



Skeema 2

6.14 Ajattelu monipuolistuu nuoruusvuosina

Ydinsisältö



Ajattelu monipuolistuu

- Aivojen kypsymisen, opetuksen ja kokemusten myötä ajattelu monipuolistuu nuoruusvuosina.
- Abstraktien käsitteiden ymmärrys lisääntyy.
- Piaget: Formaalisten operaatioiden vaihe
 - Alkaa noin 11 vuoden iässä.
 - Looginen päättely kehittyy.
 - Abstraktien käsitteiden ymmärrys lisääntyy.
 - Hypoteettinen päättely mahdollistuu.
 - Kyetään tekemään olettamuksia ja teorioita asioista ja ilmiöistä.



INDUKTIIVINEN JA DEDUKTIIVINEN PÄÄTTELY





Pelaaminen vaikuttaa kognitiivisiin kykyihin

Hyvät puolet

- Avaruudellinen hahmottaminen kehittyy.
- Kielitaito kehittyy.
- Päättelykyky kehittyy.



Huonot puolet

- Luova mielikuvitus voi kärsiä.
- Sanavarasto jää yksipuoliseksi.
- Suurten asiakokonaisuuksien hahmottaminen voi olla vaikeaa.
- Multitaskaaminen eli monen asian tekeminen samaan aikaan heikentää keskittymiskykyä.



