

Hoofdstuk 8: Emotionele en sociale ontwikkeling in de vroege kindertijd (2-6 j)

Vragen

- Met welk kernconflict moeten kleuters omgaan?
- Hoe begrijpen en zien ze zichzelf?
- Hoe ontwikkelen ze zich verder op emotioneel vlak?
- Hoe zit het met hun vriendjes? Hoe ontwikkelen vriendschappen, maar ook agressie zich?

Thema's

1. Erikson: initiatief tegenover schuld
2. Zichzelf begrijpen
3. Emotionele ontwikkeling
4. Relaties met leeftijdgenoten ('peers')
5. Vroege morele ontwikkeling
6. Geslachtsrollen

Niet te kennen: child rearing

1. Erikson

De peuterleidster fronste haar wenkbrauwen toen Maaïke haar jas uit deed. Normaal gesproken waren de kleren van het meisje goed op elkaar afgestemd. Vandaag had ze echter een bloemetjesbroek aan met een t-shirt dat daar vreselijk bij vloekte. Ze droeg ook een gestreepte haarband, sokken met dieren erop en gestippelde laarzen. Haar moeder haalde enigszins gegeneerd haar schouders op. "Maaïke heeft zich vanochtend helemaal zelf aangekleed", legde ze uit terwijl ze de leidster een tas met een extra paar schoenen overhandigde, voor het geval dat de laarzen vervelend zouden gaan zitten

Het feit dat moeder dat toelaat dat haar dochter zichzelf aankleed = vb van initiatief

Peutertijd: autonomie, tegendraads doen

Kleutertijd: nieuwe dingen proberen, enthousiast zijn

Initiatief <i>Positieve ontw</i>	Schuld <i>Bang iets te doen → verkeerd → kritiek/straf → niet durven</i>
Enthousiast om nieuwe taken te proberen, en deel te nemen aan activiteiten met 'peers'	Overmatig streng superego (of geweten) veroorzaakt te veel schuldgevoel
Spel laat toe nieuwe vaardigheden uit te proberen <i>Spel is veiligere context (valse afwas doen ipv echte afwas van mama)</i>	Houdt verband met overdreven bedreigingen, kritiek, en straf door volwassenen
Beeldt goed zichtbare beroepen uit in fantasiespel	Niet durven experimenteren

2. Zichzelf begrijpen

Zelf-concept = geheel van kenmerken, vaardigheden, houdingen en waarden waarvan een individu gelooft dat het omschrijft wie hij of zij is

"Ik ben Tommy. Kijk, ik heb een nieuwe rode tshirt. Ik ben vier jaar. Ik kan mijn tanden poetsen en ik maakte deze toren."

Opvallend: objectieve kenmerken, niet "ik ben leuk", kenmerken als vaardigheden: "Ik kan goed voetballen"

- Zelfconcept bij kleuters is zeer **concreet**
 - Gebaseerd op observeerbare kenmerken
 - 3,5 jaar: Typische emoties/attitudes
 - 4 jaar: als trekomschrijving gegeven, dan correct bedoelingen en emoties infereren.
Maar: nog niet toepassen op zichzelf
 - *Weten wat het betekent als men zegt dat iemand druk is, maar dat niet op zichzelf toepassen*
- Sterker zelf-concept: sterkere tendens om **rechten** doen gelden **op voorwerpen** ("Van mij!")
 - *Moeilijk om op die leeftijd te delen, vb "IK draag die rode tshirt" → Moeilijk als iem anders die dan draagt*
 - *Niet bestraffend reageren: "Ja oké, dat is van jou, maar je speelt ook grg met speelgoed van anderen. Best dat jullie nu samen spelen. Maar thuis is dat wel nog altijd van jou en dat blijft van jou."*
- **Zelfwaardering**= oordeel over onze eigen waarde en gevoelens die we daarbij hebben.
 - (1) globale inschatting
 - (2) oordelen over verschillende aspecten van het zelf
- Eigen vaardigheid heel **hoog schatten**, moeilijkheid taak onderschatten
 - *Gewenste zelf en eigenlijke zelf nog door elkaar halen*
- Heeft invloed op **initiatief** bij kleuters.
 - *Dus dat overschatten niét bestraffen bij hun!*

3. Emotionele ontwikkeling

- Begrijpen van emoties van anderen steeds accurater
- Emotionele zelf-regulering neemt toe
- Meer zelf-bewuste emoties (schaamte, schuld) als zelfconcept ontwikkelt
- Empathie, sympathie, en prosociaal gedrag nemen toe

3.1 Begrijpen van emoties

- Beter inzicht in emoties: **sociaal refereren** en **actief** spreken over emoties
 - Oorzaak: "hij is blij omdat hij jarig is"
 - Gevolgen: "papa is kwaad en zal niet spelen"
 - *Emoties kunnen linken aan gebeurtenis*
- Indrukwekkend vermogen om gevoelens van anderen te interpreteren, voorspellen, en veranderen
- **Toch beperkingen** in situaties met **tegengestelde aanwijzingen**
 - *Ambigue situaties: vb tekening van een jongetje naast een kapotte fiets die lacht*
 - *Gaan dan centreren: "Jongetje is blij, want hij fietst graag", maar negeren feit dat fiets stuk is*
 - *Later: "kindje is blij, want papa gaat zijn fiets repareren"*
- Factoren:
 - Veilige gehechtheid: meer emoties bespreken
 - Andere kinderen: (Socio-dramatisch) spel

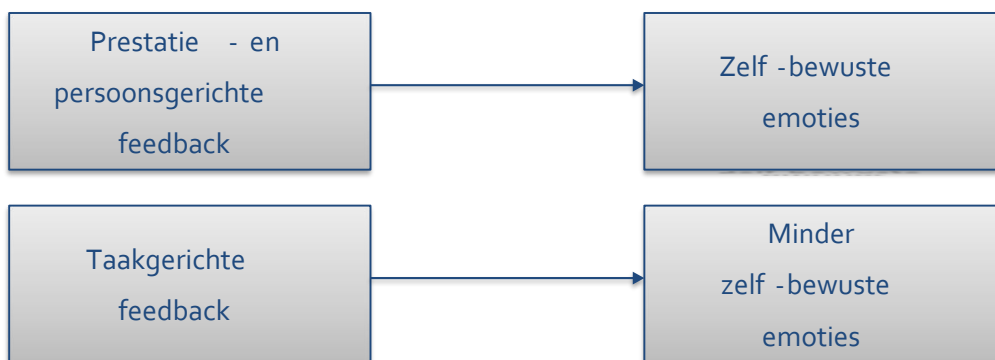
3.2. Emotionele zelfregulatie

- Vermogen om **expressie** van emoties **onder controle** te houden
 - Private speech
 - *Tegen zichzelf (vaak luidop)*
 - *In crèche kom je binnen, anderen kdn zien jou: gaan niet meer wenen*
 - *Zeggen tegen zichzelf "mijn mama komt straks!"*
 - Blootstelling aan sensorïële input beperken
 - *Vroeger bij een enge gebeurtenis blijven kijken en wenen*
 - *Nu: ogen bedekken*
 - Van doel veranderen
- **Gevolg:** minder emotionele uitbarstingen
- Beïnvloedende factoren:
 - Opvoeding (ouders): model-leren
 - *Ouders die zelf emotionele uitbarstingen hebben*
 - Temperament
 - *Sommige kinderen hebben sneller emot uitbarstingen: genetisch*
 - Maar (kinder)angsten

- *Levendige fantasie, moeilijk onderscheid kunnen maken tussen wat echt is en wat niet echt is*
- *Minder afgeschermd dan in peutertijd: tv, school..*

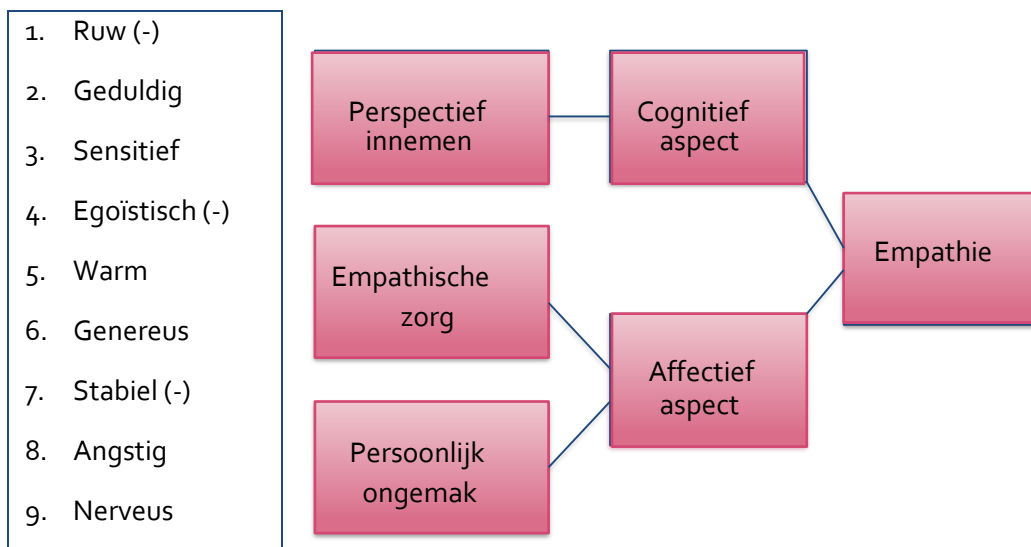
3.3. Zelfbewuste emoties

- Komen vaker voor naargelang het zelf-concept beter ontwikkeld is
- 3 jaar: duidelijke band met zelf-evaluatie:
 - Fierheid: positieve zelfwaarde
 - Schaamte en schuld: negatieve zelfwaarde
- Nog afhankelijk van ouders om te weten wanneer voelen



- **Prestatiegerichte feedback:** "Wow wat een kunstwerk!!!"
 - **Persoonsgerichte feedback:** "Je bent een echte kunstenaar!"
 - °Fierheid, maar afhankelijk van compliment: als ik het goed doe ben ik goed, anders ben ik slecht
 - Prestatie linken aan persoonskarakteristieken: slechte prestatie = jou als pers devalueren
 - **Taakgerichte feedback:** "Jij tekent wel graag he? Hoe deed je dat?"
 - Adaptiever: stabiel zelfbeeld.
- **Schaamte** = gevoel van falen als persoon: geassocieerd met lage zelfwaarde, depressie, en kwaadheid
Predictor
 - **Schuld** = falen ten opzichte van een bepaalde standaard: adaptiever, tendens tot reparatie, en zelfcontrole
 - **Maar:** differentieel in verschillende culturen
 - vb. *In China:* Schaamte = herinnering aan groepsnormen, *is goed*

3.4. Empathie, sympathie en pro sociaal gedrag



Zien dat nieuwe lln op school komt

Inbeelden dat dat wel moeil moet zijn voor hem: persp innemen

Overspoeld worden door emoties: eigen emoties → Persoonl ongemak: bezorgdheid over jezelf

Affectief: bezorgdheid over de ander

Temperament heeft hiermee ^ te maken

(-) = negatieve predictor: hoe ruwer, hoe minder empathisch



- **Empathie is belangrijke voorspeller** van pro sociaal (of altruïstisch) gedrag = handelingen die een ander persoon voordeel brengen zonder eigenbelang
 - *lets doen voor de ander, niet voor mezelf*
- **Factoren:**
 - Temperament
 - weinig emotionele zelfregulering, minder sympathie
 - Opvoeding ouders
 - meer bestraffend, minder empathie en sympathie (tegenover warm en betrokken opvoeden)
 - *Veel pro sociaal gedrag bij de ouders*

Longitudinaal onderzoek:

Tolerantie voor afhankelijkheid (5j.) moeder

Inhibitie van agr moeder (5j)

Tevredenheid met moederrol (5j)

...

Symp (31j): 26 j later vragen hierrond stellen

4. Relaties met leeftijdsgenoten

- Meer sociaal worden in **spel met 'peers'** (= vooruitgang in sociabiliteit met leeftijdsgenoten)
- **Oorspronkelijke idee:** spelontwikkeling is te meten aan de hand van mate waarin spel al dan niet sociaal van aard is (Mildred Parten, 1932)
 - *Spel zou ° als niet-sociaal spel, en hoe ouder hoe socialer (dachten we 1st)*
- Frequentie of omvang van elke soort verandert met de leeftijd

4.1. Spel

Niet-sociale activiteit	Niet-betrokken, toeschouwersgedrag (= kind speelt niet) Solitair spel (= alleen spelen)
Parallel-spel	Speelt in nabijheid andere kinderen met gelijkaardig speelgoed, maar probeert niet hen te beïnvloeden
Sociale interactie	Associatief spel (uitwisselen en commentaar) Coöperatief spel (zelfde doel)

- **Toeschouwersspel**
 - *Kijken hoe anderen spelen*



-
- **Solitair spel**
 - *Alleen spelen*



-
- **Parallel-spel**
 - *Zelfde doen; maar apart spelen*



○

- **Associatief spel**

- *Ieder werkt apart, maar wel overleggen*



-
- *Vb iedereen maakt elk eigen schilderij, maar wel commentaar en verf uitwisselen*

- **Coöperatief spel**

- *Samenwerken aan hetzelfde doel*



-

- Maar (**longitudinaal onderzoek**):

- Alle 3 soorten spel komen samen voor bij kleuters
- Niet-sociaal: meest frequent bij 3-4 jarigen
- Solitair en parallelspeel vaak bij 3- tot 6-jarigen

- Dus: **nieuwer idee**: binnen elk van 3 soorten spel neemt de cognitieve rijpheid van het spel toe met leeftijd

- *Dus wel probleem als de cognitieve rijpheid niet overeenkomt met de leeftijd van het kind*

Functioneel spel	Eenvoudige, repetitieve bewegingen, met of zonder voorwerpen <i>Vb Blokken naast elkaar leggen</i>	0-2 jaar
Constructiespel	Creëren of construeren van iets <i>Blokken op elkaar leggen: (kasteel bouwen?)</i>	3-6 jaar
Rollenspel	Uitbeelden van alledaagse en ingebeelde rollen	2-6 jaar

- Vandaar: Alleen spelen is **enkel probleem** als het een **laag niveau van cognitieve rijpheid** weerspiegelt:

- vb. repetitief blokjes op elkaar vastzetten zonder iets te bouwen

- **Culturele verschillen:**

- India: samen spelen
 - *Collectivistische culturen: samen spelen belangrijk!*
- Belang spel: entertainment vs. aanleren van cognitieve en sociale vaardigheden

4.2. Vriendschap

Toen Roy drie was kreeg hij zijn eerste echte vriend, Hakan. Roy en Hakan, die in dezelfde flat woonden, waren onafscheidelijk. Ze speelde de hele dag met autootjes, waarmee ze in de gang op en neer raceten totdat één van de burens over het lawaai begon te klagen. De jongens deden net alsof ze

voor elkaar voorlazen en bleven soms bij elkaar logeren. Allebei waren ze het gelukkigst als ze met hun 'beste vriend' waren – zo noemden ze elkaar.

- Vriendschap (bij volwassenen) = wederzijdse relatie die omvat
 - elkaar gezelschap houden
 - delen
 - begrijpen van gedachten en gevoelens
 - voor elkaar zorgen in tijden van nood
- (Rijpe) vriendschappen blijven duren in de tijd en overleven occasionele conflicten
- Kleuters begrijpen al iets over uniekheid van vriendschap: speelkameraad (samen lachen, praten, elkaar steunen), maar
 - nog geen wederzijds vertrouwen
 - nog niet langdurig vb. na ruzie eindigt vriendschap

Vaak w door banale dingen vriendschappen afgebroken en gestart

Vb: "ik heb prinsessenkleedje en hakken" → Zo ° vriendschappen. Wrm net dat dat vriendschap maakt?

Zelfconcept

- "Iemand die jou leuk vindt," met jou speelt, en speel-goed deelt
- Vriendschappen ver- anderen vaak
- Vrienden bieden meer bevestiging, zijn emotioneel expressiever en bieden meer sociale steun dan niet-vrienden.

4.3. Invloeden van ouders op vroege relaties met 'peers'

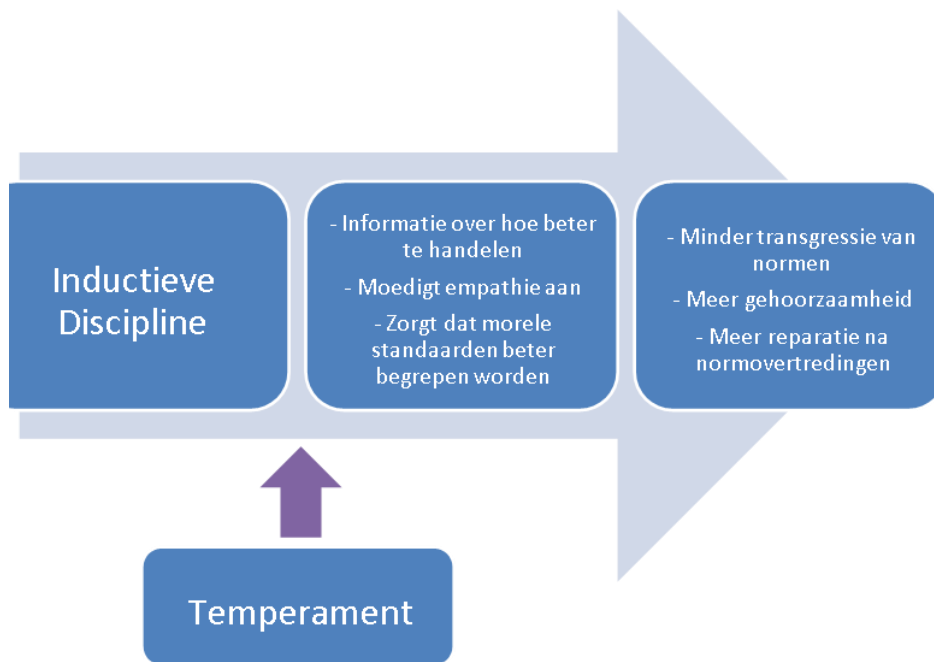
Direct	Indirect
Regelen van informele activiteiten met 'peers'	Veilige gehechtheid
<i>Kind meenemen naar speeltuin, vriendje uitnodigen</i>	<i>Communiceren is emotioneel expressiever</i>
Richtlijnen over hoe zich gedragen tegenover anderen <i>Tips hoe ze ruzie kunnen oplossen</i>	Emotioneel expressieve, ondersteunende communicatie

5. Vroege morele ontwikkeling

Psychoanalyse	Freud: Uber-Ich en schuld Meer recent: inductie en empathie-gebaseerde schuld
Sociaal leren	Modellering van moreel gedrag
Cognitief ontwikkelingsperspectief	Kinderen denken actief na over sociale regels

5.1 Psychoanalyse

- Freud: installeren van het Uber-Ich, onder andere via
 - Angst voor straf
 - *Maar wie bang is voor straf gaat net méér liegen: Freud was dus fout*
 - Angst om liefde van ouders te verliezen
- Meer recent: belang van inductieve discipline

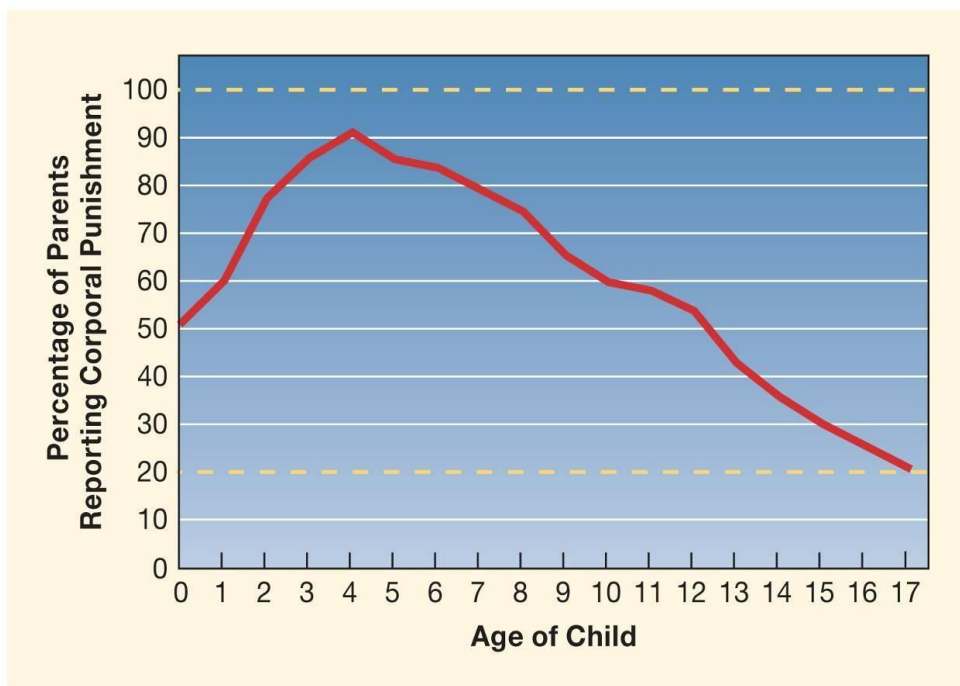


Temperament bepaalt hoe empathisch je bent

Meer reparatie na normovertredingen: schuldiger voelen en zin om het goed te maken

5.2. Sociaal leren

- Zelf tonen en demonstreren van goed gedrag
- Bekrachtigen en belonen van goed gedrag → goed gedrag blijven doen
- Imitatie wordt beïnvloed door:
 - Warmte en responsiviteit
 - Competentie
 - Consistentie: "Helpen is belangrijk", maar moeder doet het zelf niet



- Waarom **werkt fysiek straffen** gemiddeld genomen **niet**?
 - Fysieke straf is zelf een modellering van agressie
 - Creëert een gevoel van bedreiging
 - *Ouders willen moreel gedrag, maar door die bedreiging net minder empathisch en minder moreel door de focus op de eigen frustratie*
 - Leidt tot vervreemding van de socialisatiefiguur
 - Kan 'verslavend' werken voor de socialisatiefiguur
 - *Fysiek geweld werkt op heel korte termijn, op lange termijn net niet*
 - Kan naar de volgende generatie worden overgedragen
- Daarom beter alternatieven, zoals time-out, privileges inperken

"Pedagogische tik kan enkel wanneer het een welbewuste keuze is": gebeurt bijna niet, bijna altijd heel impulsief en is heel maladaptief

Studie 2011: Experiment: al dan niet helpende waarde van fysiek straffen

(3-4J oude kdn)

School A: straffend klimaat

School B: Niet straffend

*"Raad wat achter je rug ligt en niet kijken! ...oei ik ben iets vergeten" onderzoeker gaat weg
Bijna àlle 3-4j kdn keken.*

"Wie heeft er gespiekt? En blijven ze doorliggen?"

