy a mozkových hemisfér.



zajímavosti

- **čeho se děti bojí....**
- **o až 12. Měsíc** - děti se bojí hlasitých zvuků a neznámých předmětů.
- **V jednom roce** je typická separační úzkost, tedy strach, že bude odděleno od matky.
- **Ve dvou letech** to mohou být nejrůznější podněty jako hlasité zvuky - vysavač, siréna, bouřka. Ale také zvířata, tmavá místnost a pořád ještě separace od rodičů.
- **V průběhu třetího až pátého roku** se bojí děti masek, tmy, zvířat, separace od rodičů.
- **V šesti letech** se bojí nadpřirozených jevů, bouřky, blesků, bojí se jít spát a být sám. **V sedmi až osmi letech** se děti bojí nadpřirozených bytostí, tmy, úrazů, katastrof, ohrožení - nukleární války například.
- **V devíti až dvanácti letech** se bojí zkoušení ve škole, z vysvědčení, úrazu, fyzického vzhledu.
- **Obecně náctiletí** se bojí sociálního nezačlenění, že nebudou přijati skupinou.

Další období života

- **MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK**
- **STŘEDNÍ ŠKOLNÍ VĚK**
- **OBDOBÍ PUBESCENCE (12-15let)**
- **ADOLESCENCE (15-20 let)**
- **DOSPĚLOST**
- **STÁŘÍ**

Konec života.....

- **UMÍRÁNÍ A SMRT**

- Smrtí končí životní cyklus každé živé bytosti, tedy i člověka. Smrt bývá tabuizovaným tématem - mluvit o ní ve společnosti je nežádoucí (snad proto, že si nechceme připustit, že se týká i nás samotných...?). Záporný postoj ke smrti pramení ze dvou základních věcí - je to jednak strach ze smrti, tedy z konce vlastní existence, a pak strach z umírání, které může být dlouhé a bolestné.
- Současný trend je takový, že stále více lidí umírá v nemocnicích a jiných pečovatelských zařízeních.
- V procesu smířování se s vlastní smrtí lze rozlišit následující stadia:
 - nejdříve je to reakce popření, člověk si tento fakt prostě odmítne připustit,
 - následuje fáze frustrace a zlosti, přičemž tyto pocity lze směřovat k vlastní osobě nebo ke svému okolí
 - pak přichází doba smlouvání a záchvěvy nové aktivity jako pokusy o oddálení smrti
 - jako čtvrtá v pořadí přichází deprese, uvědomění si neodvratnosti konce vlastní existence, a představy, co všechno člověk nestihl a už nestihne
 - nakonec dochází k přijetí, smíření se s faktem, že smrt čeká každého
 - Platí přitom, že ne každý člověk musí projít všemi popsányými stadii; podobně, jako celý průběh života, i umírání prožívá každý člověk jedinečně.