Skeema 2

6.15 Tunne-elämän kehitys linkittyy sosiaalisiin suhteisiin

Ydinsisältö



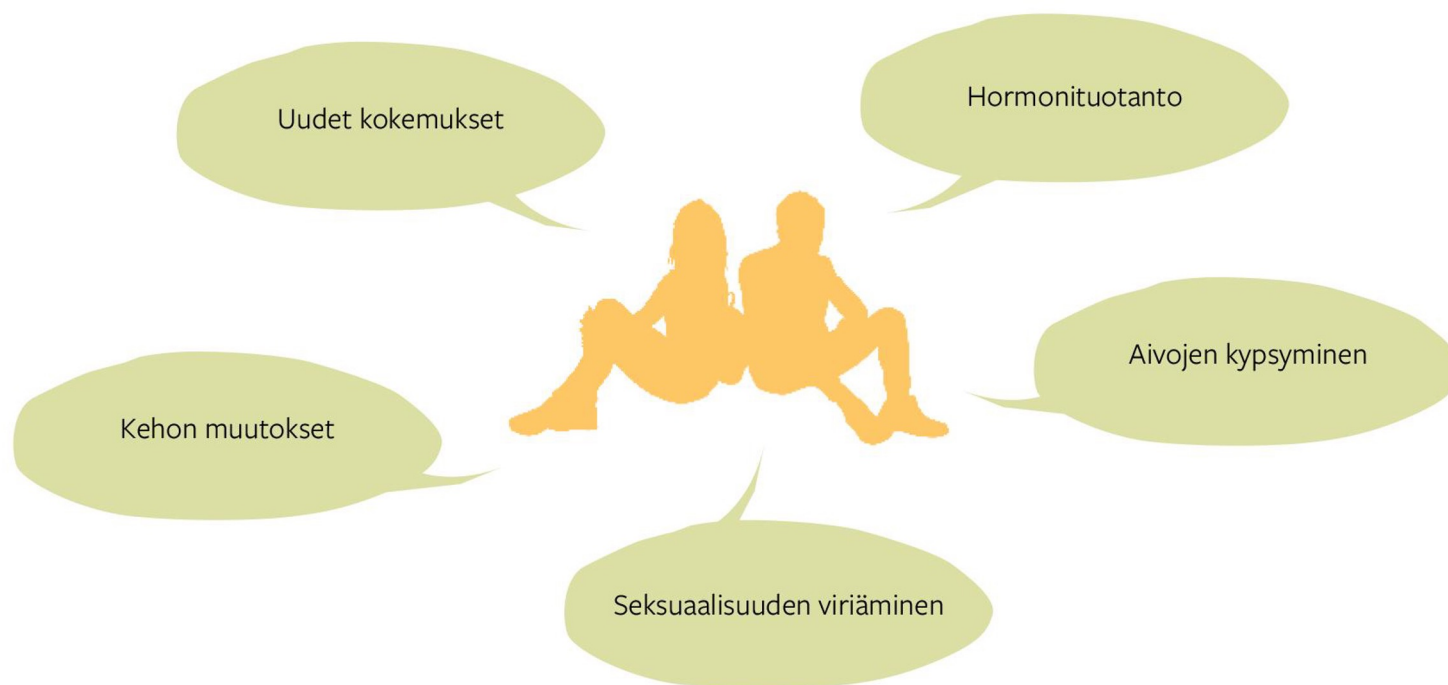
Kehonkuva muuttuu

- Sukupuolihormonien määrä lisääntyy, jolloin seksuaalisuus virittyy.
- Uudet kokemukset ja ajatukset myös lisäävät hormonien määrää.
- Kehonkuva
 - Käsitys omasta kehosta
 - Kehon muutokset vaativat sopeutumista.





TUNTEET VOIMISTUVAT NUORUUDESSA





Psyykkinen sopeutuminen vaatii aikaa

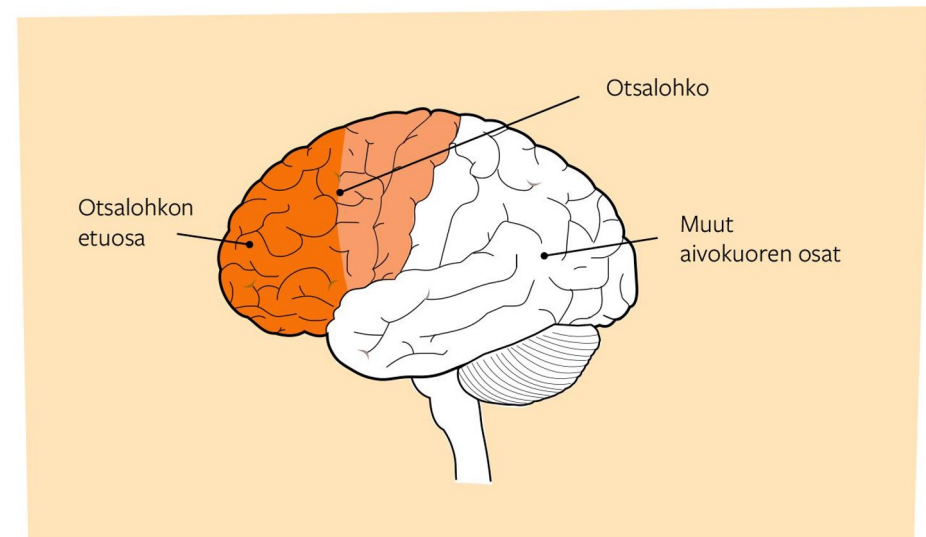
- Varhainen puberteetti
 - Masennus, huono itsetunto, riskikäyttäytyminen
- Myöhäinen puberteetti
 - Voi tuntua harmittavalta tai ahdistavalta.
- Masennus nuorten yleisin mielenterveyden häiriö.
 - Itseluottamus heikkenee, itsesyytökset, unihäiriöt, ruokahalun muutokset, keskittymiskyvyn heikkeneminen
- Nuoret suhtautuvat usein kriittisesti ulkonäköönsä.
 - Vääristynyt kehonkaava
 - Syömishäiriöt