Straffend klimaat: meer liegen en meer volgehouden liegen.

Wat voor experiment was dit? Veld, labo, natuurlijk experiment? Geen van de 3?

Geen veld: uit de context en in labo en wordt hier ingegrepen op het gedrag

Geen labo: at random

Wél natuurlijk: de natuurlijke verdeling en ze behouden deze

5.3. Cognitief ontwikkelingsperspectief

- Kinderen denken actief na over goed en fout en over rechtvaardigheid
 - *Niet zo zeer regels, zelf nadenken*
- Vanaf 3 à 4 jaar: toenemend inzicht in intenties
- Maar nog veel **rigiditeit** in hanteren van standaarden
 - *"Liegen is fout, stelen is fout"*
 - *Geheimen doorzeggen, of ze zouden liegen*
 - *"Wat als je stierf van de honger? Mag je dan stelen?" "Neen! Nooit stelen!" terwijl volwassenen meer genuanceerd nadenken*
- Toenemend onderscheid tussen soorten standaarden:
 - Morele imperatieven
 - Sociale conventies
 - Private kwesties
- *Onderscheid tussen de drie: "wat is erger, iemand slaan of ijs met je handen eten?" Kdn zeggen dat "iemand slaan"*

Morele imperatieven	Handelingen die de rechten en het welzijn van anderen beschermen
Sociale conventies	Gewoonten die gemaakt worden op basis van sociale afspraken
Private (persoonlijke) keuzes	Zaken die geen rechten schenden Die niet sociaal afgesproken zijn Die te bepalen zijn door het individu

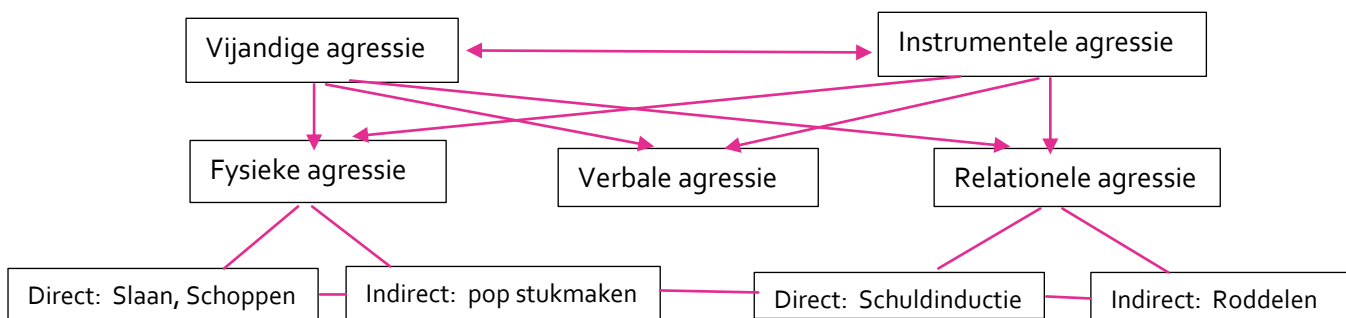
5.4. Agressie

Zoemsessie

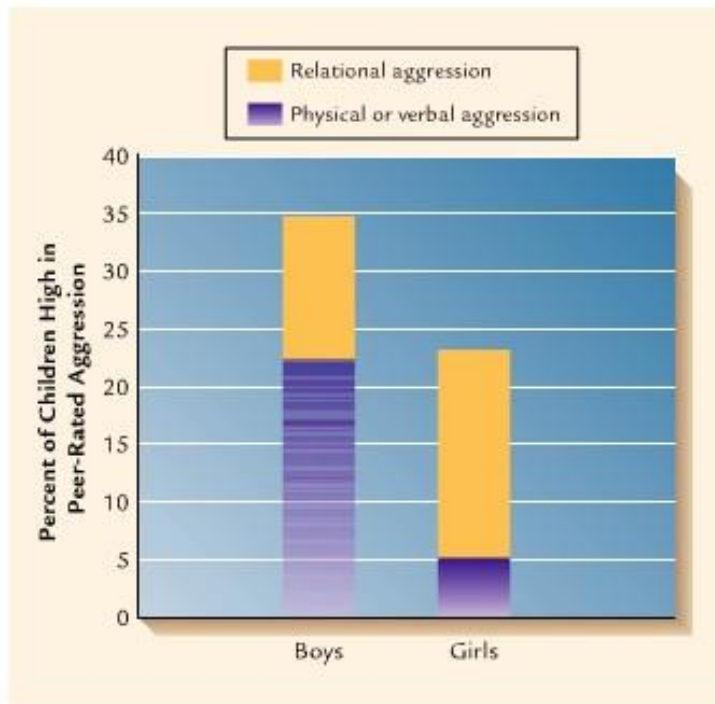
- Wat zou het verschil zijn tussen volgende types agressie: fysieke agressie, relationele agressie, instrumentele agressie, en verbale agressie?
- Drie van deze vier types agressie kunnen onder de noemer vijandige agressie worden geplaatst, welke?
- Wanneer spreken we over directe en indirecte agressie? Kunnen alle types agressie direct en indirect zijn?

Instrumentele agressie: om doel te bereiken: speelgoed of om als eerste van de glijbaan te mogen

Vijandige agressie: reactief: iemand express pijn doen



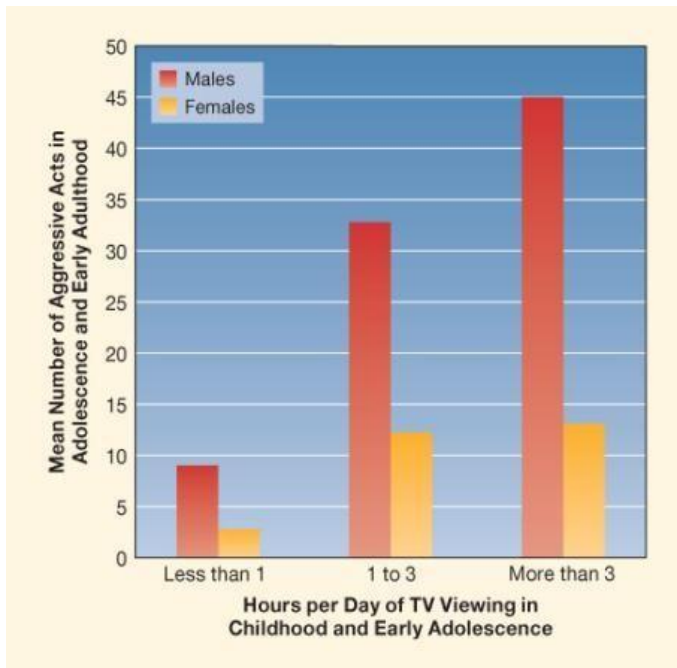
- **Evoluties over tijd:**
 - Fysieke agressie neemt af en wordt vervangen door verbale agressie
 - Instrumentele agressie neemt af (uitstel van bevrediging neemt immers toe)
 - *Behoeftes even kunnen uitstellen*
 - Vijandige agressie neemt toe (vijandige intenties anderen beter herkend, daardoor terugslaan)
- **Geslachtsverschillen**
 - Jongens: meer openlijke agressie en meer agressie in het totaal
 - Mannelijke geslachtshormonen (androgenen)
 - Geslachtsrollen: omg meer tolerant tegen jongens die agr gedrag vertonen
 - Meisjes: meer relationele agressie en meer indirect



Hoeveel relationele agressie verschilt niet zoveel, jongens zijn in het algemeen gwn meer agressief

5.4.1. Oorzaken van agressie

- Individuele verschillen
 - Temperament (impulsief, overactief)
- Gezin
 - Harde, inconsistente discipline (Jongens !)
 - Cycli van disciplineren, "jammeren" en toegeven
 - Kritische, bestraffende ouders: meer agressie
- Televisie
 - Geweld op TV = model
 - *Geweld op tv wordt niet bestraft, mannelijke rollen in films zijn meer gewelddadig*
 - *Maar nu ook meer meisjesrollen*
 - Jongens: grotere voorkeur want mannen in geweldfilms = sterk
 - Meer tolerantie tov gewelddadig gedrag



Hoe meer tv, hoe meer agr gedrag later

Misschien wel zo dat ze 3 uur lang naar K3 kijken, of ouders hebben die er amper naar omkijken, maar ook temperament!!!

Gewelddadige tv gaat gepaard met meer agr bij kdn

Agr kdn kijken meer naar gewelddadige tv

^Beïnvloed elkaar, maar ook omgevingsfactoren

5.4.2. TV en agressie

- USA: Sterke druk om iets aan geweld op TV te doen
- Behandelingsprogramma's:
 - Vroeg eraan beginnen
 - Doorbreken van cycli van vijandigheid
 - Aanleren betere manieren van omgaan met 'peers' vb. empathie en sympathie
 - Training in oplossen van sociale problemen (= conflicten uitbeelden, manieren van oplossen bespreken, inoefenen succesvolle strategieën)

6. Stereotiepe geslachtsrollen

Geslachtsrol-stereotypering ('gender typing') = associatie van voorwerpen, activiteiten, rollen, of persoonlijkheidstrekken met één van de geslachten op een manier die aansluit bij culturele stereotypes

Video: 2 meisjes 5 jaar oud, 2 jongens 3 jaar oud. "Wat is verschil tussen meisje en jongen?"

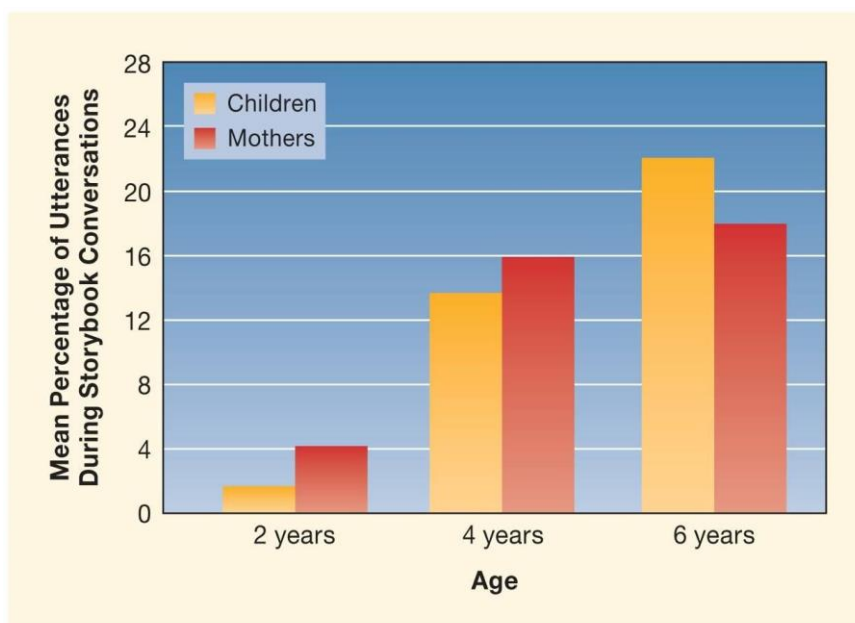
Jongens: observeerbare dingen, meer rigide: "meisjes kunnen geen basketbal!"

Meisjes; "wij kunnen dat wél!"

Biologische basis is afwezig

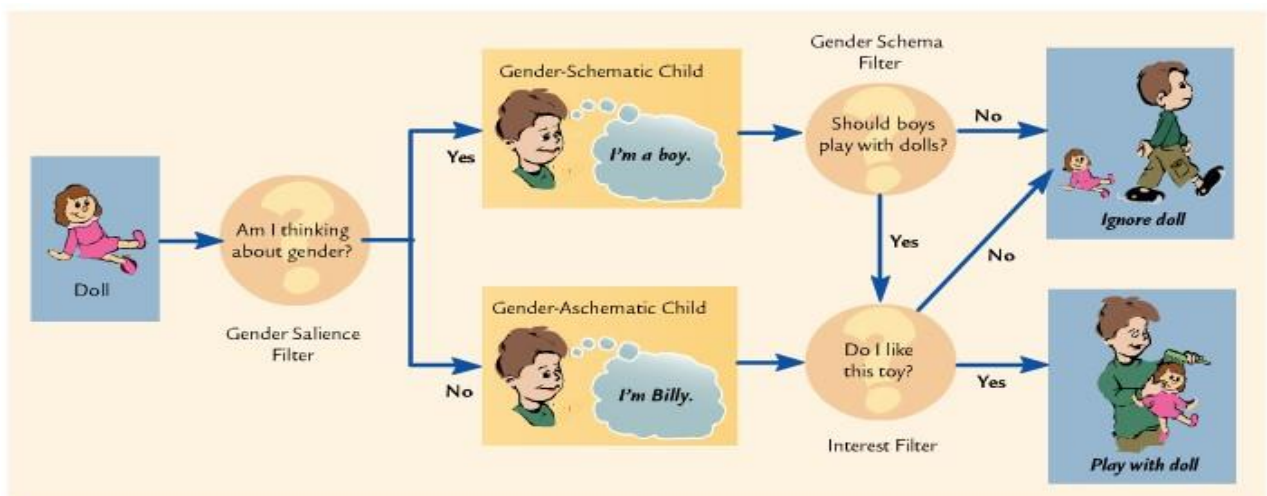
- 2 jaar: categorisatie als "jongen" en "meisje"
- Geslachtsgebonden voorkeuren speelgoed

- Persoonlijkheidstrekken:
 - Jongens: actief, assertief, openlijke agressie
 - Meisjes: angstig, afhankelijk, relationeel agressief
- Geslachtsgebonden overtuigingen worden sterker in kleutertijd
- Kleuters begrijpen nog niet dat de kenmerken die samenhangen met het geslacht niet bepalen of iemand mannelijk of vrouwelijk is (= gebrek aan geslachtsconstantie)
- Geslachtsconstantie ('gender constancy') = het inzicht dat het geslacht een biologische basis heeft en hetzelfde blijft zelfs als kleding, haarstijl en spelactiviteiten veranderen
 - Inzicht pas verworven op einde kleuterperiode
 - Gerelateerd aan cognitieve problemen van preoperationeel denken (conservatie en uiterlijke verschijning – realiteit)
 - *Als man een handtas heeft, dan is dat nog steeds een man: kdn hebben dit beseft nog niet*
 - *Eens dat beseft er is hoeft alles niet zo blauw/roos te zijn*
- Genetisch
 - Evolutionaire aanpassingswaarde
 - Hormonen
- Omgeving
 - Gezin
 - Leraren
 - Leeftijdgenoten
 - Bredere sociale omgeving
- Ouders (gezin)
 - Moedigen verschillende speelstijlen aan
 - Versterken onafhankelijkheid bij jongens en intimiteit bij meisjes
- Leerkrachten
 - Meisjes meer aangemoedigd tot gestructureerde activiteiten, jongens meer tot ongestructureerde activiteiten
 - *Meisjes sneller afgerekend wanneer ze niet netjes zijn*



- Leeftijdgenoten
 - Versterken gedrag dat past bij eigen geslacht
 - Vooral jongens: kritiek op geslachtsincongruent gedrag
 - *Jongen die fles aan een pop geeft/nagellak draagt wordt uitgelachen door peers*
- Genderidentiteit ('gender identity') = gevoel mannelijk of vrouwelijk te zijn
- "Hoe voel je je?" Antwoorden:
- 3 vormen:
 - Mannelijk
 - *Ambitieuw, competitief, impulsief*
 - Vrouwelijk
 - *Gevoelig, sensitief*
 - Androgyn
 - *Beide*
- Mannelijke en androgynse genderidentiteit voorspellen goed aanpassing
- *Wie is gelukkigst? Mannelijke en androgynse gelukkiger, vrouwelijke meer kans op depressie*

6.1. Theorie van de geslachtsschema's



*Denkt dat kind aan geslacht? Is genderschematisch denken.
Verskil tussen kdn (context) in hoe fel ze gender laten doorwegen*

Hoofdstuk 9: Fysieke en cognitieve ontw in de lagere schoolleeftijd

Kernvragen

- Hoe ontwikkelen lagere schoolkinderen zich op fysiek en motorisch vlak?
- Hoe ontwikkelt hun denken zich?
- Hoe ontwikkelt het spreken en de taal zich?

5 thema's

1. Fysieke ontwikkeling en determinanten
2. Motorische ontwikkeling
3. Piaget: het concreet-operationele stadium
4. Informatieverwerkingsstrategieën
5. Taalontwikkeling

Niet te kennen: "Individual differences in mental development" en "Learning in school"

1. Fysieke ontwikkeling en determinanten

Meisjes groeien 2 jaar vroeger, hebben sneller vetweefsel maar trager spierweefsel dan jongens

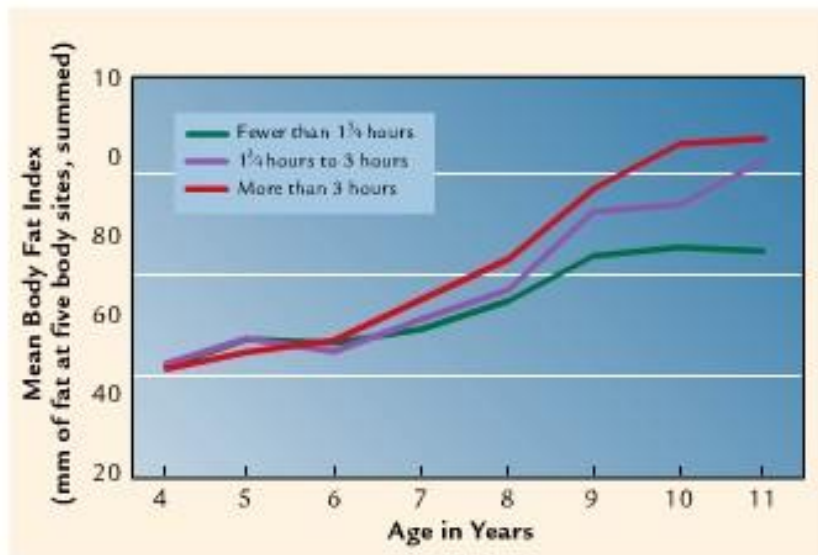
1.1. Lichaamsgroei

- Cephalo-caudale trend zet zich verder
 - vb. sneller nieuwe broek en schoenen aankopen
- Grote lenigheid
 - *Spieren ontw verder, maar de ligamenten nog niet zo goed: lenig*
- Kindertanden vervangen tussen 6 en 12 jaar
 - *Tanden zien er te groot uit voor gezicht: normaal*
- Trage fysieke groei ~ peuter & kleuterjaren

1.2. Gezondheidsproblemen

- **Bijziendheid** (myopie)
 - *¼ lagere school kdn: erfelijkheid, tv kijken...*
 - *Hoe hoger de SES, hoe groter de kans*
- Slechte **voeding**: met ouders 1 maal thuis eten voorkomt dit
 - Samen eten komt minder voor
 - *Eten vaker uit huis*
- **Obesitas** = meer dan 20% toename in gemiddeld lichaamsgewicht naargelang geslacht en leeftijd
 - 16% van Amerikaanse kinderen
 - 2% van Vlaamse kinderen (2010; Nu: 5-6%: stijgt meer en meer)

- Oorzaken obesitas
 - Genetica
 - Lage SES: meer stress en gebrek aan kennis (*Ongezond eten is goedkoper*)
 - Overvoeding: elk ongemak = signaal voor voedsel : kinderen leren niet eigen honger aan te voelen en eten intern te reguleren
 - Gevolg: meer vatbaar voor externe voedselstimuli dan voor interne hongerstimuli
 - *Bepaald aantal voedsel opeten: "Dit is wat je vandaag eet!" Niet luisteren naar wat kind wilt*
 - *Emotioneel eten*
 - Ongezonde voeding als "beloning" gebruiken
 - *Ook op volwassen leeftijd doet men dit*
 - Minder fysiek actief en meer TV kijken: oorzaak en gevolg
 - *Als je obees bent is de kans ook hoger dat je inactief bent*



Aantal uren tv kijken

Meer dan 3 uur: sneller stijgen in gewicht

- **Gevolgen obesitas:**
 - Stereotyp beeld: lui, lelijk, onzeker en niet sociaal aanvaard
 - Emotionele problemen: depressie, lager welzijn
 - Kans op obesitas als volwassene
 - Gezondheidsproblemen: *Hart- en vaatziekten*
- **Behandelen obesitas** (focus op veranderen van levensstijl): *Voeding en meer beweging*
 - Familie-kwestie
 - Scholen

