

Rozwój psychiczny człowieka jako proces wypełniania zadań życiowych

dr Aleksandra Hulewska

Proces indywidualnego rozwoju człowieka w ciągu życia można ujmować z tzw. perspektywy **pragmatycznej** (tj. osiągnięć, jakich społeczeństwo oczekuje od jednostki w danym okresie życia) oraz **teleologicznej** (tj. celów, które człowiek realizuje od momentu urodzenia aż do śmierci). Jedną z najbardziej popularnych koncepcji z tego nurtu jest koncepcja zadań rozwojowych Roberta Havighursta. Według jej podstawowych założeń, jednostka w procesie rozwoju przechodzi od jednej fazy do następnej, na każdym kolejnych etapów rozwiązując problemy typowe dla danego okresu. Zadanie rozwojowe Havighurst definiuje jako cel do realizacji wyłaniający się w konkretnym okresie życia człowieka. Pomyślna realizacja danego zadania prowadzi do satysfakcji oraz sukcesu przy wypełnianiu celów z późniejszych etapów życia. Niepowodzenie w tym zakresie często wiąże się z brakiem akceptacji ze strony otoczenia społecznego, co w efekcie może być źródłem głębokiego niezadowolenia z życia oraz poważnych trudności w procesie realizacji kolejnych zadań. Havighurst uważa, że zadania rozwojowe wywodzą się z trzech źródeł, tj.:

- 1) dojrzewania somatycznego,
- 2) nacisku kulturowego,
- 3) indywidualnych aspiracji i wartości.

Na podstawie szeregu obserwacji i wywiadów psychologicznych Havighurst wyróżnił konkretne grupy zadań rozwojowych, jakie człowiek realizuje w toku własnego życia:

- osiąganie wzorców zależności i niezależności,
- dawanie i odbieranie uczuć,
- nawiązywanie więzi z różnymi grupami społecznymi,
- uczenie się psychospołecznych i biologicznych ról płciowych,
- akceptacja i dostosowanie się do zmian fizycznych,
- panowanie nad przemianami we własnym organizmie,
- rozwój świadomości,
- rozumienie i kontrolowanie świata fizycznego,
- rozwój systemu symboli i zdolności pojęciowych,
- stosunek do samego siebie i do wszechświata.

Zadania rozwojowe w ciągu życia wg Havighursta:

Niemowlęctwo i wczesne dzieciństwo (0 – 5/6 lat)

- 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.

Średnie dzieciństwo (5/6 – 12/13 lat)

- 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.

Adolescencja (12/13 – 18 lat)

- Nawiązywanie nowych, bardziej dojrzałych więzi z rówieśnikami obojga płci.
- Ukształtowanie roli męskiej lub kobiecej.
- Akceptacja zmian zachodzących we własnym organizmie i efektywne posługiwanie się własnym ciałem.
- 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.

Wczesna dorosłość (18 – 35 lat)

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

Średnia dorosłość (36 – 60 lat)

- 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.

Późna dorosłość (powyżej 60 lat)

- Przystosowanie się do spadku sił fizycznych.
- Przystosowanie się do emerytury i zmniejszonych dochodów.
- Pogodzenie się ze śmiercią współmałżonka/i .
- Utrzymywanie stosunków towarzyskich z ludźmi w swoim wieku.
- Przyjmowanie i dostosowywanie się do zmiennych ról społecznych.
- Urządzenie w sposób dogodny fizycznych warunków bytu.

Koncepcja Havighursta jest godna uwagi zarówno ze względu na to, iż obejmuje cały bieg życia ludzkiego – od urodzenia aż do śmierci, a także z powodu uwzględnienia przemian w różnych dziedzinach aktywności psychicznej i społecznej człowieka.