Tunteet, hetken mielijohteet ja aivot

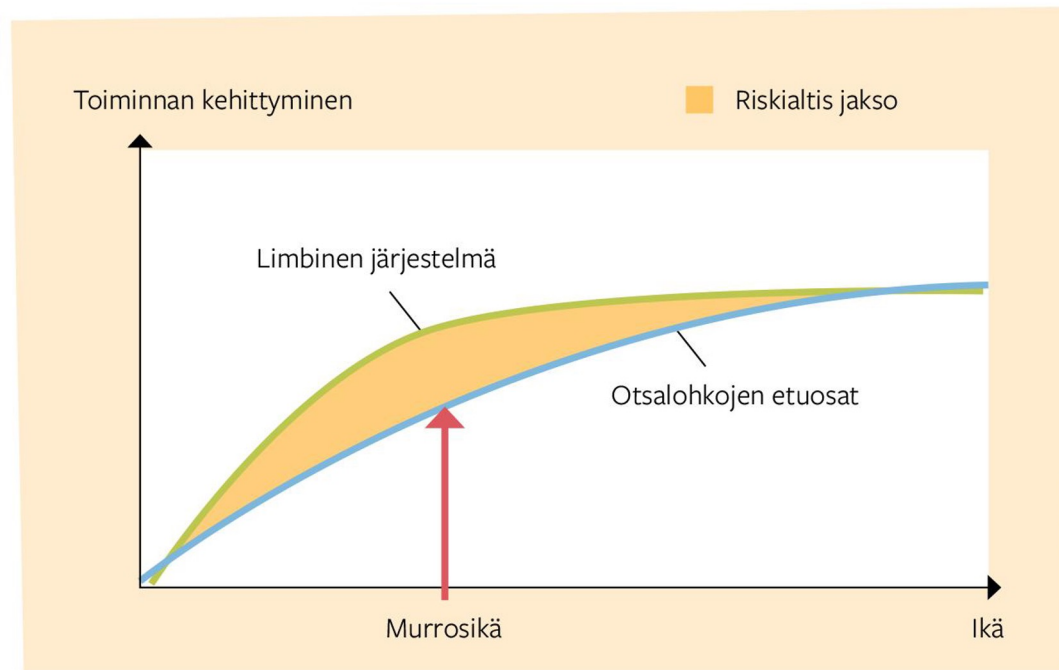
- Limbinen järjestelmä
 - vastaa tunteista
 - kehittyy puberteetin alkuvaiheessa.
- Otsalohkon etuosat
 - vastaavat tunteiden säätelystä
 - kehittyvät myöhemmin.
- Palkitsemisjärjestelmä
 - On nuorella aktiivisempi kuin aikuisella.
 - Impulssit ohjaavat toimintaa.

OTSALOHKOT





OTSALOHKOJEN KYPYSYMÄTTÖMYYS ALTISTAA RISKEILLE



Lähde: Elina Hermanson ja Nina Sajaniemi (2018): Nuoruuden kehitys – mitä tapahtuu pinnan alla? Duodecim, 134(8):843-9

Nuorten riskikäyttäytymistä voidaan selittää sillä, että aivojen limbinen järjestelmä kypsyy ennen otsalohkojen etuosia.



Nuoruudessa sosiaaliset suhteet muuttuvat

- Lapsuudessa muodostunut turvallinen kiintymyssuhde tukee nuorta kuohuntavaiheiden läpi.
- Nuorten kapinointi on osittain kulttuurisidonnaista.
 - Yhteisökeskeisissä kulttuureissa esiintyy vähemmän kapinointia vanhempia kohtaan.
- Nuorten ja vanhempien välisen kommunikaation ja kannustuksen on osoitettu vähentävän nuorten masentuneisuutta.
 - Toimivan vuorovaikutuksen määrittely vaihtelee kulttuureittain.
- Kavereiden merkitys korostuu nuoruudessa.
- Seurustelusuhteissa harjoitellaan tunteiden ilmaisemista ja toisen huomioimista.