2. Motorische ontwikkeling

2.1. Ruwe motorische ontwikkeling

- Betere beheersing van ruwe motorische handelingen
- Vooruitgang in vier domeinen:
 - (a) Flexibiliteit/ elasticiteit neemt toe: vb. kopstand, molentje
(*Ligamenten nog niet volledig vastgehecht aan gebeente*)
 - (b) Evenwicht vergroot: vb. veranderen van richting tijdens lopen
 - (c) Snelheid en behendigheid van beweging neemt toe : vb. voetbal, hinkelen, tikkertje
Cognitieve oorsprong: kdn gaan meer irrelevante stimuli inhiberen
Kleuters meer afgeleid door supporters enz
Kdn kunnen zich beter focussen
 - (d) Kracht neemt toe: vb. baseball, tennis

2.2. Fijne motorische ontwikkeling

- Verfijning fijne motorische ontwikkeling:
 - Alfabet: letters = groot omwille van armbeweging
 - *Moelijk tussen fijne lijntjes te schrijven: bew vanuit arm ipv vinger/pols*
 - *Liever drukletters: makkelijker*
 - Tekeningen: meer detail, diepte-elementen, en relaties tussen figuren
- Geslachtsverschillen:
 - Meisjes: beter in fijne motorische vaardigheden *en evenwicht*
 - Jongens: ruwe motorische vaardigheden die kracht vergen
 - Genetische verschillen, maar ook omgeving die op stereotype wijze reageert!
 - *Jongens meer aanmoedigen te sporten dan meisjes!*

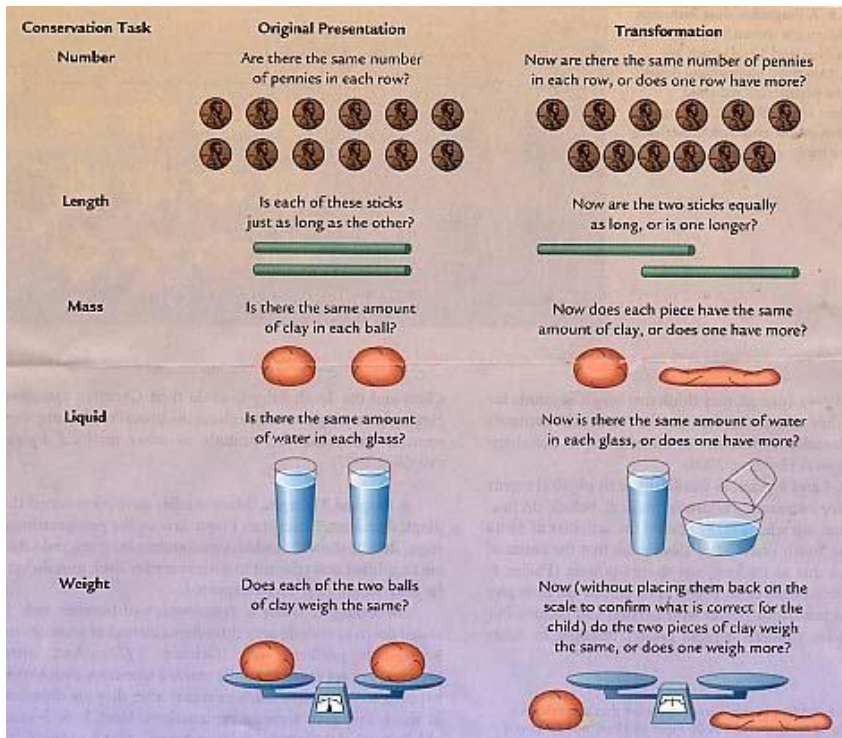
2.3. Spelletjes met regels

- Spelletjes (bijvoorbeeld in jeugdbeweging of in sportclub) zijn bevorderlijk voor ontwikkeling:
 - Toename in perspectief innemen: je kan begrijpen hoe anderen spelletje zullen spelen
 - *Dragen bij aan mot en soc ontw: "als ik haar was, waar zou ik me verstoppen?"*
 - Samen ontdekken welke regels goed zijn en welke niet
 - Inzicht in wat fairheid en rechtvaardigheid betekenen
 - *"Het is niet eerlijk, dat mag niet!"*

3. Piaget: Het concreet-operationele stadium

3.1. Concreet-operationele stadium

- **Kleuters:** laten zich leiden door schijn en meest opvallende element
- **Lagere school:** schijn kan bedriegen en je oordeel beter baseren op mentale bewerkingen = operaties
- **Conservatie** = de idee dat bepaalde fysieke eigenschappen van voorwerpen dezelfde blijven, zelfs wanneer hun uiterlijke verschijningsvorm verandert

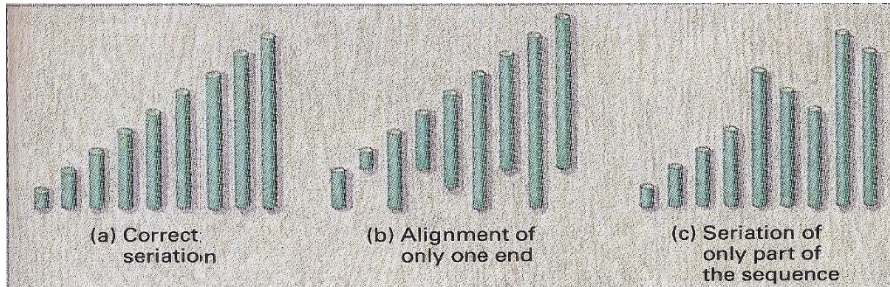


- **Centratie** – Aandacht richten op één aspect en andere verwaarlozen (bv. enkel hoogte en niet breedte van glas) →
- **Decentratie** = focussen op meerdere aspecten van het probleem en ze met elkaar in verband brengen, eerder dan zich op één aspect te richten
- **Geen Transformaties** = heeft enkel aandacht voor begin- en eindtoestand van de situatie, niet voor overgang →
- **Transformaties** = vermogen om proces dat tussen begin- en eindtoestand zit in acht te nemen en te gebruiken bij de beoordeling van de situatie
- **Onomkeerbaarheid** = Kan een reeks van stappen niet in gedachten omkeren →
- **Omkeerbaarheid** = vermogen om te denken in een reeks van stappen en dan in gedachten de richting omkeren en weer op het uitgangspunt terugkeren (is een onderdeel van elke logische operatie)

Door **operaties** = mentale handelingen die gehoorzamen aan logische regels

- Classificatie: Klas-inclusietaak wordt nu correct opgelost:
 - Bewustzijn van hiërarchie in classificatie
 - Focussen op 3 soorten relaties tegelijkertijd
- Klasseren verloopt vlotter: sorteren van object op basis van bepaalde criteria
 - Eerst slechts één dimensie, later ook op basis van een tweede dimensie
 - *Kunnen makkelijk classeren, vbo bv kleur en dan ook op vorm*

Verzamelwoede op die leeftijd: paninistickers verzamelen om die competentie te oefenen



Door gissen en missen op kleuterleeftijd

Lagere school: 1st mentaal seriatie, dan zonder missen het goed leggen

- **Seriatie** = capaciteit om items langs een kwantitatieve dimensie te ordenen: 6-7 jaar
- **Transitieve inferentie**: uitvoeren van mentale seriatie of ordening
 - Staaf A is langer dan staaf B en staaf B is langer dan staaf C. Relatie Staaf A – Staaf C?
 - *Op het moment dat ze de staven niet meer zien dit vragen*
 - Opnieuw tegelijk integreren van 3 soorten relaties
- **Spatiaal redeneren** = begrip van ruimte
 - Object benoemen links of rechts van andere persoon: 5-6 jarige kan dit niet, 7-8 jarige wel dankzij **mentale rotatie** = ruimtelijk standpunt innemen van de andere
 - *"Voor jullie is de pc rechts, voor mij links"*
 - *Besef gezichtpunt ander = mentale rotatie*
- **"Cognitieve kaart"** = mentale representatie van bekende plaatsen, zoals buurt, huis, en school
 - **"Landmarks"** eerst fragmentarisch getekend, later meer organisatie en integratie
 - *Herkenningspunten door elke dag te passeren ergens: ruimtelijk inzicht ontw*
 - Uitleggen van weg aan anderen: duidelijk en goed georganiseerd = **"ruimtelijke wandeling in gedachten"** maken (vanaf 8 à 10 jaar)

Filmpjes:

Video 1. *Is dit glas minder vol, voller of hetzelfde?*

Fout: *Conservatie*

Stadium: *Pre-operationeel: laten zich nog bedriegen door schijn*

Kind links: pre-operationeel, kind rechts concreet-operationeel

Decentreren: "oke vloeistof wordt hoger, maar de breedte van het glas wordt smaller."

Transformatie: "Ze morst niet en ze doet niets weg." Terugdenken: "Als ze terug zou gieten, zou het terug hetzelfde zijn."

Video 2: Meer gele blokjes of meer blokjes?

Fout: Classificatie

Stadium: Meisje: Concreet-operationeel (beseft dat het aantal blokken een hogere categorie is dan het aantal gele blokjes), jongen doet haar na en begrijpt het nog niet: pre-operationeel

Meisje is voor taak op eerste video in het pre-operationele stadium, maar voor de tweede taak in het concreet-operationele stadium; dat is normaal.

3.2. Beperkingen

- Enkel georganiseerd en logisch denken als omgaan met
 - Concrete informatie die waarneembaar is
 - "Concreet-operationeel": concreet observeerbaar
 - *Oefening staaf A en B, kunnen ze enkel doordat ze het 1st zagen*
 - *Maar zomaar zeggen "X is groter dan Y. Wie is het grootst?" Dat gaat nog niet*
 - Niet met abstracte categorieën
- Omwille van concrete en situatiegebonden karakter verloopt het denkproces hier gradueel = geleidelijk verworven
 - Vb. eerst conservatie van aantal, dan pas andere vormen
- Dus: nog geen algemene principes die vervolgens op tal van situaties worden toegepast
 - *Kdn kunnen nog niet goed generaliseren: ervaringsgericht leren*

3.3. Recent onderzoek

Hersenontw en eigen ervaring, cultuur, opleiding... Bepalen cogn ontw.

India kdn beter mentale processen: weven, westerse kdn kunnen dit niet goed

- Piaget: hersenmaturatie en eigen ervaring
- Recent onderzoek: Invloed van cultuur en formele opleiding (school)
 - Cultuur: In niet-Westerse culturen (weinig naar school): conservatie vaak veel later verworven (11 jaar of later)
 - School: Kinderen die al langer naar school geweest zijn doen het beter op Piaget-taken
- Dus: Logisch denken ontwikkelt niet spontaan, maar invloed opleiding, context, en cultuur (zie theorie Vygotsky !)
 - *Cogn rijp, maar omgeving moet die kloof dichten!*
- **Piaget**: abrupte stagegebonden verschuiving naar operationeel stadium (*zoals een trap*)
- **Informatieverwerkingsbenadering**: graduele toename (*Stijgende lijn, geen trap*) = Neo-Piagetiaanse theoretici (Case, 1992)
 - Hoe? Cognitieve schema's worden "geautomatiseerd" = routine
 - Gevolg? Meer plaats in werkgeheugen => oude schema's combineren of integreren
- Concrete ervaringen worden geïntegreerd tot **centrale conceptuele structuren** = netwerken van begrippen en relaties die meer algemeen, complex, en systematisch denken bevorderen in veel verschillende situaties
- Geleidelijke ontwikkeling is toe te schrijven aan verschillende mate waarin werkgeheugen wordt belast

- Conservatietaken stellen verschillende vereisten inzake informatie-verwerking; dus meer of minder werkgeheugen
- Ervaringen van kinderen verschillen sterk: automatisatie treedt sneller / trager op

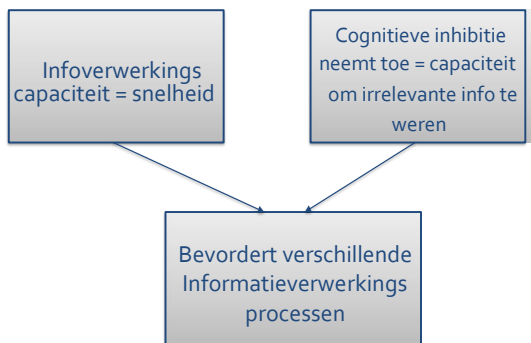
3.4. Evaluatie

- Piaget had gelijk: kinderen lagere school veel systematischer en rationeel
- Onduidelijkheid:
 - Continue verbetering van logische vaardigheden (informatieverwerking) of
 - Discontinue herstructureren van denken
- Waarschijnlijk beide: (*proces gwn niet zo absoluut, meer geleidel aan*)
 - Geleidelijke uitbreiding van logisch denken naar aantal taken
 - Vergelijking begin – einde lagere schoolleeftijd: kwalitatief verschil

4. Informatie-verwerkingstheorieën

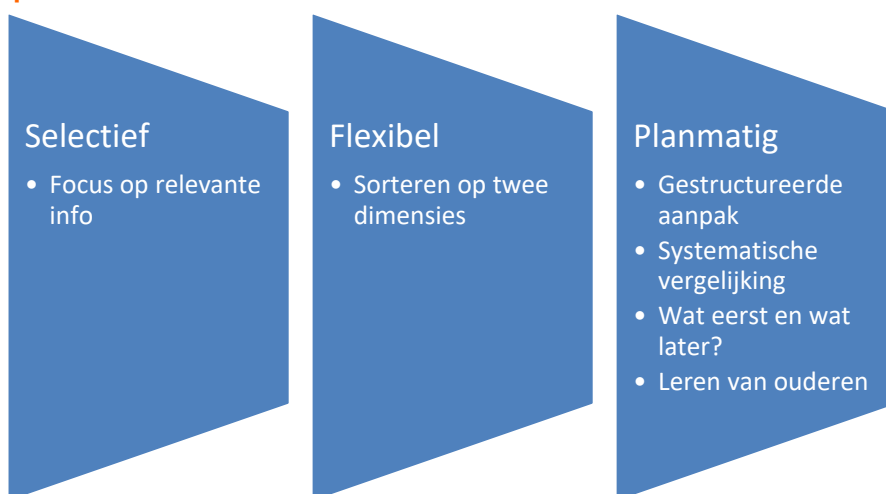
4.1. Algemene principes

Verandering in twee basale informatieverwerkingsvaardigheden door hersenontwikkeling



Ontw hersenen: sneller info verwerken, onbelangrijke info weglaten

4.2. Aandacht



Eerst aandacht kleur, dan vorm: kunnen die **verschuiving** al

Planmatig: vb verjaardagsfeestje: wie nodig ik uit? Uitnodigingen!! Wat doen we dan? Taart eten: recepten! Springkasteel!...

4.3. Geheugenstrategieën

- Bewuste strategieën om info te onthouden
- Probeer de volgende reeks uit het hoofd te leren: appel, eik, berk, beuk, appelsien, banaan, kriek, esdoorn, plataan en telefoon
 - *Velen gebruikten categorieën, visualisaties, herhalen, elaboratie (appel in eik en banaan in als telefoon inbeelden) → Strategieën geleerd in lagere sch*
- **Herhalen** = (voor zichzelf) herhalen van informatie
 - Vanaf begin lagere schoolleeftijd
 - Eerst één enkel woord (vb. appel), daarna reeks (vb. appel, eik etc.)
- **Organizeren** = het groeperen van items die tot dezelfde categorie behoren
 - Vanaf begin lagere schoolleeftijd
- Later combinatie van strategieën:
 - vb. organiseren, opsommen van namen categorieën, en herhalen van categorieën
- Meer systematisch toepassen van strategieën
- **Elaboratie** = een relatie, of gedeelde betekenis, tot stand brengen tussen twee of meer stukken informatie die niet tot dezelfde categorie behoren: mentaal beeld oproepen
 - Einde lagere schoolleeftijd want meer werkgeheugen vereist
- Waarom zijn organisatie en elaboratie effectiever?
 - Elementen worden tot betekenisvolle eenheden ('chunks') gegroepeerd waardoor
 - Plaats vrijkomt in het werkgeheugen
 - Informatie beter opgeroepen kan worden

4.4. Kennisbestand

Afhankelijk van kennis, interesse en motivatie: voetbaltermen: voetbalfan zou dat leuk vinden

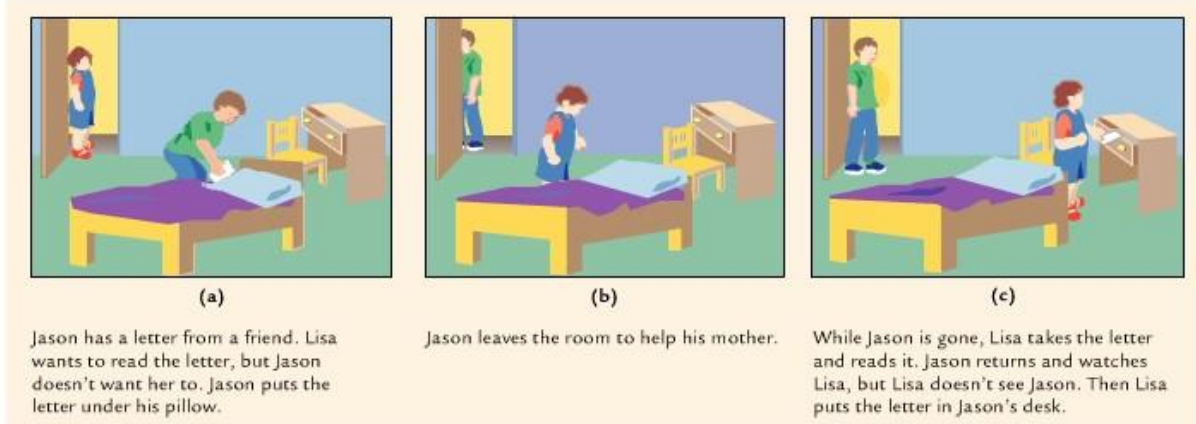
- Lange termijn geheugen wordt meer uitgebreid en meer hiërarchisch gestructureerd netwerk
- Hoe kan het verschil tussen kenners vs. nietkenners in het herinneren van items worden verklaard?
 - Rol van reeds aanwezige kennis
 - Rol van motivatie
- Opmerking: cultuur speelt een rol: in Westen wordt gebruik mentale strategieën meer aangemoedigd

4.5. 'Theory of mind'

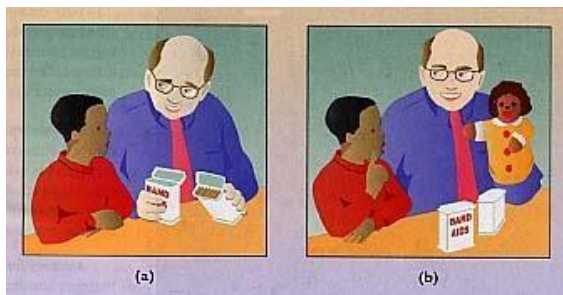
- **Metacognitie**: capaciteit om te denken over het eigen denken wordt uitgebreid en meer verfijnd
- **Geest = actief** en speelt constructieve rol (*Geest niet als passief vat van info*)
 - Mentale inferenties zijn nu bron van kennis (*Dingen kunnen onthouden die ze niet letterlijk zien: "Moeder weet dat ik buiten speelde en dat die moedersporen van mij zijn"*)
 - Inzicht dat prestaties afhangen van mate van concentratie
 - Inzicht in welke geheugenstrategieën het beste werken

- Wat **bevordert** dit inzicht?
 - Private speech + observatie van eigen denken
 - Ervaringen op school

Waar denkt Lisa dat Jason gaat zoeken naar zijn brief?



