

A group of five teenagers (three boys and two girls) are standing in a row against a light-colored brick wall. They are dressed in casual clothing like plaid shirts, hoodies, and t-shirts. The image has a semi-transparent dark overlay.

IV Nuoruus ja siirtymä aikuisuuteen

Kappaleet 11-15

11. Biologinen ja kognitiivinen kehitys nuoruudessa

NUORUUS

- = ikäkausi lapsuuden ja aikuisuuden välissä
- Ikävuodet 12-25
 - Varhaisnuoruus ikävuodet 12-15
 - Keskinuoruus 15-18
 - Myöhäisnuoruus / varhaisaikuisuus ikävuodet 18-25
- Länsimaita määrittää ilmiö, jossa lapsuus on lyhentynyt ja nuoruus pidentynyt
 - Aiemmin koulutukseen, ammattiin ja perheen perustamiseen liittyvät päätökset tehtiin lähempänä 20 ikävuotta, nyt lähempänä 30 ikävuotta

PUBERTEETTI

- = murrosikä
- Tarkoittaa nuoruuden fyysisiä muutoksia, joiden myötä yksilöstä tulee sukukypsä
- Alkaa pojilla tyypillisesti 12-14 vuoden iässä, tytöillä vuotta tai kahta aiemmin
- Puberteetin aikaansaamat fyysiset muutokset voivat tuntua hämmentäviltä, mutta niihin sopeutuminen on nuoruuden tärkeä kehitystehtävä

NUORUUDEN KEHITYSTEHTÄVÄT

- Kehon fyysisten muutosten hyväksyminen
- Minuuden ja minäkäsityksen muutosten hyväksyminen
- Omanlaisen identiteetin sekä arvomaailman muodostaminen
- Kypsempien itsesäätelytaitojen muodostaminen
- Itsenäistyminen ja aikuismaisempi suhde vanhempiin
- Uudenlaiset vuorovaikutussuhteet: vanhempien rooli pienenee, vertaisten merkitys suurenee

AIVOJEN KEHITYS NUORUUDESSA

- Nuoruusikä on sikiöajan ja varhaislapsuuden jälkeen tärkein aivojen kehityksen vaihe, jolloin aivot muokkautuvat merkittävästi niin rakenteellisesti kuin toiminnallisestikin
- OTSALOHKO
 - Otsalohkon kehittyminen on hidasta: kehittyä läpi nuoruuden ja on valmis vasta noin 25-vuotiaana
 - Kehittymätön otsalohko osaltaan selittää nuoruuden impulsiivista käyttäytymistä sekä itsesäätelyn haasteita
- LIMBINEN JÄRJESTELMÄ
 - Limbinen järjestelmä vastaa tunne-elämän ja mielihyvän kokemuksista
 - Nuoruudessa limbisen järjestelmän on herkillä, joka näkyy mielihyväjärjestelmän aktivoitumisena: nuori koukuttuu helposti, hakee suuria palkkioita ja jännitystä sekä riskikäyttäytyä

AJATTELUN TYYPILLISET PIIRTEET NUORUUDESSA

- ITSETIETOISUUS = nuoruudessa itsetietoisuus lisääntyy ja nuori kuvittelee virheellisesti olevansa jatkuvan huomion keskipisteenä sekä "kuvitteellisen yleisön" tarkkailun alaisena
- EGOSENTRISMI = oman ainutlaatuisuuden ylikorostaminen ja siihen takertuminen
- MUSTAVALKOISUUS = ajattelua määrittävät ehdottomuus, jyrkkyys sekä yksinkertaistaminen, asiat ja ihmiset ovat joko hyviä tai huonoja eikä välimuotoja ole

AJATTELUN KEHITYS NUORUUDESSA

- Varhaisnuoruudessa noin 12-vuotias jättää taakseen konkreettisten operaatioiden vaiheen ja siirtyy formaalisten operaatioiden vaiheeseen, jolloin ajattelu kehittyy abstraktimpaan suuntaan yleisten periaatteiden, symbolien sekä käsitteiden varaan
- Ajattelutaitojen kehittyminen antaa pohjan oman maailmankuvan ja elämänkatsomuksen kehittymiselle
- Nuoruudessa ajattelua määrittävät edelleen ylikorostunut itsetietoisuus, egosentrismi sekä mustavalkoisuus, mutta hiljalleen nuori osaa huomioida muidenkin näkökulmia, vertailla erilaisia asioita sekä ymmärtää syy-seuraus-suhteita
- Myös metakognitiiviset taidot kehittyvät, mikä on tärkeää opinnoissa menestymisen kannalta