Skeema 2

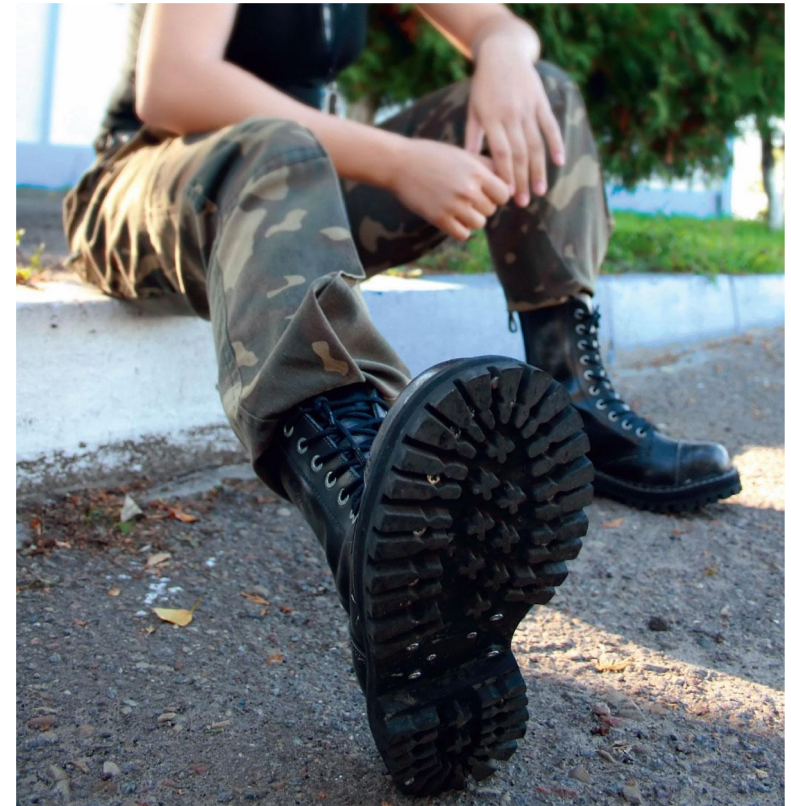
6.16 Identiteetin luomiseen on monta reittiä

Ydinsisältö



Nuoruusiän tyypillisiä piirteitä

- Voimakas itsensä tarkkailu
- Jännityshakuisuus
- Ideologinen pohdinta
- Samanikäiset ystävät tärkeitä
- Sukupuoli-identiteetti täydentyy omalla seksuaalisella suuntautuneisuudella.
- Itsensä arvostaminen usein alhaisimmillaan varhaisnuoruudessa.





Identiteetin etsintää

Identiteetti

- Yhtenäinen käsitys itsestä
 - Fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet
- Oma asema ja tavoitteet yhteiskunnassa
- “Kuka olen ja mihin kuulun?”
- Muodostumiseen vaikuttaa
 - sukupuoli
 - etnisyys
 - perheen sosioekonominen asema
 - kulttuuri
 - ympäröivän yhteisön arvot, normit ja asenteet.

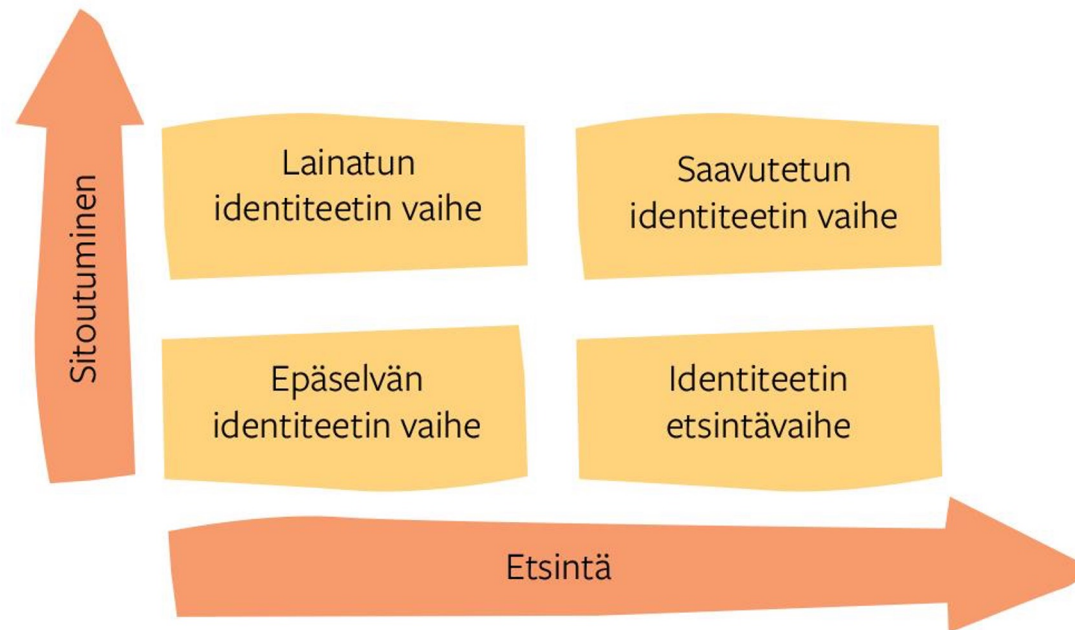
Minäkäsitys

- Sisältyy identiteettiin
- Ymmärrys omasta ulkonäöstä, persoonallisuudesta ja sukupuolesta
- “Millainen olen?”