- Onder het kussen = adequate theory of mind = inzicht dat Lisa niet weet dat Jason heeft gezien wat Lisa heeft gedaan
- Twee-orde false belief ('Second-order false belief')
- (*Eerste-orde-belief: ander denkt iets anders dan mij en kan ook false beliefs hebben (?)*)



4.6. Cognitieve zelfregulering

- Schoolkinderen denken meer over denken, maar zetten dit niet altijd om in de praktijk
 - *Wetel wel: "ik moet me beter concentreren", maar doen het niet per se*
- Cognitieve zelfregulering = proces van continu opvolgen van de vooruitgang in de richting van het gestelde doel, problemen detecteren en oplossingen zoeken
 - Geleidelijke ontwikkeling want moeilijk en belastend
- Ouders en opvoeders kunnen hierbij helpen
 - Suggesteren goede strategieën en uitleggen waarom ze werken
 - Gevolg: **academische zelf-efficaciteit** vs. aangeleerde hulpeloosheid

5. Taalontwikkeling

5.1. Woordenschat

- Uitbreiding woordenschat:
 - 4x toename: 40.000 woorden (gemiddeld 20 *nieuwe woorden* per dag)
 - *Vaak geen volledige woorden, afgeleiden, minder spectaculair*
- Hoe?
 - Structuur van complexe woorden analyseren. Vb. blijheid < blij
 - Begrijpen vanuit context (bij lezen)
- Grotere precisie in denken over en gebruik van woorden
 - Eerst: definities gebaseerd op functies of uitzicht
 - Later: synoniemen en uitleg over categoriale relaties
 - *"Leeuw brult" → "Leeuw is dier"*
 - *Meervoudige betekenis peer (fruit) en peer (lamp)*
- Inzicht in meervoudige betekenissen (bv. 'cool')
 - Metaforen: vb. scherp als een mes
 - Raadsels en woordspelletjes
 - *"Dat tocht hier!" (broek openstaat)*

5.2. Grammatica

- Grammatica
 - Passieve wijze beter gebruiken
 - 'Infinitiefzinnen' ('infinite phrases') beter begrijpen
 - Vb. verschil tussen
 - *"Jan wil graag anderen een plezier doen"*
 - *"Het is makkelijk om Jan een plezier te doen"*

5.3. Pragmatiek

- Pragmatiek (= communicatieve aspect van taal)
 - Precieze beschrijving van voorwerpen
 - Meer verfijnde communicatiestrategieën
 - vb. iets beleefd vragen
 - *"Bal!" → "Mag ik de grote rode bal (aub)"*
- Meer georganiseerde verhalen vertellen
 - Topic-gefoceuste stijl (typisch Noord-Amerikaans)
 - *Verhaal van het begin tot het einde: gebeurtenis*
 - Associatieve stijl (Afro-Amerikaanse kinderen)
 - *Langer, chaotischer verhaal, andere verhalen betrekken*

5.4. Twee talen leren

- Tweektalige ontwikkeling
 - Beide talen tegelijk leren
 - Eerst eerste taal leren, dan tweede
 - Gevoelige periode – kindertijd
- Tweektalig onderwijs
 - Onderdompeling of taalbad ('language immersion') (*Alles in nieuwe taal: moeilijk, demotiverend, moedertaal verloochenen*)
 - Tweektalig onderwijs
 - *Beide hebben voor- en nadelen*

5.4.1. Tweektalige ontwikkeling

Tweektaligheid heeft positieve gevolgen voor ontwikkeling

- aandacht, redeneren, conceptvorming, flexibiliteit
- meer nadenken over taal

Hoofdstuk 10: Emotionele en sociale ontwikkeling tijdens de lagere schoolleeftijd

Kernvragen

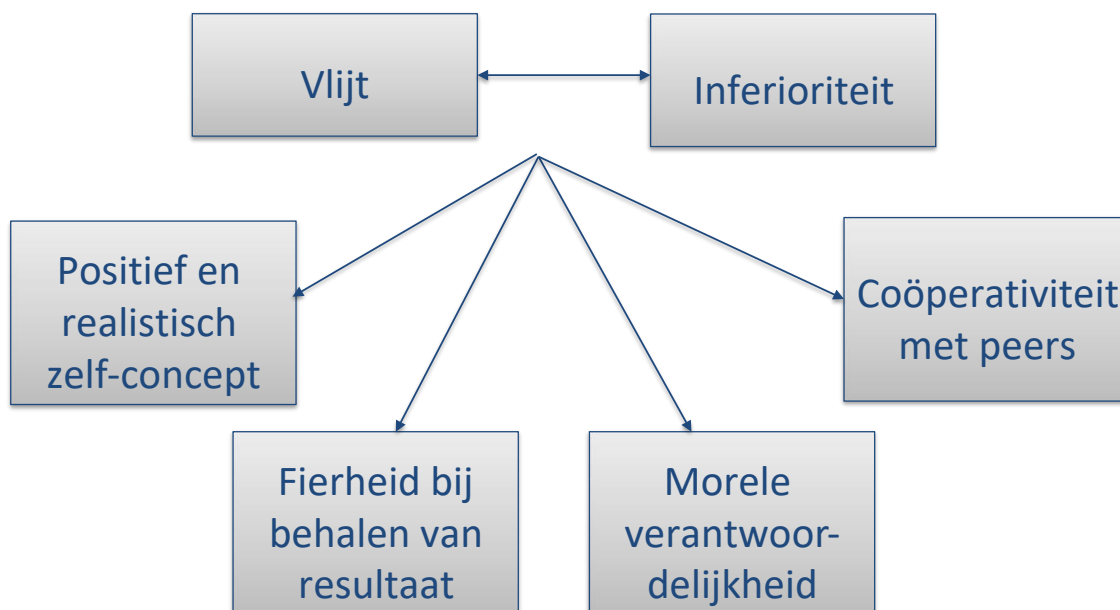
- Welk nieuw kernconflict moeten kinderen het hoofd bieden?
- Hoe zien ze zichzelf?
- Hoe gaan ze om met hun eigen emoties en die van anderen?
- Hoe ontwikkelen ze zich op moreel vlak?
- Hoe ontwikkelen hun vriendschapsrelaties zich?

1. Erikson

Vlijt	Inferioriteit
Een gevoel van competentie ontwikkelen tav cultureel gewaardeerde activiteiten <ul style="list-style-type: none"> • vb. spellen, tafels leren 	Pessimisme en gebrek aan vertrouwen om dingen goed te doen
School biedt hierbij veel mogelijkheden.	Gezin, leerkrachten, peers kunnen hiertoe bijdragen

Kleuterleeftijd kernconflict: schuld en schaamte vs initiatief

Nu: vlijt (conflict goed oplossen: gevoel van competentie) vs inferioriteit (°dr kritische omg, pessimisme, geen vertrouwen)



2. Zelfbegrip en zelfwaarde

2-6 jaar	5 – 11 jaar
<ul style="list-style-type: none"> • Basis • Vaardigheden • Geen trekomschrijvingen • Positieve elementen • Geen oorzaken aangegeven 	<ul style="list-style-type: none"> • Meer verfijnd • Vaardigheden: vergelijking meerdere personen • Trekomschrijvingen • Positief en negatief • Oorzaken aangegeven

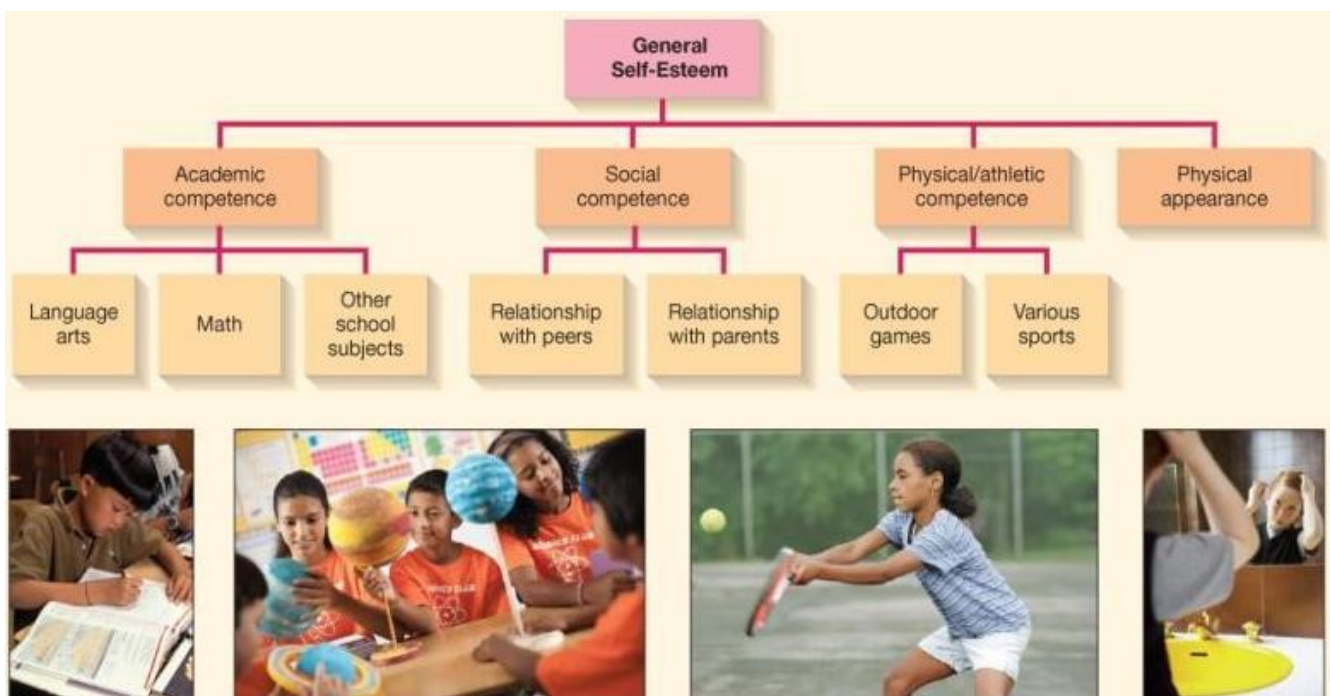
4j: zichzelf overschatten, geen trekomschrijvingen op zichzelf betrekken

8j: vgl'n, zelfconcept, realistischer

- **Trekomschrijvingen ontstaan** omwille van
 - **Cognitieve ontwikkeling:** combinatie van ervaringen
 - Eenmaal behulpzaam zijn is niet die trek hebben
 - Kijken naar vroegere ervaringen
 - Omg: jij bent behulpzaam
 - **Sociale feedback** van de omgeving: Ik-zelf neemt het mij-zelf zoals door de omgeving aangereikt over



- Hiërarchische organisatie
 - Evolutie: beginjaren: lichte daling, daarna stijging



- **Invloeden op zelfwaarde:**
 - **Cultuur** (Azië < Europa < Afro-Amerikanen)
 - *Etnische fierheid: in Azië laag: competitie, kritiek...*
 - **Geslacht** (meisjes < jongens)
 - *Verschillen niet heel groot*
 - **Opvoeding**
 - Democratisch en warm opvoeden versus controlerende en kritische ouders
 - *Controlerend: nemen veel over, ipv het k het zelf te laten doen – “ik kan niets zelf doen”*
 - Permissief opvoeden: onrealistisch hoog self-esteeem
 - **Attributiestijl**
 - *Waar leggen we de oorzaak?*



Zelfwaarde stijgt, maar ook het antisociaal gedrag stijgt

1969: schuld kind slechte punten

2009: schuld lk slechte punten

Causale attributie = de verklaring van een persoon van de oorzaak van een gebeurtenis

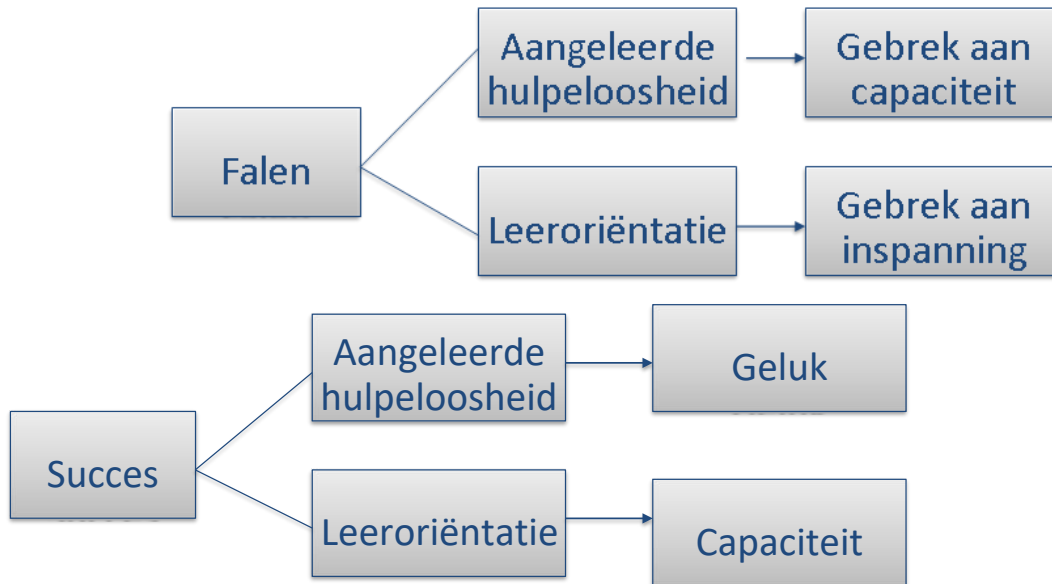
Verklaringsstijl = tendens van mensen om bepaalde attributionele verklaringen te gebruiken bij het verklaren van gebeurtenissen.

2.1. Attributies

- **Drie categorieën attributies:**
 - Extern versus intern: aan jezelf toeschrijven of aan een externe oorzaak van een gebeurtenis
 - Stabiel versus veranderbaar: Is de oorzaak temporeel of blijft deze aanwezig
 - Globaal versus specifiek: Is de geboden verklaring enkel relevant voor deze ene situatie of ook voor andere situaties
- **Pessimistische verklaringsstijl:**
 - Benadrukt interne, stabiele, en globale oorzaak voor negatieve gebeurtenissen
 - Is geassocieerd met gevoelens van hulpeloosheid en gebrekkige aanpassing, *zet niet aan tot handelen*

- "Ik ben te dom"
"Ik ben het niet waard graag gezien te worden"

- Specifiek met betrekking tot **schoolse prestaties**:
 - Leeroriëntatie = gericht op het begrijpen en onder de knie krijgen van het materiaal
 - Aangeleerde hulpeloosheid = verwachting dat competentie zal tekortschieten in behalen van doel



Falen: gebrek aan capaciteit = intern, bij jezelf leggen

Succes: geluk met de vragen = extern, bij de ander leggen

- **Impact van de sociale omgeving** op aangeleerde hulpeloosheid en leeroriëntatie
 - Ouders en leerkrachten: leren aanmoedigen boven sociale vergelijking en prestaties
 - *Meer gericht op prestaties dan op inzet*
 - Persoongerichte feedback vermijden: "jij bent een slimme jongen" vs. "die taak heb je goed afgelegd" (*Procesgerichte feedback*)
 - Attributie-training: falen toeschrijven aan gebrek aan inspanning in plaats van enkel capaciteiten, *je kan dat trainen*

Het puzzel-verhaal van Kamins en Dweck ('99)

Persoonsgerichte feedback:

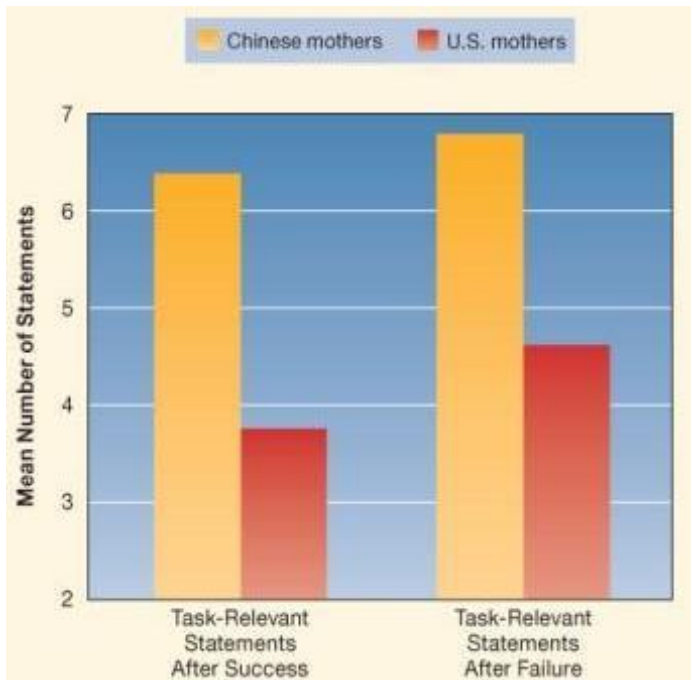
- *Ik ben trots*
- *Ik ben flinke jongen*
- *Je hebt het goed gedaan*

Dra legohuis verhaal: voelen zich minder competent bij het falen dan bij de kdn die procesgerichte feedback kregen

Kdn die complimenten op hun intellect kregen, wouden terug makkelijkere oefeningen doen om terug die complimenten te krijgen

*^Kdn zijn **héél gevoelig voor wat de anderen van hen vinden en zeggen***

Fixed mindset (aangel hulpeloosheid door persoonsgerichte feedback) vs growth mindset! (leeroriëntatie door procesgerichte feedback)



3. Emotionele ontwikkeling

3.1. Zelfbewuste emoties

Kleuterleeftijd: voelen zelfbewuste emoties agv reacties volwassenen, niet spontaan : nu wél

- Aanwezigheid volwassene niet langer nodig; men weet zelf beter wanneer men zich fier, schuldig of beschaamd mag/moet voelen
- Schuld:
 - Enkel geassocieerd met een intentionele fout (*als het met opzet was*)
- Fierheid: uitdagingen en vlijt
- Schaamte: inferioriteit en kwaadheid ten opzichte van kritische ouder/leerkracht

3.2. Emotioneel begrijpen

- Eén emotie versus **mix van emoties**
 - vb. verjaardag: blij maar niet zo leuk cadeau
- Beter **inzicht** in zelfbewuste emoties
 - vb. fierheid = blijdschap omwille van resultaat en behagen andere persoon
 - *Niet alleen op resultaat, maar ook fier dat ze zien dat hij het kan; ander dus ook belangr*
- **Contradictorische info kan** verwerkt worden:
 - vb. gebroken fiets & lachend kind
- **Empathie:** niet enkel begrip voor ervaren ongemak van de andere persoon, maar ook voor zijn situatie
 - vb. kindjes in Afrika; ontslag vriend papa

3.3. Emotionele zelf-regulatie

- Ongeveer 10 jaar: balans wordt gezocht tussen twee algemene strategieën
 - **Probleem-gerichte copingstrategie**
 - Gebruikt als gebeurtenis onder controle is: steun zoeken en probleem proberen op te lossen (vb. bij een toets of een competitiewedstrijd)

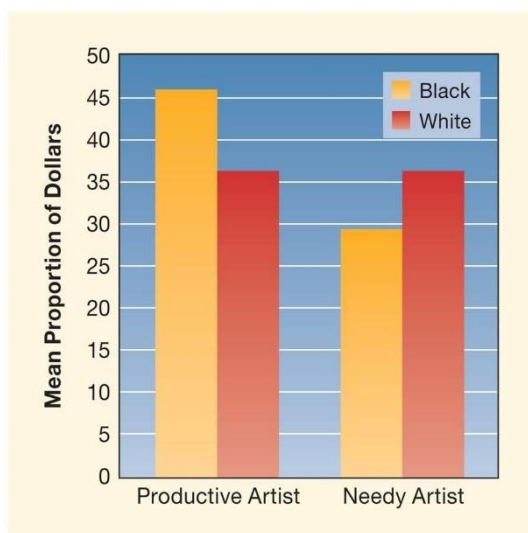
- **Emotie-gerichte copingstrategie** = interne, private strategieën
 - Gebeurtenis buiten controle: herdefiniëren van de situatie; ontkennen van belang van gebeurtenis
 - *Private speech: "Er zullen wel nog toetsen komen"*
- **Emotionele zelf-regulatie** = strategieën om emoties tot een comfortabel niveau te brengen
 - *Als zelfregulatie lukt: gevoel van sociale competentie, van empathie. Zelf te veel overspoeld door eigen emoties: dan kan je niet empathisch zijn voor anderen hun problemen*
- **Emotionele zelf-efficaciteit**
 - = capaciteit om zelf-regulatieve strategieën op een effectieve wijze te kunnen hanteren
 - = gevoel dat je emoties onder controle hebt
 - Bevordert sociale competentie, empathie, en vermindert negatieve emoties

4. Morele ontwikkeling

- Leerprincipes voor moreel gedrag: modelleren, bekrachtiging en zelf actief nadenken (vb. delen)
- In kindertijd neemt **morele ontwikkeling** een vlucht omwille van
 - Toenemende sociale wereld: meer vriendjes
 - Toenemende capaciteit tot perspectief inname
 - Cognitieve ontwikkeling: met meer gezichtspunten tegelijk rekening houden
- **Distributieve rechtvaardigheid** = regels mbt de wijze waarop schaarse goederen verdeeld dienen te worden
- **Evolutie**
 - Eigenbelang (3 à 4): "ik deel op faire wijze omdat ik anders een kleiner stuk zou krijgen"
 - Gelijkheid (5 à 6): iedereen heeft recht op een zelfde deel van de koek
 - Verdienste (6 à 7): inspanning of excellente prestatie
 - Helpen (8): meest benadeelde mag meer krijgen
- Begrip van **morele en sociale conventies** wordt **complexer** en verfijnder:
 - Meer flexibiliteit
 - *Nadenken over goed en fout niet meer zo rigide*
 - *Liegen: "wat vind je van mijn tekening": gaan mooi zeggen, ook al vinden ze dat misschien niet zo.*
 - *Nu al in bepaalde situaties: gevoelens van ander sparen*
 - Sociale afspraken die een duidelijk doel hebben vs. geen doel: transgressie
 - *Regels zonder doel sneller overschrijden*
 - *Vb. "Niet lopen in het zwembad!" Lukt*
 - *"Niet bij de Fransen spelen!" Lukt niet: waarom zelfs??*
 - Intentie / bedoeling van actie wordt in acht genomen

- Begrip van **individuele rechten**
 - Meer zaken worden als private kwestie gezien
 - Legitimiteit van gezag neemt af in private kwesties
 - Vrijheid van meningsuiting
- Begrip van **diversiteit en ongelijkheid**
 - Begin schooljaren: vooroordeel (5-7j)
 - *Meta-analyse: "Blanken superieur en zwarten inferieur"*
 - Verandert na 7 à 8 jaar
- Grote **interpersoonlijke variatie**: hangt af van
 - **Hoge zelfwaarde**: denigrerend optreden om zelfevaluatie te rechtvaardigen
 - *Sneller vooroordelen*
 - Categorisatie in **sociale groepen**: op sociale ladder plaatsen
 - *Categorisatie bestendigt vooroordelen (contacthypothese)*
 - **Stabiele visie** op persoonlijkheidskenmerken: "goed" vs. "slecht" = onveranderbaar

Hoeveel geld zouden ze geven? Zwarte artiest verdient meer bij "productieve artiest": want wordt als een uitzondering gezien. "Oké die verdient meer". → Vooroordelen leven dus wel nog heel fel!



5. Relaties met leeftijdsgenoten

5.1. Peer groepen

Peergroep = groepje vrienden die unieke waarden en gedrag delen en door leidervolgers worden gekenmerkt (3 à 12 personen) #leidende types en #volgende types

- Peer cultuur: vb. specifieke kleren, woordgebruik, plaats om bijeen te komen
- **Kenmerken:**
 - Nabijheid (vb. zelfde buurt)
 - Geslacht
 - Etniciteit
 - Populariteit

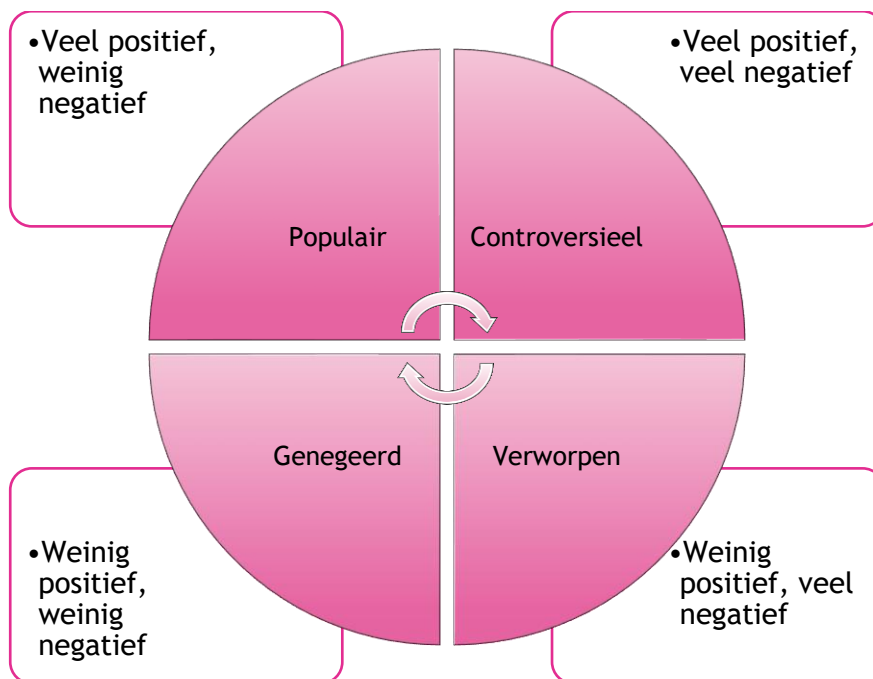
Voordelen	Nadelen
<ul style="list-style-type: none"> • Zelfwaarde door groepsidentiteit • Sociale vaardigheden: <ul style="list-style-type: none"> ○ Samenwerking ○ Loyaliteit tov groep ○ Leiderschap 	<ul style="list-style-type: none"> • Relationale agressie (<i>Uitgesloten w</i>) • Rivaliteit tussen groepen • Insiders en outsiders

5.2. Vriendschappen

- Speelkameraad maar ook aandacht voor persoonlijke kwaliteiten en wederzijds vertrouwen
- Meer **selectiviteit**
- Meer **langdurige band**: leren conflict overwinnen
- Wederzijdse beïnvloeding: prosociaal vs. antisociale vrienden

5.3. Peer aanvaarding

- Peer aanvaarding = graag gezien zijn door een groep personen
- Dus: geen wederzijdse relatie (vriendschap) maar éénzijdig
- Meting van sociale voorkeur ("Wie vind jij leuk in de klas?") en sociale bewondering ("Wie wordt in de klas het meest bewonderd?")



- Populaire kinderen: krijgen veel positieve nominaties
- Verworpen kinderen: krijgen veel negatieve nominaties
- Controversiële kinderen: krijgen zowel positieve als negatieve nominaties
 - Zijn tegelijk prosociaal en agressief
 - Hebben doorgaans enkele goede vrienden
- Genegeerde kinderen: krijgen noch negatieve noch positieve nominaties
 - Zijn doorgaans goed aangepast en niet eenzaam
 - Extraversie is dus niet altijd nodig om sociaal goed te functioneren

Hoofdstuk 11: Fysieke en cognitieve ontw in de adolescentie

Inleiding:

- Puberteit (10 – 15 jaar) ~~pubertijd~~
reeks biologische gebeurtenissen die leiden tot
 - volwassen gestalte
 - seksuele rijpheid
- Adolescentie (10 – 20 jaar) *Soms 20-25: niet zo zeker over*
volledige overgang tussen kindertijd en volwassenheid
 - *Adolescentie is nu langer dan ooit, SL tolereert nog gedrag dat niet bij volw hoort*

Visies op de adolescentie:

- **Biologisch perspectief** (*oudste invalshoek*)
 - Puberteit: hormonen
 - Storm and Stress
 - Freud – genitale stadium:
 - De seksuele drift “ontwaakt” na de latentiefase en veroorzaakt psychologisch conflict en losgeslagen gedrag.
 - Slechts tegen het einde van de adolescentie geraakt deze drift gekanaliseerd en mondt dit uit in de capaciteit om een intieme relatie aan te gaan.

Adolescentie = Sturm und Drang (generatieconflicten, irrationaliteit, en humeurigheid)

“Teens are emotionally unstable and pathic. It is the age of natural inebriation which made Plato define youth as spiritual drunkenness” (Stanley Hall)

“Adolescents are excessively egoistic, regarding themselves as the centre of the universe and the sole object of interest, and yet at no time in later life are they capable of so much selfsacrifice and devotion” (Anna Freud)

“Seks drugs and violence”

Steeds populairder bij 12-16j (krantenartikel) → Staat niet bij hoeveel percent. “Breezerseks”: seks in ruil voor breezer, saffen of filmticket. Woord van het jaar 2010: Tentslet

Oogballikken: “oculolinctus” of “worming” → stijgend aantal oogontstekingen.

Japen (nu ook in Vl). Dom gevaarlijk gedrag: veel gezien in de media

“Jongeren zijn braver dan ooit” blijkt uit onderzoek van het Kankerfonds en Sensoa. Biol. Aspect klopt niet helemaal.

Festival: geen problemen

- **Sociaal perspectief**
 - Culturele invloeden: niet in elke cultuur verloopt de adolescentie zo turbulent: onderzoek van Margareth Mead (1928): "Coming of Age in Samoa"
 - *Proces van volwassen worden in Samoa (eiland). Heel harmonieuze SL: geen conflicten met ouders, context ook belangrijk!*
- Naar een evenwicht
 - Sommige zaken (biologische veranderingen, sociale verwachtingen) zijn universeel
 - Het soort verwachtingen en de mate van druk die op adolescenten wordt geplaatst verschilt van cultuur tot cultuur
 - *Er zijn contexten die ruimte creëert voor jgn om te ontw. Omgekeerd ook: ruimte die net veel druk zet op de jgn*
 - In onze geïndustrialiseerde cultuur: lange adolescentie (moratorium):
 - Vroege adolescentie (11-14)
 - Midden adolescentie (14-16)
 - Late adolescentie (16-18): *identiteit + SL*

Conclusie

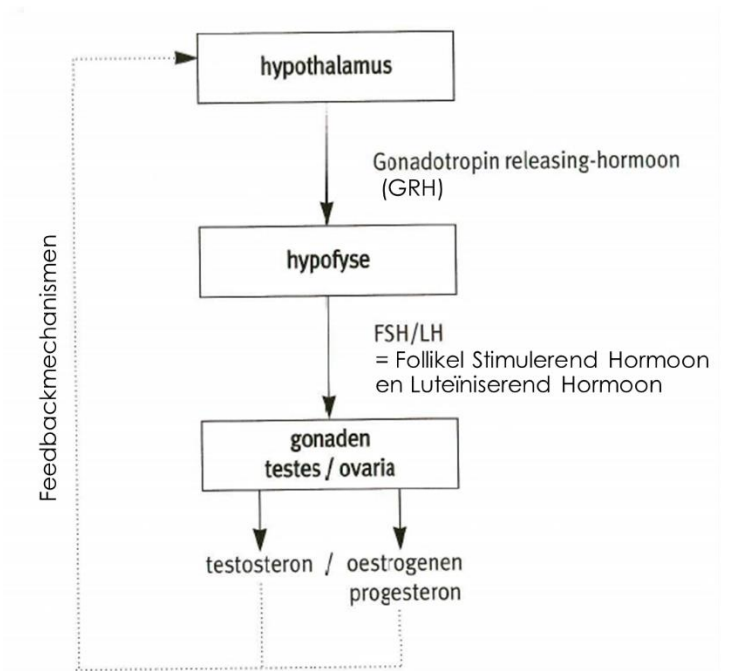
- Is de adolescentie een periode van normatieve toenames in probleemgedrag, losgeslagen emoties en ouder-kind conflicten?
- Vanaf de jaren '80 werd dit beeld vanuit onderzoek bijgesteld (vb. Coleman)
- Toch vinden heel wat snelle en spectaculaire veranderingen plaats tijdens de adolescentie (biologisch, cognitief, sociaal)
- Uitdagende en interessante periode, zowel voor de adolescenten zelf als voor psychologen!

1. Biologische veranderingen

Kinderlichaam verandert op heel korte tijd

1.1. Hormonale veranderingen

- Groeihormoon en thyroxine: toename rond 8 – 9 jaar (lengte en botten)
- Geslachtshormonen:
 - Oestrogenen: meer bij meisjes (*Maar hebben ook testosteron*)
 - Androgenen (vb. Testosteron): meer bij jongens (*Maar hebben ook oestrogeen*)
 - *^Doordat het al in lichaam zit, maar ook door voeding!*

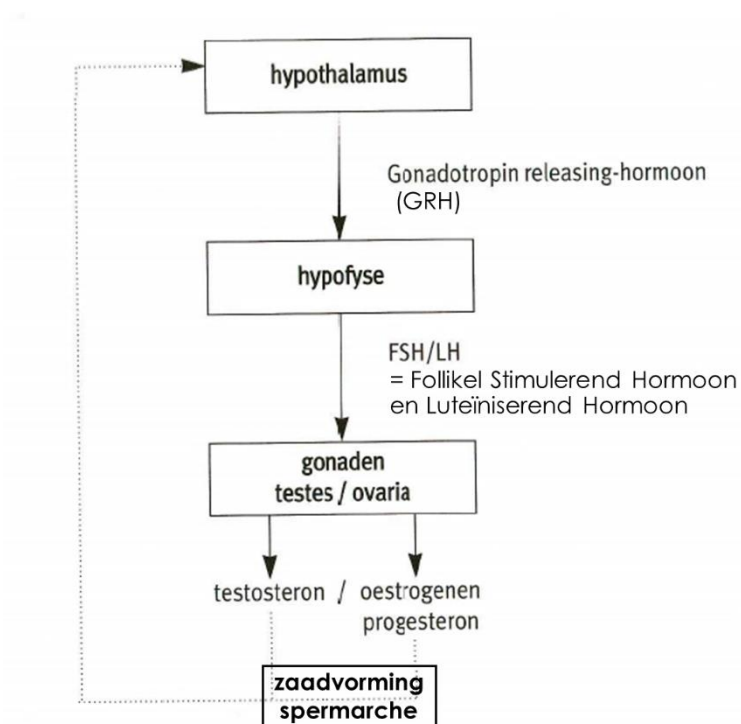


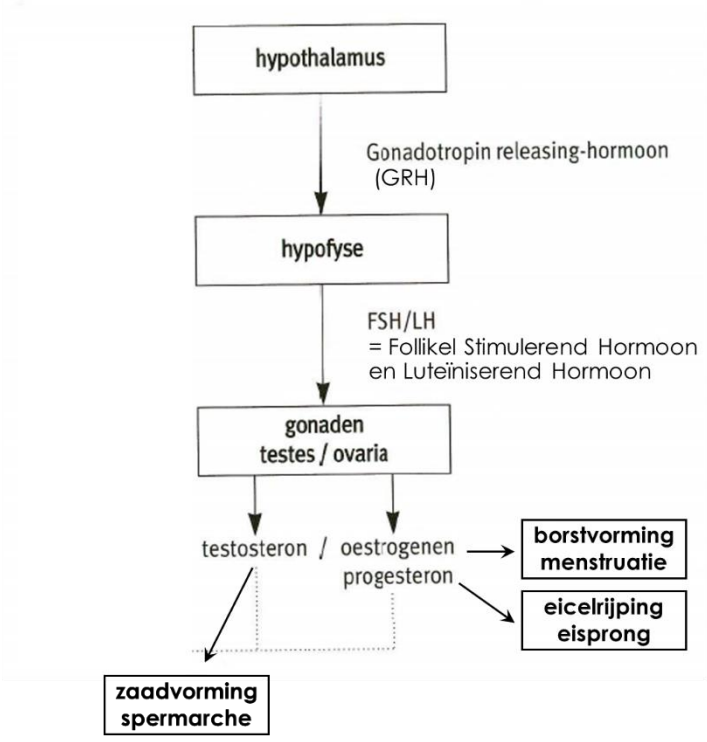
Luteïniserend hormoon: vethormoon → Theorie: vetrijke voeding brengt puberteit op gang (?)

Vanuit bloed feedback naar hersenen, hormonaal evenwicht

Puberteit: feedbacklus valt weg: overproductie (10/20x+) geslachtshormonen: borstvorming. Soms jongens ook (oestrogenen), maar lichaam corrigeert dit later weer

Volwassenheid: feedbacklus komt terug, bij vrouwen valt die 1x/maand weg (stemmingswisselingen)



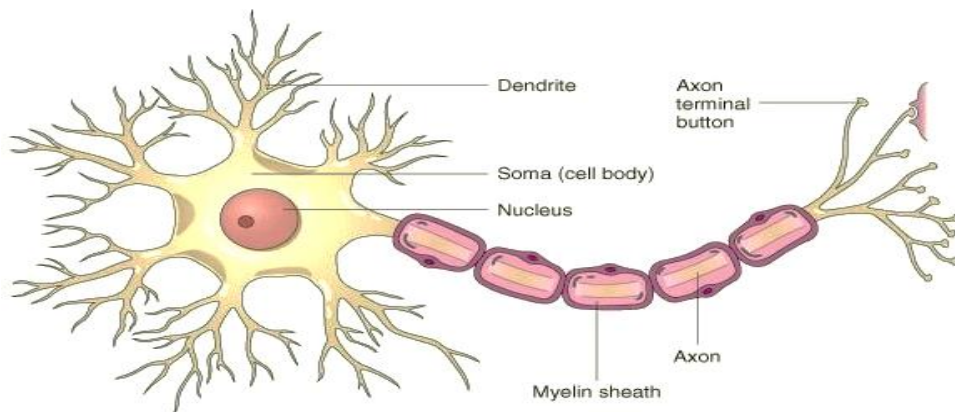


1.2. Lichamelijke groei:

1.2.1. Hersenontwikkeling

Hersenen w meer gevoelig voor prikkels in omg

Synaptisch snoeien	Frontale cortex	Cognitieve voordelen <ul style="list-style-type: none"> • Aandacht • Plannen • Integreeren van informatie • Zelf-regulatie
Versnelling van myelinisatie	Connecties tussen regio's worden versterkt	
Respons op neurotransmitter neemt toe	Meer sensitief voor exciterende prikkels	Intensere reactie op <ul style="list-style-type: none"> • Stress • Plezier, nieuwe stimuli



Synaptic density in the brain:

14 jaar: minder dense structure dan 6 j. Er wordt letterlijk gesnoeid in de hersenen!

2 synapsen verbonden door de zenuwbaan: 12 V gelijkspanning

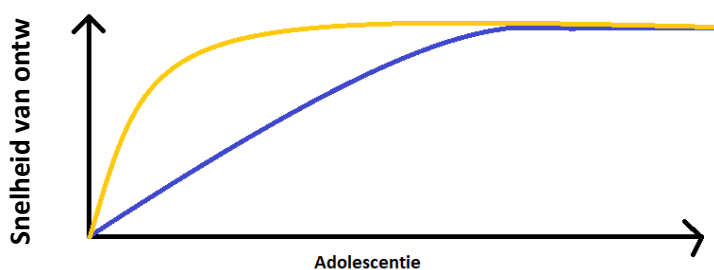
Vanaf 14j: eiwitstructuren gebouwd: myeline bruggetjes: info gaat véél sneller

200x sneller denken dan k van 4 jaar.

Paradox: adolescentie: periode van vooruitgang.

Maar ook periode van risico's en roekeloos gedrag: te veel drinken, gevaarlijk rijden, straat over steken zonder te kijken

Verklaring:



Geel: subcorticale gebieden die we met dieren gemeensch hebben: "hoe zotter, hoe beter"

Blauw: Prefrontale cortex/parietale cortex

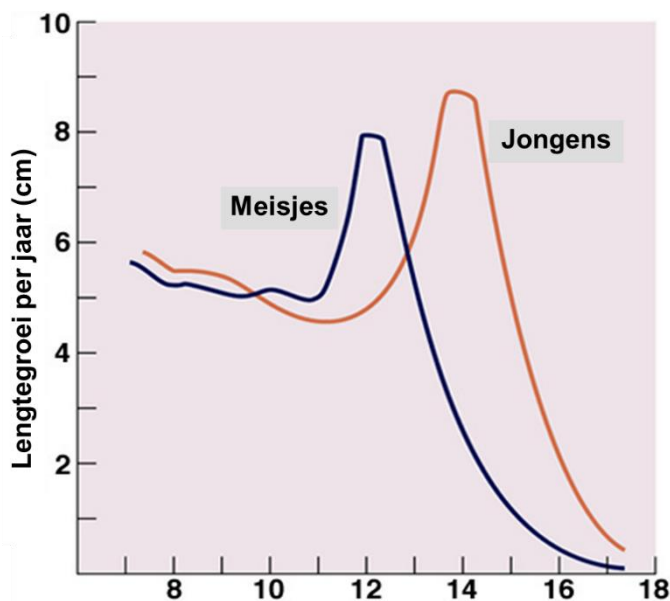
Volledig ontw prefrontale hersenen: plezier van nu onderdrukken voor meer prioritaire zaken
 Doen alle jgn domme dingen? NEE. Andere factoren in omg: kwetsbaarh bepalen!

1.2.2. Slaapgewoonten

- Adolescenten hebben nog evenveel slaap nodig als jongere kinderen, maar gaan typisch later slapen
 - Wordt veroorzaakt door biologie
 - Maar ook door gewoonten en sociale ontwikkeling (vb. TV, facebook, uitgaan, ...)
- Gebrek aan slaap interfereert met aandachts- en emotieprocessen en leidt tot
 - Slechtere schoolresultaten
 - Humeurigheid
 - Risicogedrag

1.2.3. Geslachtsverschillen

	Jongens	Meisjes
Groeiversnelling	Begint op 12 jaar 1/2	Begint op 10 jaar
Propoerties	Schouders breder Benen langer	Heupen breder
Spier-vet verhouding	Meer spiertoename, aerobic efficiency	Meer vettoename

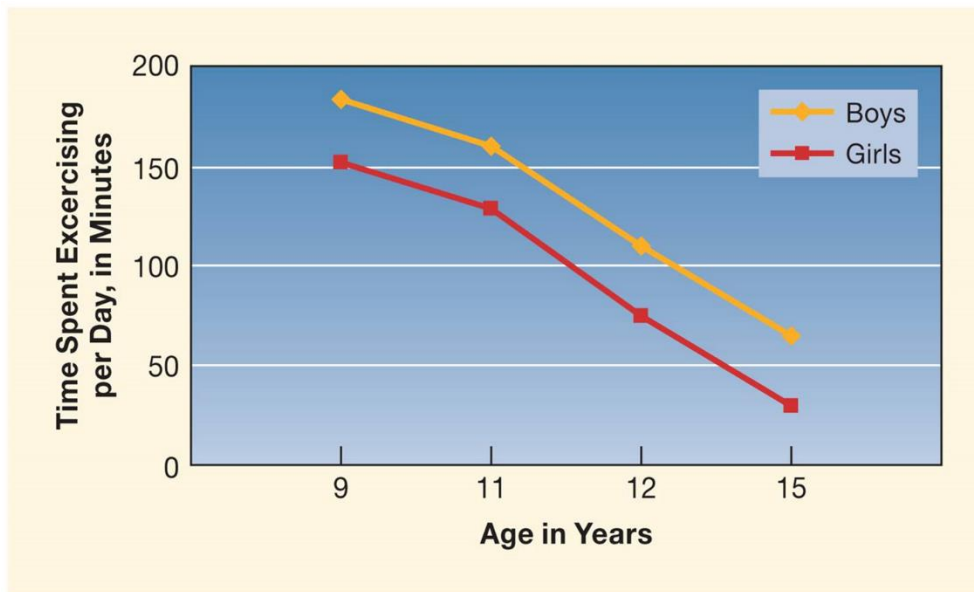


Meisjes ontw vroeger dan jongens: eens ze beginnen: inhaalbeweging

Niet alle delen van het lichaam groeien evensnel: armen en benen 1st: slungelfiguren met handen tot aan knie zonder te bukken.

Onhandiger: groeit zo snel, hersenen kunnen niet volgen: vallen over eigen voeten, weten zich geen houding te geven op hun stoel

Voortdurend honger: winkels altijd rond school: fast food! Moeten opvoeders alert voor zijn.



Lichaam wordt beter, maar jgn sporten minder!