IDENTITEETIN MUODOSTUMINEN MARCIAN MUKAAN





IDENTITEETIN ERI OSIA





Skeema 2

6.17 Seksuaalisuus viriää nuoruudessa

Ydinsisältö



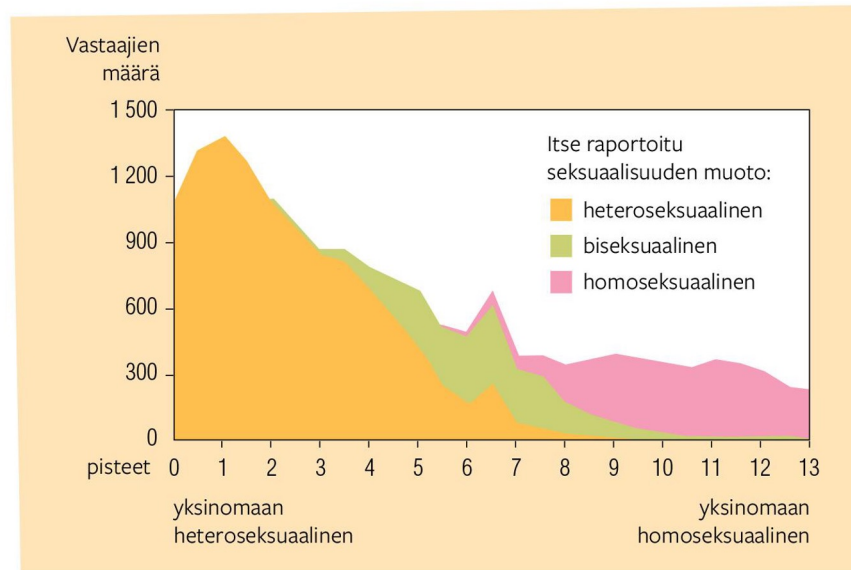
Seksuaalinen suuntautuminen

- Seksuaalisuuden merkitys kasvaa varhaisnuoruudessa hormonitoiminnan myötä.
- Seksuaalisella suuntautumisella tarkoitetaan sitä, minkä sukupuolen edustajia kohtaan tunnetaan seksuaalista vetoa.
 - Heteroseksuaalisuus
 - Homoseksuaalisuus
 - Biseksuaalisuus
 - Panseksuaalisuus
 - Aseksuaalisuus
- Seksuaalinen suuntautuminen on jatkumo, ei pysyvä tila.





SEKSUAALISEN SUUNTAUTUMISEN JATKUMO



Lähde: Epstein, Robert (2007). Smooth Thinking about Sexuality. Scientific American Mind 18, 14.

Tutkittavat ovat merkinneet itsensä joko heteroseksuaaliseksi, biseksuaaliseksi tai homoseksuaaliseksi, mikä on merkittynä kaaviossa keltaisella, vihreällä tai pinkillä värillä. Lisäksi he ovat vastanneet seksuaalisen suuntautumisen kyselyyn ja saaneet siitä pisteet 0–13 sen mukaan, mihin he asettuvat heteroseksuaalisuus – homoseksuaalisuus -jatkumolla. Esimerkiksi kukaan heteroseksuaaliksi itsensä merkinnyt ei ole saanut yli 9,5 pistettä eli heidän seksuaalisen suuntautumisen pisteensä painottuvat heteroseksuaalisuuteen, mutta vaihtelua heteroiden välillä on kuitenkin runsaasti (0–9,5 pistettä).