1.2.4. Seksuele rijping

Primaire geslachtskenmerken	Secundaire kenmerken
<ul style="list-style-type: none"> Rijping voortplantingsorganen Meisjes: menarche (12 ½ à 13 jaar, samen met piek in groeispuurt) Jongens: spermarche (13,5 jaar) 	<ul style="list-style-type: none"> Andere zichtbare lichaamssignalen van seksuele rijpheid Meisjes: borsten Jongens: haar aangezicht, stem verandert Beide: haar onderarmen en schaamhaar

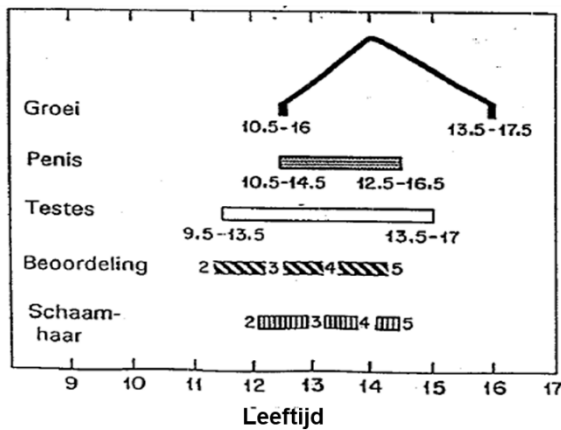
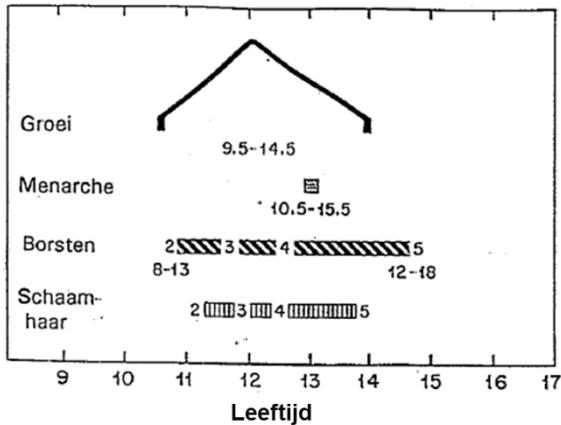
Gemiddelde leeftijd:

Meisjes:

Borstontwikkeling	10
Begin versnelde groei	10
Schaamhaar (begin)	10.5
Piek versnelling lengte	11.7
Menarche (menstruatie)	12.8
Volwassen gestalte	13
Borsten volgroeid	14
Schaamhaar (volledig)	14.5

Jongens:

Testes groter	11.5
Schaamhaar (begin)	12
Penis groter	12
Begin versnelde groei	12.5
Spermarche (ejaculatie)	13
Piek versnelling lengte	14
Penis volgroeid	14.5
Volwassen gestalte	15.5
Schaamhaar (volledig)	15



Fasen van Tanner: gebruiken de CLB medewerkers ^

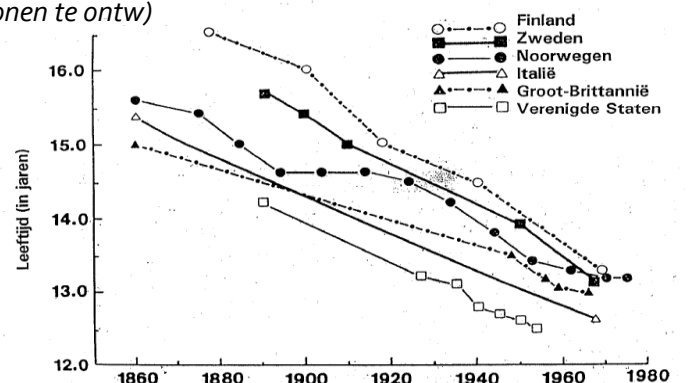
Jongens: alles 2 j later. Ook cogn ontw!

Toch steken we ze allemaal in 1 klas. (Prof pleit voor gescheiden ondw of tenminste een aparte beoordeling)

Meisjes vinden jongens kinderachtig

1.3. Individuele verschillen in timing van puberteit

- Erfelijkheid
- Vetrijke Voeding, lichaamsbeweging
(Topsport: lichaam niet in staat geslachtshormonen te ontw)
- SES
- Etnische groep
- Ervaringen in het gezin
 - Warm gezin: latere rijping
 - Veel conflicten: ontw lich sneller)
- Seculaire trend
 - Historische veranderingen



1^{ste} menstruatie makkelijk vast te leggen

1^{ste} zaadlossing moeilijk: jongens verbergen dit, gaan dit niet zeggen!

Na 1880: stabiliteit

Nu laatste 10 j terug jonger. In 5^{de} leerjaar al!

Milieuvervuiling en hormonale producten → voeding

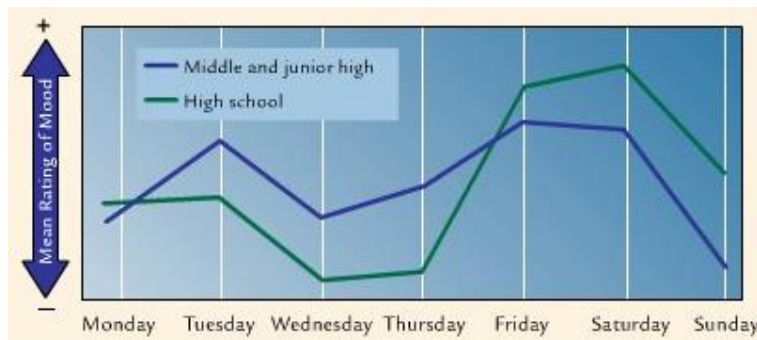
1.4. Psychologische impact van puberteit

1.4.1. Directe reacties:

- Reacties op menarche en spermarche kunnen erg gemengd zijn: zelfvertrouwen, teken van volwassenheid ⇔ schrik, onzekerheid, en angst
 - *Veel info en voorlichting van ouders kunnen die stress en onzekerheid verminderen*
- Type reactie is sterk afhankelijk van de mate waarin en de manier waarop dit wordt aangekondigd
 - vb. voorlichting door ouders

1.4.2. Humeurigheid:

- Relatie met hormonen: zwak
 - *Vb dagen al invloed: weekend = leuk, maandag niet.*
- Welke andere factoren kunnen de humeurigheid van adolescenten verklaren?
 - Onderzoek met 'beepers' (Larson en collega's)
 - Methodologie: **Experience Sampling Method**: adolescenten worden 1 week gevolgd en worden 3x per dag onverwacht "opgebeeped": aanduiden van gevoelens (negatief affect en positief affect) en life events
 - *Wat Pieter deed, masterthesis. Opgebeld: waar ben je, wie is er bij je en hoe voel je je*



Zie het weekend! Blij, vrijheid! Rekening houden met de dag van de week waarom ze dat moesten invullen, veel onderzoekers doen dat niet!

- **Resultaten** onderzoek Larson:
 - (A) Adolescenten vertonen meer **negatieve stemmingen**
 - Maar: meer negatieve gebeurtenissen (vb. hogere verwachtingen op school, uitgebreider sociaal netwerk, ...) en heftiger daarop reageren
 - (B) **Gevoelens minder stabiel** dan tijdens volwassenheid ('mood swings')
 - Maar: vaker van ene situatie in andere (vb. dagen van de week, activiteiten)
- Conclusie: **biologische en sociale factoren** bepalen samen de toegenomen humeurigheid

1.4.3. Conflict met ouders:

- Dieren, niet-industriële samenlevingen: fysieke afstand (incest vermijden)
- ⇔ Industriële samenleving: psychologische afstand als alternatief
- Conflict gaat doorgaans over alledaagse zaken waarbij ouders en adolescenten verschillen in visie (zie later: cognitieve ontwikkeling)
- Meeste conflicten: mild (beperkt)
- Als heel veel conflicten: negatieve gevolgen!

Conflicten ouders: zoeken van psychologische afstand, in kamer zijn
 Als er conflicten zijn: down to earth: onozele dingen
 Veel conflicten in gezin → problemen ook pers relaties

Veel jgn zelden/nooit conflicten met ouders

1.4.4. Gevolgen van timing van puberteit

	Jongens	Meisjes
Vroeg rijpen	<ul style="list-style-type: none"> • Populair • Zelfvertrouwen, onafhankelijk • Positief lichaamsbeeld 	<ul style="list-style-type: none"> • Niet-populair • Teruggetrokken, weinig vertrouwen, beeld lichaam negatief • Meer deviant gedrag
Laat rijpen	<ul style="list-style-type: none"> • Niet-populair • Angstig, praatziek, zoekt aandacht • Negatief lichaamsbeeld 	<ul style="list-style-type: none"> • Populair • Sociaal, levendig • Positief lichaamsbeeld

Vroegrijpe meisjes krijgen meer aandacht van de oudere jongens op school die hun op een pad van gevaarlijk gedrag trekken (meer problematisch gedrag)

- **Lichamelijke aantrekkelijkheid**
 - Lichaamsbeeld = opvatting over en houding tegenover eigen voorkomen
- Aansluiten bij **oudere peers** -> vroeg contact met drugs, delinquentie, en vroegtijdige seksuele ervaringen (+ depressie: "out of place")
- **Lange-termijn gevolgen?**
 - Vooral voor vroeg rijpende meisjes: stabiliteit in problemen (slechtere relaties met familie en vrienden, kleinere sociale netwerken en minder levenstevredenheid)

2. Cognitieve ontwikkeling

200X sneller denken dan in het begin

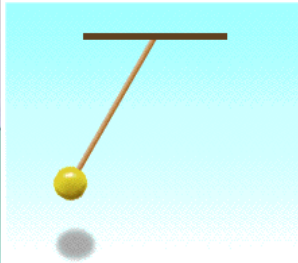
Leren en alsmaar beter w

Als-dan redeneren

Alles in vraag stellen: "waarom?"

2.1. Formeel-operationeel stadium

- **Hypothetisch-deductief redeneren**
 - Hypotheses afleiden uit een algemene theorie
 - Denken als een wetenschapper
 - Hypothese formuleren en omzetten in toetsbaar experimenteel opzet
 - Slinger probleem

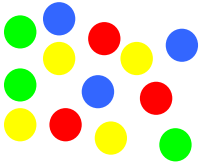


PIAGET, de slingertuig

In het hoofd de slinger voorstellen, wat gebeurt er als ik touw korter/langer maak?

- Wat heeft invloed op snelheid waarmee slinger beweegt?
 - Lengte
 - (Aanvangs) hoogte
 - Kracht (duw)
 - Gewicht van het object

- **Propositie-denken:**
 - De logica van verbale uitspraken evalueren (zonder verwijzing naar de echte wereld)
 - Experiment met de poker chips (**De jetontaak:**)



- **Conditie 1:** chip in de hand verborgen
 - De chip in mijn hand is ofwel groen ofwel niet groen
 - De chip in mijn hand is groen en niet groen
- **Conditie 2:** chip duidelijk zichtbaar (ofwel groen ofwel rood), zelfde statements
- Jonge kinderen: altijd 'onzeker' in Conditie 1, beide statements juist indien chip groen en beide statements fout indien rood
- Adolescenten: houden enkel rekening met statements: statement 1 is altijd juist, statement 2 is altijd fout

2.1.1. **Formeel-operationeel denken:**

- Honden zijn groter dan olifanten
- Olifanten zijn groter dan muizen
- Dus: Honden zijn groter dan muizen
- Conclusie juist?
- Lagere schoolleeftijd: niet juist, adolescenten: correcte redenering! Juistheid van redenering kan beoordeeld worden los van het werkelijkheidsgehalte.

- Denken in termen van mogelijkheden!
 - over niet-waarneembare en niet-ervaren dingen (vb. toekomst)
 - over zaken die anders kunnen zijn dan ze nu zijn (vb. ouders)
 - zelfreflectie, dagdromen, fantasie
 - thema's: milieu, oorlog, discriminatie, vrijheid, liefde, rechtvaardigheid, ...
- Veranderingen in de richting van formeeloperationeel denken gebeuren **gradueel**: formeel-operationeel denken "verschijnt" niet plots als een nieuw stadium
- Formeel-operationeel denken is mogelijk niet universeel: gemodereerd door opleidingsduur – en niveau

2.2. Informatieverwerking: vooruitgang in adolescentie

Sterke prefrontale hersenen nodig, aanvoelen wanneer cogn systeem overbelast is en even rusten

- Aandacht (selectie van relevante informatie; inhibitie van irrelevante info)
- Geheugenstrategieën worden efficiënter, op vlak van opslaan, verwerken en ophalen van info
- Kennis neemt toe
- Metacognitie breidt uit
- Cognitieve zelf-regulering (vb. Flexibiliteit van denken)
- Verwerkingscapaciteit: Snelheid van denken
- Coördineren theorie en evidentie (= wetenschappelijk denken)
- Jonge kinderen: gaan voorbij aan conflicterende evidentie of vervormen evidentie zo dat hun eigen ideeën bevestigd worden
- Adolescenten: gaan systematisch de mogelijkheden na, leggen verbanden, en koppelen hypothesen terug aan de beschikbare evidentie.
- Het coördineren van theorie met bevindingen verbetert met de leeftijd
 - Vanaf de kindertijd tot de volwassenheid
 - Er zijn interindividuele verschillen
- **Beïnvloedende factoren:**
 - Capaciteit van het werkgeheugen
 - Ervaring met complexe problemen
 - Meta-cognitieve vaardigheden
 - (denken over denken)
 - Openheid van geest

2.3. Gevolgen van abstract denken

Zelfgerichtheid: blik naar binnen

14j: "ik ben centrum van de wereld en iedereen kijkt naar mij" voelen zich heel onzeker en angstig

Internet: zich zo goed mog presenteren

"Niemand kan mij begrijpen"

"Niemand is ooit zo verliefd geweest als ik"

- Belust op discussie
- Idealisme en Kritisch zijn
- Planning en beslissingen nemen
 - Problemen bij nemen van alledaagse beslissingen (vb. onvoldoende opties overwegen)
 - Intuïtie eerder dan ratio speelt nog vaak een rol
 - Gebrek aan ervaring met complexe problemen
 - Korte termijn voordelen > lange termijn
- Zelf-bewustzijn & Zelf-Gerichtheid
 - Imaginair publiek
 - Persoonlijke legende

2.3.1. Imaginair publiek:

De sterke focus op zichzelf leidt ertoe dat adolescenten het gevoel hebben dat iedereen ook op hen gefocust is (nadruk op imago, blozen, verlegenheid, gevoeligheid voor kritiek)

2.3.2. Persoonlijke legende:

Adolescenten nemen aan dat hun eigen gedachten en gevoelens uniek zijn (niemand heeft ooit zo verschroeiend liefgehad of de muziek van hun favoriete band begrepen).

2.3.3. Risicogedrag

Persoonlijke legende gaat vaak gepaard met een gevoel van onkwetsbaarheid: Adolescenten zijn geneigd om risicovol gedrag te stellen dat volwassenen nooit zouden durven stellen.

"Ik kan alles aan"

Risico's nog niet goed inschatten

Hoofdstuk 12: Emotionele en sociale ontwikkeling tijdens de adolescentie

1. Identiteitsvorming

1.1. Erikson – identiteit

- **Identiteit** = bepaalt wie je bent, wat je belangrijk vindt, en de richting die je uitwil in het leven
- Komt tot uiting in veel verschillende domeinen:
 - beroep/studiekeuze, relaties, moreel-politieke keuzes, etnische identiteit
- Niet geslaagd: **identiteitsverwarring**, bijvoorbeeld:
 - Negatieve identiteit
 - *Druk ervaren: radicaal omgekeerde zelf*
 - *Vb. Kind van alcoholist die nooit zou drinken*
 - *Gelovige ouder die afvalt van geloof: dan k radicaliseert*
 - Synthetische identiteit
 - *Ook kdn die slaafs volgen zonder zelf mening te vormen*
 - In beide gevallen: Erzats-identiteit (false self)
 - *Identiteit kwetsbaar: gaan totaal onderuit bij ingrijpende gebeurtenissen*
- **Invloed vorige fasen** = epigenetisch principe in de theorie van Erikson
 - **Basisvertrouwen versus wantrouwen** (0-2j): geen vertrouwen, nergens in geloven
 - **Autonomie versus schaamte, twijfel** (2-3j): geen autonomie/initiatief, geen wilskracht, geen exploreren van alternatieven
 - **Initiatief tegenover schuld** (4-5j): geen ondernemerschap/creativiteit, geen doelgerichtheid in het exploreren en maken van keuzes
 - **Vlijt versus minderwaardigheid** (6-12j): geen competentie, geen beroepskeuze

1.1.1. Crisis of exploratie?

(Vroeger; Erikson) **identiteitscrisis** = tijdelijke periode van verwarring en onbehagen tijdens experimenteren met alternatieven: "soulsearching" met als optimale uitkomst: gevoel van temporeel-spatiale continuïteit

Crisis: wat wil ik doen met mijn leven? Lang niet alle jongeren ervaren die crisis. Heel wat mensen beginnen te exploreren.

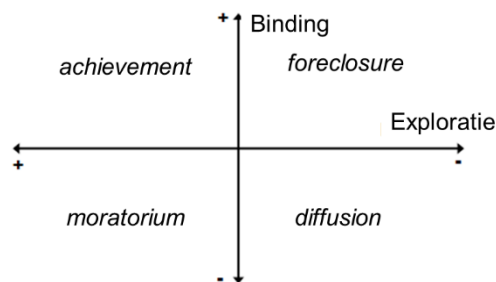
(Nu; andere auteurs) **exploratie** = geleidelijke en rustige aanpak van vorming identiteit (crisis niet meer nodig)

1.1.2. Identiteit vs. Verwarring

Identiteit	Identiteitsverwarring
Bepalen wie je bent, wat belangrijk is, richting in leven	Gebrek aan richting en zelfdefiniëring
Bindingen inzake beroep, pers relaties, seksuele oriëntatie, ethnische groep, idealen	Beperkte exploratie in adolescentie: <ul style="list-style-type: none"> • Vroegere psychosociale conflicten niet opgelost • Maatschappij beperkt keuzes
Oplossing voor 'identiteitscrisis' of exploratie	Niet voorbereid op stadia van volwassenheid

1.1.3. Marcia: identiteitsstatussen

- **STATUS** = mogelijke uitkomst van identiteitsproces
- James **Marcia**: halfgestructureerd interview over allerlei domeinen (beroep, godsdienst, politiek - ideologie, seksrol)
- Twee **CRITERIA**:
 - mate van **EXPLORATIE**: (openstaan voor) afwegen van, uitproberen van keuzemogelijkheden
 - mate van **BINDING**: in staat zijn bindingen en verplichtingen aan te gaan



Achievement: Informeren, exploratievaardigheden: van longlist naar shortlist naar binding: lukt: stuk van identiteit

Foreclosure: Maken keuze en stellen zich daar geen vragen bij, kwetsbaar, kan stilstaan en crisis meemaken

Moratorium: Veel exploreren maar geen keuze maken

Ruimte: mogelijkheden ook exploreren. Sommige jgn hierin kunnen onzeker zijn

Diffusion: Niet zoeken en geen keuze maken → depressie, angst, delinquent

1.1.4. Bepalende factoren

- Persoonlijkheid adolescent (vb. openheid)
- Opvoeding en gezin: secure base to explore!
- Interacties met peers, in vrije tijd en op school
- Scholen en gemeenschappen die ruimte bieden voor exploratie en opnemen van verantwoordelijkheid
- Culturele invloeden
- ...
→ Persoon x Omgeving!

Druk vs ruimte om te ontw (helpen kiezen)

Context: autoritaire vs democr gezinnen. SL: Nu terug minder ruimte: gedrag w sneller afgestraft

1.2. Zichzelf begrijpen

Zelf-Concept (cognitief)

- Brengt afzonderlijke trekken samen in grotere, abstractere trekken (vb. slim en getalenteerd → intelligent)
- Kan verwijzen naar contradictorische trekken tijdens vroege adolescentie (vb. verlegen en extravert)
- Geleidelijk trekken gecombineerd in georganiseerd systeem, met meer zin voor nuance (midden en late adolescentie)
- Inhoudelijk: meer nadruk op persoon in relatie tot andere

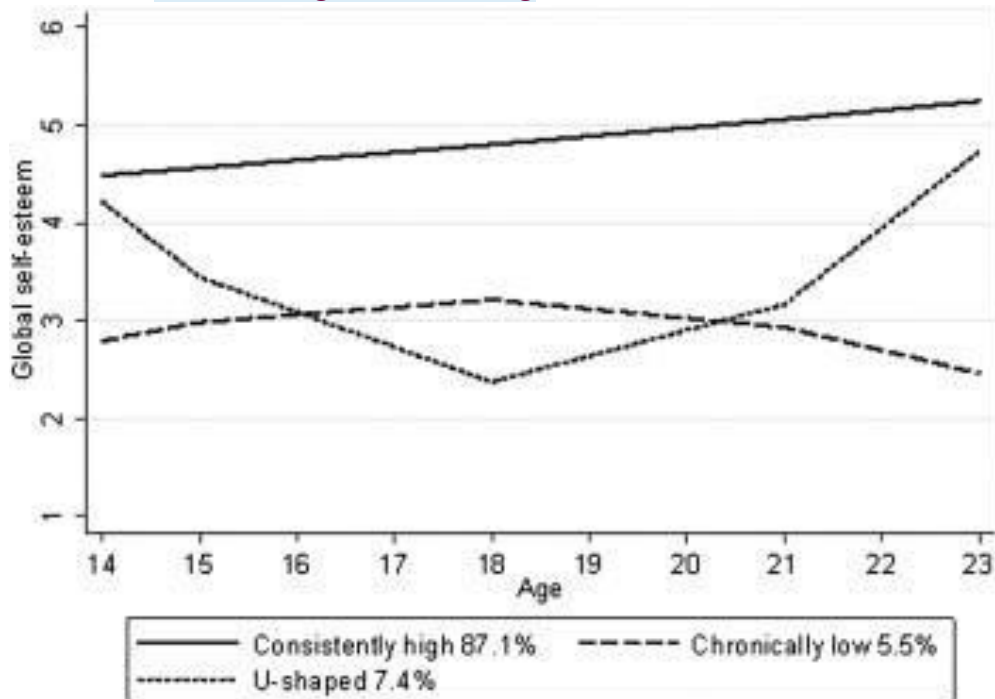
Zelf-waardering (evaluatief)

- Steeds meer gedifferentieerd: nieuwe dimensies worden toegevoegd (hechte vriendschap, romantische relaties, competentie in job of studie)
- Het niveau van zelfwaardering neemt meestal toe, tenminste op het einde van de adolescentie
- Stabiliteit wordt groter: het zelfwaardegevoel wordt gecrystalliseerd
- Positief zelfwaardegevoel is belangrijke voorspeller voor aanpassing (vb. schoolse prestaties, sociale aanvaarding)
 - Meer ZW uit vrienden dan uit school/ouders: problemen
 - Laag op alle domeinen ZW: angst, depressie, zelfdoding, antisociaal

Pos gevoel dat jgn nastreven

Jgn in risicogroep zich vgl met anderen in risicogroep en zo toch positieve zelfwaardegevoel

1.2.1. Ontwikkeling zelfwaardering



Meerderheid vindt adolescentie fantastisch
 Depressie bij jgn denken over suicide

1.2.2. Zelfwaardering - invloeden

- Democratische opvoeding (hoog)
- Aanmoediging leraren (hoog)
- Steun **voorwaardelijk** (enkel als voldaan aan hoge normen) ("onecht" gedrag) (laag; instabiel)
- Etnische groep: blanke adolescenten lager dan AfroAmerikaanse

2. Morele ontwikkeling

2.1. Piagets theorie van Morele ontwikkeling

Heteronome Moraal	Autonome Moraal
<ul style="list-style-type: none"> • Regels overgeleverd door autoriteit, blijvend, onveranderlijk, strikte gehoorzaamheid. • 'Slechtheid' beoordeeld vanuit resultaten, niet bedoelingen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regels als sociale overeenkomst, veranderlijk • Norm van ideale wederkerigheid • Beoordeling van resultaten en intenties • Verantwoordelijkheid!

Piaget: taakjes

K zin in snoep, mama thuis, k laat kop vallen; ander k mama helpen en +10 kopjes laten vallen

Welk k = stouwtst? Sommigen zeiden 1^{ste}, anders zeggen 2^{de} k

1^{ste} k: Autonome, met voorbedachten rade, "andere was ongeluk"

2^{de} k: Heteronome denkers, veel kdn maar ook volw kijken naar resultaat

Het Heinz-dilemma

Ergens in Europa lag een vrouw op sterven omwille van een zeldzame kanker. Er bestond een geneesmiddel waarvan de dokters dachten dat het haar leven kon redden. Dit geneesmiddel bevatte een bepaald soort radium en was pas ontdekt door een apotheker die in dezelfde stad woonde als de vrouw die op sterven lag. De bereiding van het geneesmiddel was duur, maar de apotheker vroeg nog eens tienmaal zoveel. Hij betaalde zelf 12.000 frank voor het radium en rekende 120.000 frank aan voor een kleine dosis van het geneesmiddel. Heinz, de echtgenoot van de zieke vrouw, ging bij al zijn kennissen langs om het geld te kunnen lenen. Hij kon echter maar 60.000 frank bijeenkrijgen, wat nog maar de helft van de kostprijs was. Hij vertelde de apotheker dat zijn vrouw stervende was en vroeg hem het geneesmiddel aan een lagere prijs te verkopen of hem later te laten betalen. Maar de apotheker zei: "Nee, ik heb het geneesmiddel ontdekt en ik wil er geld mee verdienen". Heinz werd wanhopig en overwoog om in de apotheek binnen te breken en het geneesmiddel te stelen voor zijn vrouw.

Moet Heinz het geneesmiddel stelen?

Kohlberg

Waarom wel stelen? Waarom niet?

Antw geeft aan of je moreel redeneert of niet.

2.2. Kohlberg

- Methode: morele dilemma's (Heinz dilemma)
- Belangrijk: manier van redeneren, niet inhoud van antwoord
- 3 niveaus (en 6 stadia):
 - Preconventioneel
 - Conventioneel
 - Post-conventioneel
- Hoogste niveau: samenhangend ethisch systeem (analoog aan identiteit)

Preconventioneel niveau	Stadium 1: Straf en Gehoorzaamheid
	Stadium 2: Instrumentele gerichtheid
Conventioneel niveau	Stadium 3: "Good boy-good girl" (Moraal van coöperatie tussen mensen)
	Stadium 4: Behoud sociale orde
Post-conventioneel of Principieel niveau	Stadium 5: Sociaal Contract
	Stadium 6: Universele Ethische Principes

Meeste adolescenten in het midden

Stadium 1: Gevolgen stelen/straf ontlopen: "nee want hij moet nr gevangenis dan". Egocentrisme (kdn), oog voor neg gevolgen

Stadium 2: "Ja want hij w gelukkiger"

Stadium 3: "Ja want Heinz <3 vrouw en daarom mag het"

Stadium 4: "Belangrijk voor vrouw te zorgen, maar anderen ook in SL"

hoe ervoor zorgen dat iedereen blij is? "Wetten en normen": hou u daaraan. "Nee: wet: mag niet." "Ja, want wat apotheker doet is tegen wet: medicijn is niet geregistreerd en hij buit mensen uit!"

Stadium 5: Sommige regels zijn geen goede regels, die beter afschaffen. Utilitaristisch principe: zo veel mogelijke dingen doen voor zoveel mogelijk mensen.

Stadium 6: *Wetten zijn lokaal. Elk land heeft andere wetten, wel universele principes: rechtvaardigheid, respect... Universele verklaring van de rechten van de mens. Als we nieuwe regels hierop aftoetsen, kun je conflicten tussen culturen oplossen!*

2.2.1. Pre-conventioneel

- Moraal gecontroleerd door instanties buiten persoon (= heteronome moraal)
- **Stadium 1: Straf en gehoorzaamheid**
 - Kind kan niet letten op twee standpunten
- **Stadium 2: Instrumentele gerichtheid**
 - Kind weet: er zijn 2 standpunten, maar concreet (eigenbelang; dienst, wederdienst)

Moreel redeneren is niet hetzelfde als zich moreel gedragen (nood aan empathie). Omstandigheden. Buurt in Brussel zou je iemand niet snel gaan helpen bij een beroving. In Gent wel: gebeurt minder vaak.

2.2.2. Conventioneel

- Conformiteit sociale regels (geen eigenbelang); behoud sociaal systeem
- **Stadium 3: 'Brave jongen, braaf meisje'** (sociale samenwerking)
 - Ideale wederkerigheid (derde persoon), 'Gulden Regel'
- **Stadium 4: Behoud sociale orde**
 - Niet volgen van regels is onmogelijk

2.2.3. Post-conventioneel

- Overstijgen onvoorwaardelijke steun wetten, abstracte principes, altijd toepasbaar
- **Stadium 5: Sociaal contract**
 - wetten samen gemaakt, daardoor veranderbaar
- **Stadium 6: Universele ethische principes**
 - Gelijke aandacht voor ieders aanspraken
 - Respect voor ieders waarde/waardigheid

2.2.4. Kohlberg – onderzoek

- Longitudinaal onderzoek ('follow up')
- Meeste mensen doorlopen stadia
- Ontwikkeling erg traag en geleidelijk
- Post-conventioneel niveau zelden bereikt
- Conventioneel denken kan ook hoge morele maturiteit impliceren
- De relatie tussen moreel redeneren en moreel gedrag is niet perfect:
 - Praktische overwegingen
 - Intense emoties

2.3. Geslachtsverschillen in moreel redeneren?

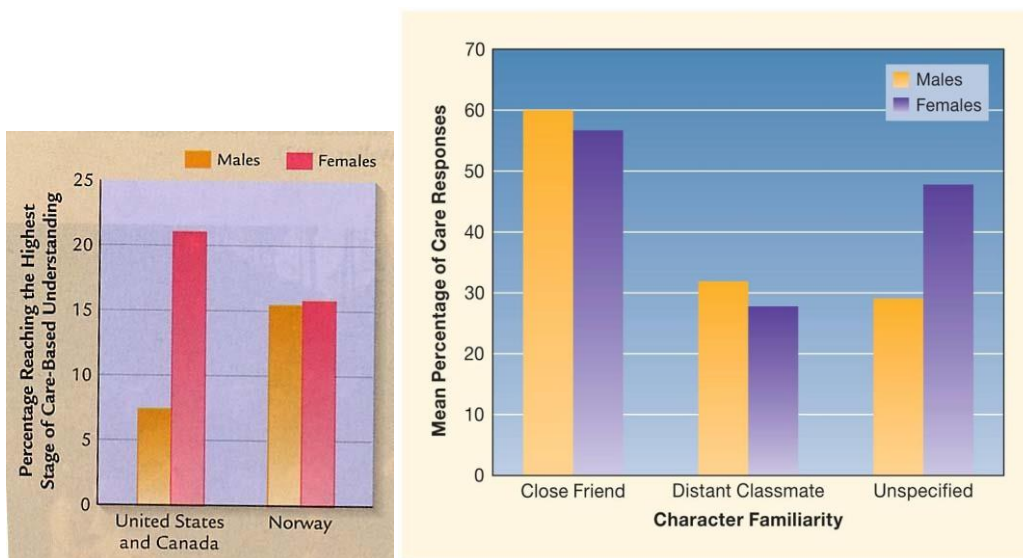
- Kohlberg: Rechten en rechtvaardigheidsoriëntatie
- Gilligan: Zorgen voor anderen oriëntatie
 - Ethiek van Zorg
- Beide geslachten beide oriëntaties, maar vrouwen meer zorg
 - Grotere ervaring als zorgverleners

Vrouwen scoorden lager (3) dan mannen (4). Criteria die Kohlberg gebruikte ging om rechtvaardigheid: vrouwen spraken meer over zorgthema's.

Zorgmoraal operationaliseren: vrouwen scoorden véél hoger.

In Noorwegen scoren man en vrouw even hoog.

Rechtvaardigheidsprincipes en zorgprincipes komen bij bejaarden samen.

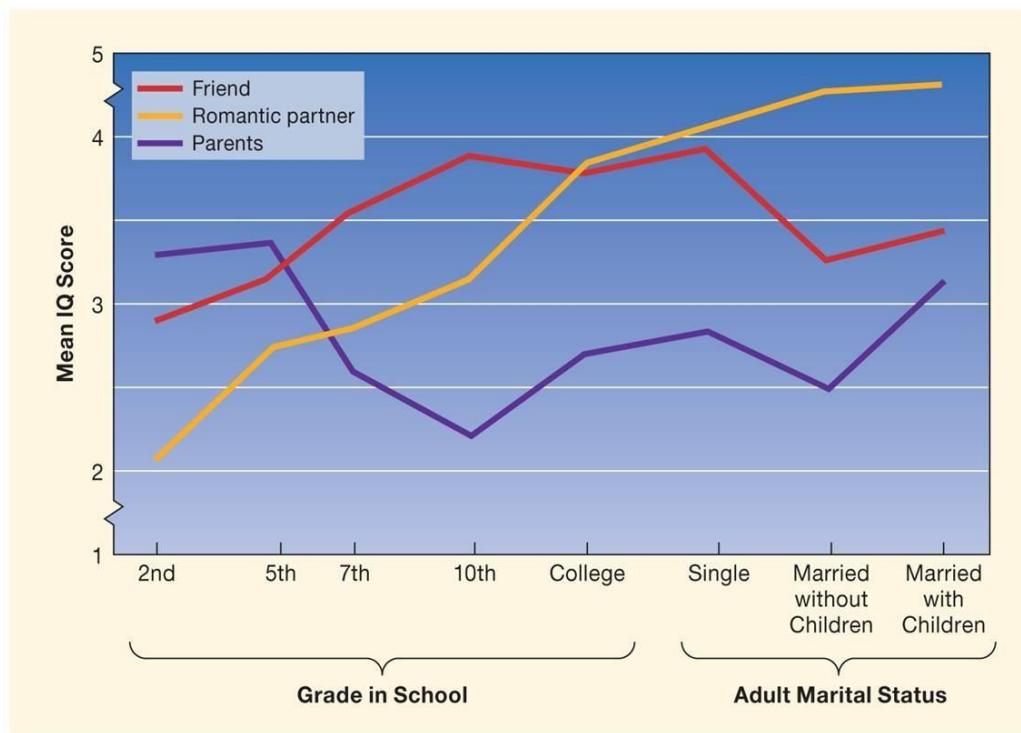


3. Sociale ontwikkeling

3.1. Vriendschap in adolescentie

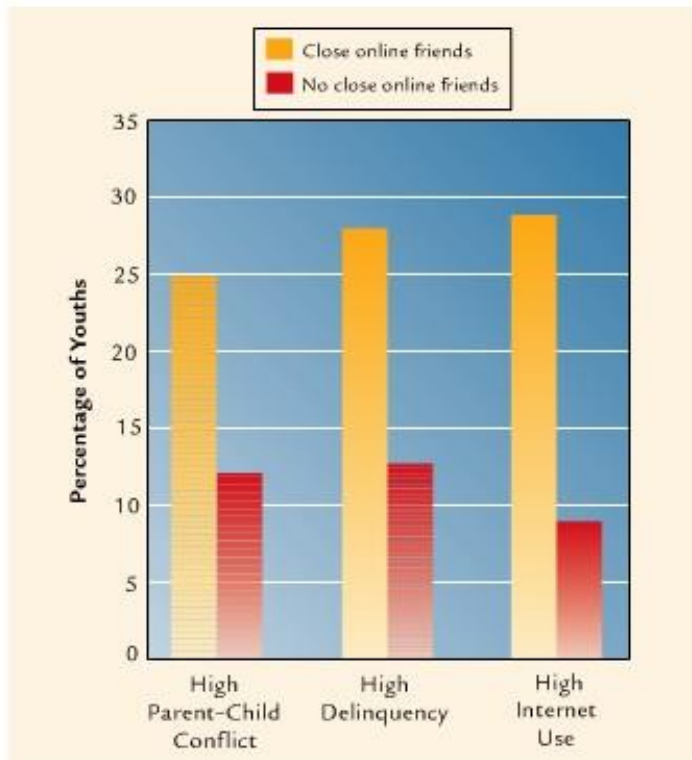
- **Minder "goede vrienden"**
 - Grote vriendengroep gereduceerd naar kleine groepen "beste vrienden"
- **Meer intimiteit, loyaliteit**
 - Nabijheid, vertrouwen,
 - Zelf-onthulling – de persoonlijkheid van vriend leren kennen
- **Vrienden gelijkaardig of worden meer gelijkaardig**
 - Identiteitsstatus, aspiraties, politiek, deviant gedrag
- **Geslachtsverschillen**
 - Meisjes – emotionele intimiteit
 - Jongens – activiteiten, status
- **Potentiële gevaren van intieme vriendschappen:**
 - Co-ruminatie
 - Samen piekeren over moeilijke context: corumeren risicofactor depressie, samen wentelen in hun verdriet
 - Relationele agressie
 - Beste vriendin die haar uitlacht of roddelt over geheime zaken: °enorme angst

3.1.1. Zelf-onthulling in relaties



3.1.2. Vriendschap op het internet

- **MSN messenger, facebook, myspace, ...:**
 - Ondersteunt gevoel van intimiteit en nabijheid in bestaande vriendschappen
 - Laat toe om nieuwe vrienden te leren kennen
 - Mogelijkheid om delicate onderwerpen (vb. seksualiteit of persoonlijke problemen) te bespreken in een nietbedreigende context
 - *Alles delen met elkaar*
- **Gevaren:**
 - Romantische relatie via internet opbouwen
 - *Naaktbeelden delen in vertrouwen, gedeeld met de rest van de wereld*
 - Enkel vrienden via internet leren kennen
 - *Meer problematisch internetgebruik*
 - *Meer conflicten ouders*
 - *Meer problematisch gedrag*
 - Gevaarlijke uitwassen, vb. Pro-Ana Nation, pestgedrag, sociale uitsluiting, ontmoetingen met onbekenden
 - *Forums zoals van de Pro-Ana Nation (profession modellen, acteurs)*
 - *W Ook forum voor jgn: ontw meer problemen*
 - *Meer gevaar en risico's*
 - *Seks op internet: 90% is fictief, geleerd dat "goede seks" altijd eerst pijpen is en dan pas seks: in echte leven is dat niet zo*



3.1.3. Voordelen van vriendschappen

- Mogelijkheid zelf-exploratie, iemand anders echt begrijpen
- Basis voor latere intieme relaties
- Helpen omgaan met dagelijkse stress
- Kan houding en betrokkenheid school bevorderen

Kijken hoe vrienden reageren en zo gedrag aanpassen. Jgn die elkaar aanmoedigen pos dingen te doen

3.2. 'Cliques' en 'crowds'

- **Clique**
 - Kleine groep – 5-7
 - Goede vrienden
 - Bepaald door interesses, sociale status
 - "populair" en "niet-populair"
- **Crowd**
 - Groter – meerdere cliques
 - Lidmaatschap gebaseerd op reputatie, stereotype

3.2.1. Meting van Crowds: The social type rating procedure

- Fase 1:
 - leerlingenbegeleiders identificeren een aantal leerlingen in elk jaar die representatief zijn voor de schoolpopulatie
 - deze leerlingen houden een groepsdiscussie waarin ze de 'crowds' in de school identificeren (via consensus)
 - daarna identificeren deze leerlingen twee leerlingen die de meest prominente leden zijn van de crowds
- Fase 2:
 - de "prominenten" beoordelen vervolgens iedere leerling van een bepaald jaar in termen van lidmaatschap in de crowds die in Fase 1 werden bekomen
 - elke leerling in de school wordt beoordeeld door 10 prominenten
 - Het percentage prominenten dat jou aanduidt als lid van een bepaalde crowd = de score voor lidmaatschap in een crowd

Voorbeeld van crowds uit onderzoek van Brown et al.:

- "populairs (preppies)"
- "breinen (dorks)"
- "jocks"
- "normals"
- "druggies (burn-outs, partyers)"
- "outcasts (loners)"

Ook de "emo's"

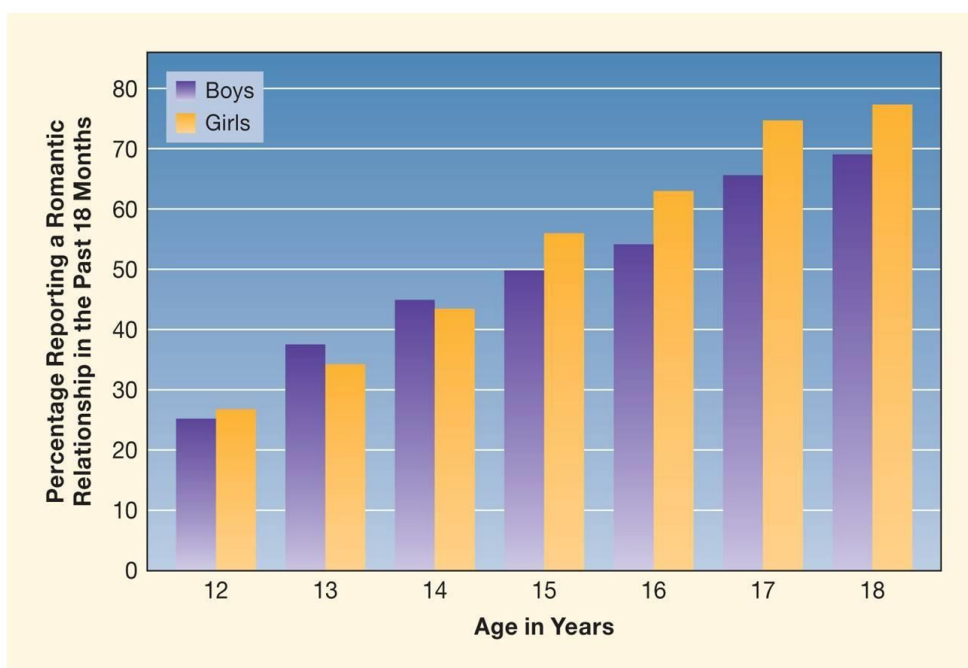
	Drugs	School-resultaten	Zelf-vertrouwen
Populairs	+	+	+
Brains	-	++	0
Jocks	0	-	+
Normals	-	-	0
Druggies	++	-	0
Outcasts	-	-	-

3.3. 'Dating' bij adolescenten

- Komt voort uit gemengde cliques
 - Cliques trekken samen op
 - Verschillende koppels gevormd en samen dingen doen
 - Individuele koppels
- Veranderingen in adolescentie
 - Vroeg: ontspanning, groepsactiviteiten, oppervlakkige intimiteit (kortstondig!)
 - Geleidelijk meer intimiteit zoeken
 - Te vroeg 'dating': samenhang met problemen met wet en op school

Voorbeelditems waarmee we deze intimiteit meten (IFS, Sharabany):

- Ik voel met vrij om over zowat alles met hem/haar te praten.
- Ik weet wat hij/zij vindt over bepaalde zaken, zonder dat hij/zij het me vertelt.
- Ik voel me dicht bij hem/haar.
- Als hij/zij niet in de buurt is, mis ik hem/haar.
- Ik doe dingen met hem/haar die behoorlijk verschillen van wat ik met andere leeftijdgenoten doe.
- Als er mij iets leuks overkomt, deel ik die ervaring met hem/haar.
- Ik laat hem/haar dingen van mezelf gebruiken.
- Ik kan er zeker van zijn dat hij/zij me zal helpen telkens ik daar om vraag.
- Als ik wil dat hij/zij iets voor mij doet, is al wat ik moet doen het vragen.
- Ik hou ervan om dingen samen met hem/haar te doen.
- Ik vertel andere mensen leuke dingen over hem/haar.
- Ik weet dat wat ik hem/haar ook vertel een geheim tussen ons blijft.