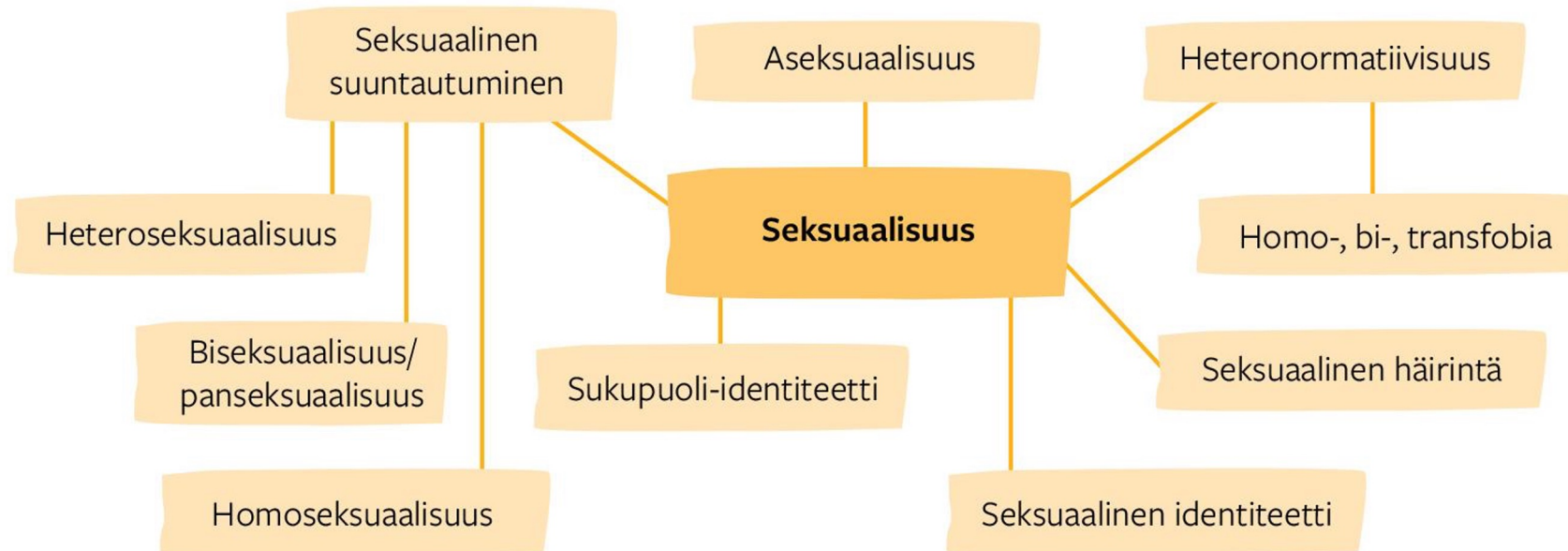


Seksuaalisuuteen vaikuttavia tekijöitä

- Dynaaminen vuorovaikutus
 - Biologiset tekijät, esim. perimä
 - Psyykkiset tekijät, esim. ajatukset ja fantasiat
 - Sosiaaliset tekijät, esim. paine seksuaalisiin kokemuksiin, seksuaalinen häirintä
 - Kulttuuriset tekijät, esim. heteronormatiivisuus tai homofobia



Seksuaalisuuteen liittyviä käsitteitä





Skeema 2

6.18 Kehitys jatkuu nuoressa aikuisuudessa

Ydinsisältö



Ajattelu muuttuu suhteelliseksi

- Postformaali ajattelu on korkein ajattelun taso.
 - Piaget'n alkuperäisessä teoriassa korkein taso oli formaali ajattelu.
- Kyky muotoilla uusia kysymyksiä ja muodostaa uudenlaisia näkemyksiä kehittyy.
- Postformaali ajattelu on luovaa ja relativistista eli suhteellista.
- Kaikki ihmiset eivät saavuta formaalia tai postformaalia ajattelun tasoa.



POSTFORMAALI AJATTELU





Nuoret aikuiset itsenäistyvät ja etsivät läheisyyttä

- Nuorena aikuisena koetaan usein eripituisia seurustelusuhteita.
- Perheen perustaminen on ajankohtaista usein vasta myöhemmin.
- Identiteetti muovautuu ja päivittyy edelleen.
- Itsetuntemus helpottaa omien valintojen sovittamista omiin kykyihin ja tarpeisiin.
- Ystävät ja parisuhde muodostavat tukiverkoston.
- Itsenäistyminen, opiskelut, ihmissuhteet jne. kuormittavat.