Heel intieme relaties: risico's

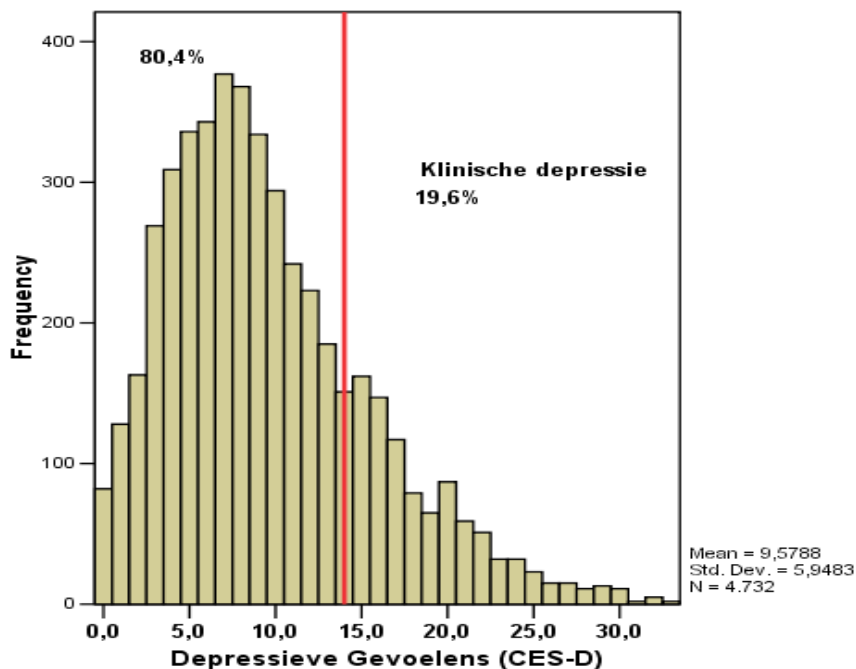
3.4. Conformiteit met peers

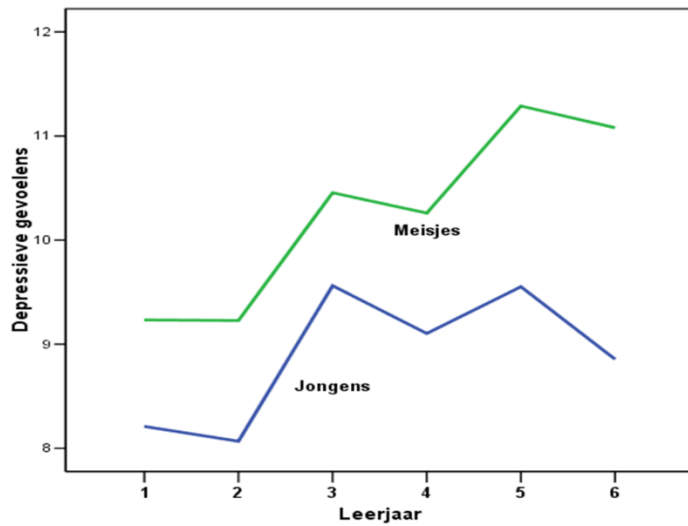
- Druk tot conformeren inzake:
 - Kleding, uiterlijk, activiteiten
 - 'Pro-adult' gedrag ('braaf')
 - Onbehoorlijk gedrag ('stout')
 - Neemt toe in vroege adolescentie, maar laag
- Meer conformiteit in vroege adolescentie
- 'Authoritative' opvoeding helpt weerstand bieden *tegen groepsdruk*

4. Ontwikkelingsproblemen

4.1. Depressie bij adolescenten

- Vaakst voorkomende psychologische probleem – 15–20%
- Dubbel zoveel meisjes als jongens
 - Vroeg-rijpe meisjes
- Wordt vaak niet ernstig genomen (Sturm und Drang)
 - *Niet snel opgemerkt*
- Maar verschilt wel van gewoon verdriet!
 - *Gaat niet zomaar voorbij, hulp afstoten*
- Beïnvloedende factoren
 - Genetisch
 - Opvoedingspraktijken (*Pos opv kan genet kwetsbaarheid bufferen*)
 - Aangeleerde hulpeloosheid

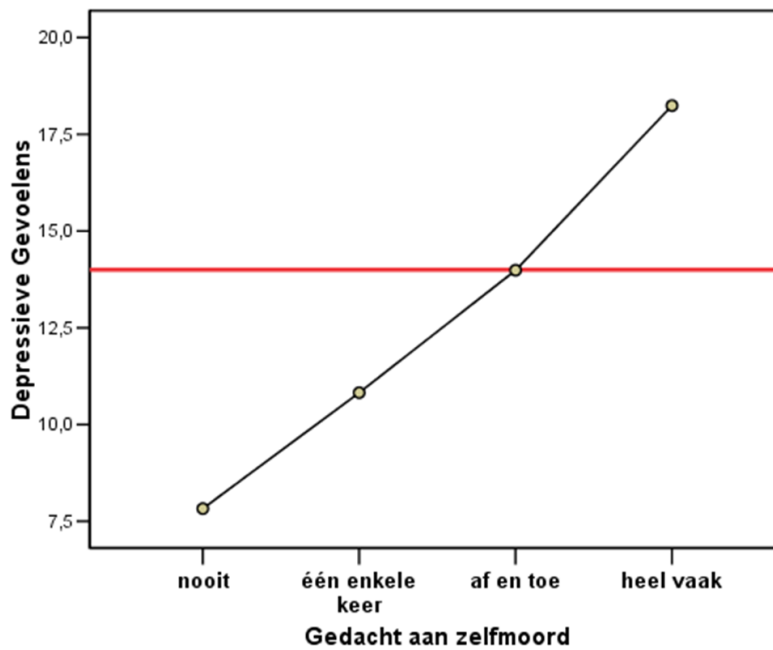




Klinische depressie (14+):

- Jongens: 15,8%
- Meisjes: 23,3%

- 12-14 jaar: 15,7%
- 15-18 jaar: 23,3%

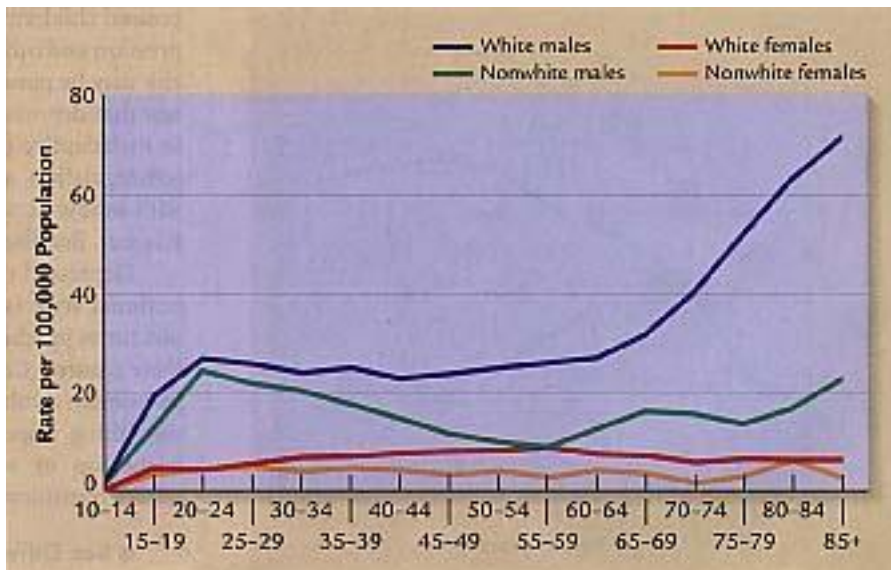


Samenhang met: Zeer specifieke depressieve symptomen (hopeloosheid!)

Tele-Onthaal: 106
De Zelfmoordlijn: 1813

4.2. Suïcide bij adolescenten

- Belangrijke doodsoorzaak bij jongeren
- 4-5 keer meer jongens dan meisjes
 - Meisjes meer pogingen
- Hoogste risico:
 - blanke jongens
 - Afrikaans- Amerikaanse jongens
 - holebi's
- Erg intelligent & sociaal teruggetrokken, of anti-sociale jongeren



Niet per se kenmerken van depressie, kan maar niet per se! Toename zelfdodingen bij adolescentie

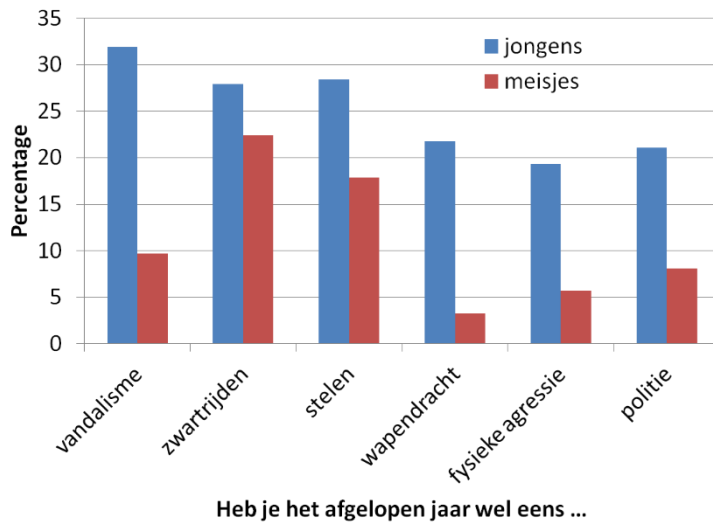
4.2.1. Preventie en behandeling

- Preventie
 - Signalen opvangen
 - Contactpersonen, zorgleerkrachten
 - Uitdrukken belangstelling en zorg
- Behandeling
 - Vele behandelingen, van medicatie tot therapie, of beiden
 - Verkrijgbaarheid wapens (wetten) beperken
 - Opvang gezinsleden
 - Rol media (suicide niet mediatiseren)

4.3. Delinquentie

- Officiële statistieken (17-23% arrestaties in VS)
- Zelf-rapportering (hoge cijfers)

Jongeren in Vlaanderen (12-18j) 2000:



externaliserend meer bij jongens

Terry Moffit

Versch groepen van jgn

"Normale delinquentie" dat overgaat: begint in de adolescentie en verdwijnt in de adolescentie

Ontw zich moreel en zonder ingrijpen verdwijnt het

90% van de jgn

10% al in de kindertijd: voorspelde volwassenheid ook (bleek waar te zn)

"Is dit eenmalig of langdurig patroon?" voorgeschiedenis bekijken!

- Officiële statistieken (17-23% arrestaties in VS)
- Zelf-rapportering (hoge cijfers)
- Leeftijdstrends: stijging, dan daling
- Geslacht: Jongens 3-8 keer meer
- Determinanten
 - SES, etnisch (vervolgingsbeleid)
 - Opvoedingsproblemen!
 - Armoede!

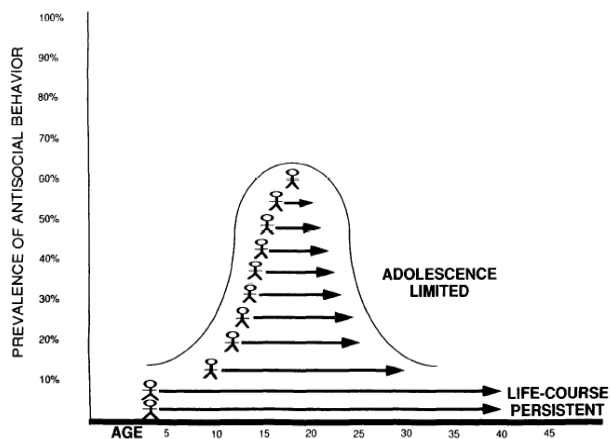
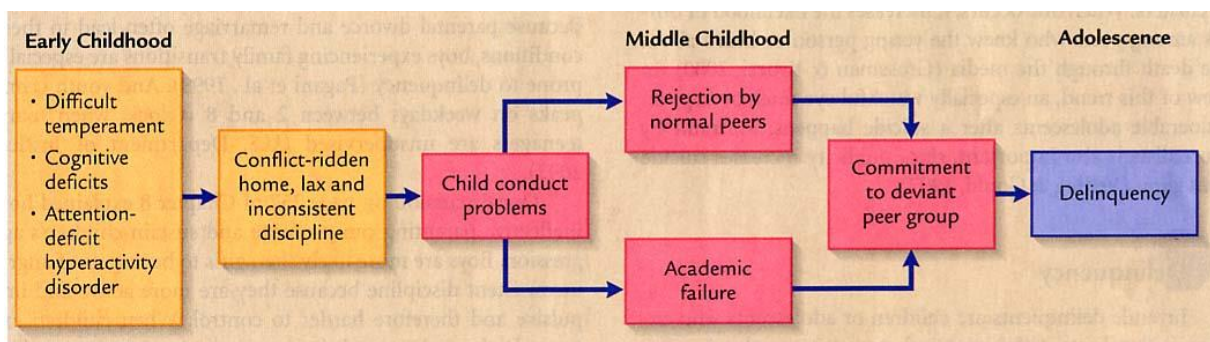


Figure 3. Hypothetical illustration of the changing prevalence of participation in antisocial behavior across the life course. (The solid line represents the known curve of crime over age. The arrows represent the duration of participation in antisocial behavior by individuals.)

- **Preventie: vroeg en vele niveaus**
 - 'Authoritative' opvoeding
 - Goed onderwijs
 - Welvarende buurt
 - Zero-tolerantie werkt niet! Want is moeilijk vol te houden.
- **Behandeling: lang en intensief**
 - Thuis houden (transfer) ; weghalen uit delinquente peergroep
 - Aanleren vaardigheden (sociaal, cognitief)
 - Niet-agressieve omgeving (gezin, buurt, cultuur)
 - *Veel meer conflicten met ouders: zo veel dat ouders zich terugtrekken*
 - *Ontstaat opstandig gedrag k: verwerping leeftijdsgenoten*
 - *Verworpenen bevriending: moedigen elkaar aan, agressief gedrag neemt toe*
 - *Slechte schoolprestaties*
 - *Cste verwerping in alle contexten*

4.3.1. Twee wegen naar delinquentie bij adolescenten

- Vroeg-beginnen – gedrag begint op lagere school
 - Risicofactoren:
 - Biologische
 - Opvoedingspraktijken + Peerprocessen
- Laat-beginnen – gedrag begint rond puberteit
 - Peer invloeden



Tot besluit

- **Adolescence is a time of change and development!** Een tijd van transitie en overgangen!
- Drie soorten veranderingen
 - Biologie
 - Cognitie en moreel
 - Sociaal: gezin en leeftijdsgenoten
- Ontwikkeling tot uniek persoon: identiteit!
- Deze ontwikkeling kan gepaard gaan met twee soorten problemen
 - Internaliserende (naar binnen gericht)
 - Externaliserende (naar buiten gericht)
 - *Maar zeker niet bij alle jongeren!*

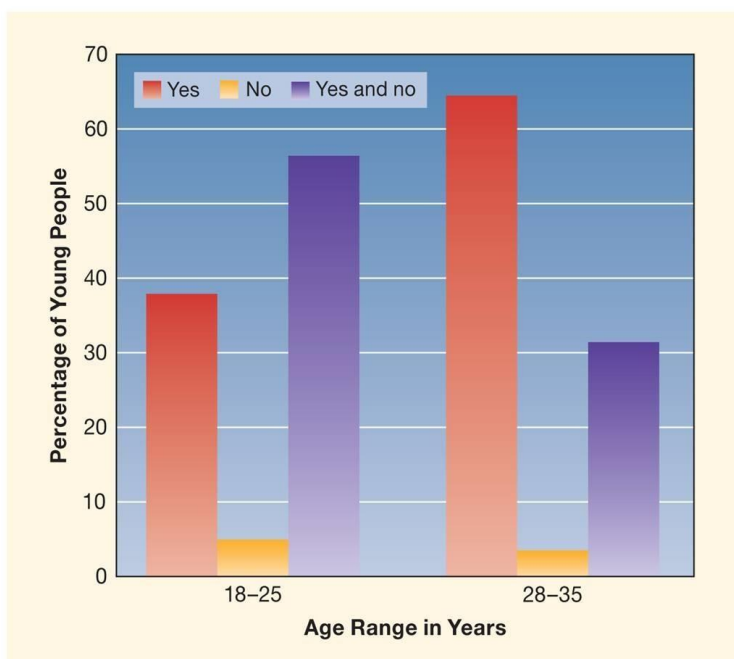
Hoofdstuk 14: Emotionele en sociale ontwikkeling tijdens de vroege volwassenheid (18-40j)

Thema's

1. De opkomende volwassenheid: Een geleidelijke overgang
2. Theorie Erikson: Intimiteit tegenover isolement
3. Andere theorieën over psychosociale ontwikkeling volwassenen (Levinson, Vaillant)
4. Intieme relaties
5. Levenscyclus van het gezin

1. De opkomende volwassenheid

- Een fase van multidimensionele en multidirectionele ontwikkeling
- Een graduele overgang vanaf de vroege 20er jaren
 - Exploratie van studiekeuze, werk, waarden, en relaties
 - Weinig sociale verwachtingen
 - Verdieping van attitudes en waarden



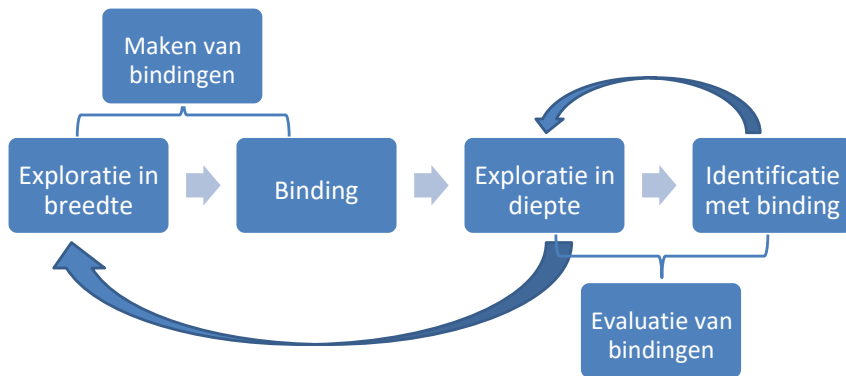
Pas vanaf 28-35j beschouwd als iemand zich als een volwassene

Generation what? Jongvolwassenen: cijfers wie zich over bepaalde thema's al volw voelt

*"Jongvolwassenen" opkomende volwassenheid = tussenfase tussen adolescentie en volwassenheid
Ruimte voor je de volwassenheid induikt, plaats om te bouwen aan je identiteit: zeer veel instabiliteit*

Wereldreis, vrijwilligerswerk, werken en pas later studeren; veel versch levensstijlen! Vooruitgang en achteruitgang tegelijk

- Het twee-cyclus model van identiteitsontwikkeling in de opkomende volwassenheid



μ

Brede exploratie (zoeken naar studierichting)

Binding: ped wet

Kan je verder exploreren: past deze richting nog bij mij? Existentiële crisis.

Door toch verder te studeren kan je je meer identificeren met de richting.

Maar ook kan je terugkeren op je stappen: veranderen van richting

- Is een vrij recent fenomeen
 - Vroeger bestond die ruimte niet: sommigen moeten meteen volw rollen opnemen
- Dat vooral voorkomt in rijke, geïndustrialiseerde landen
- Komt minder voor in ontwikkelingslanden en in omstandigheden van lage SES
- Open vraag: blijvend & universeel fenomeen of tijdelijk & cultuur-gebonden?
 - Zal dit blijven bestaan? Toekomst zal dit blijven uitwijzen

Universele criteria voor volwassenheid	Specifieke criteria in collectivistische context
<ul style="list-style-type: none"> • Psychologische kenmerken <ul style="list-style-type: none"> ◦ Voor jezelf kunnen zorgen ◦ Verantwoordelijkheid opnemen voor eigen daden ◦ Zelf beslissen over je eigen overtuigingen ◦ Een egalitaire relatie met de ouders ontwikkelen ◦ Financiële onafhankelijkheid 	<ul style="list-style-type: none"> • Zorgen voor je gezin • Minder zelf-georiënteerd worden

- Is een behoorlijk belastende en uitdagende periode
- Vereist veerkracht en flexibiliteit, capaciteiten die ondersteund worden door:
 - Cognitieve attributen (bijvoorbeeld goed kunnen plannen en opties afwegen)
 - Sociaal-emotionele attributen (bijvoorbeeld positieve zelfwaarde, persistentie, en gevoel voor moraliteit)
 - Sociale ondersteuning (bijvoorbeeld veilige band met ouders en leeftijdgenoten)

Sommigen doen dit goed; voor anderen zijn het te veel kansen, waardoor als het niet lukt het hun schuld is: °keuzestress

2. Theorie van Erikson: Intimiteit vs. Isolement

Psychologisch conflict vroege volwassenheid is intimiteit tegenover isolement, wat zich uit in de gedachten en gevoelens van jonge mensen omtrent het aangaan van een permanent engagement ('commitment') t.a.v. een intieme partner

Intimiteit	Isolement
<ul style="list-style-type: none">• Een permanente keuze ('commitment') maken voor een levenspartner• Verworven deugd of kwaliteit: Liefde• Omvat opgeven pas-verworven onafhankelijkheid, opnieuw omschrijven identiteit	<ul style="list-style-type: none">• Eenzaamheid, zelf-absorptie• Aarzelen om intieme relaties aan te gaan• <i>Aan de zijlijn staan, gevoelens van chronische eenzaamheid</i>

- Succes bij oplossen van dit conflict bereidt voor op **generativiteit** = zorgen voor de volgende generatie en de maatschappij helpen verbeteren
- Onderzoek: intimiteit is belangrijk, generativiteit al aanwezig (kinderen), veel verschillen

Wat zou het betekenen als we het epigenetisch principe van Erikson toepassen op ontwikkelingstaken identiteit en intimiteit?

Je moet weten wie je bent om je open te kunnen stellen naar anderen en omgekeerd: je weet niet wie je bent: moeilijk relaties aangaan

Vb Bindingsangst: u niet smijten in een relatie; oppervlakkige, promiscue seksuele relaties. Vaak bij vermijdende hechtingsstijl

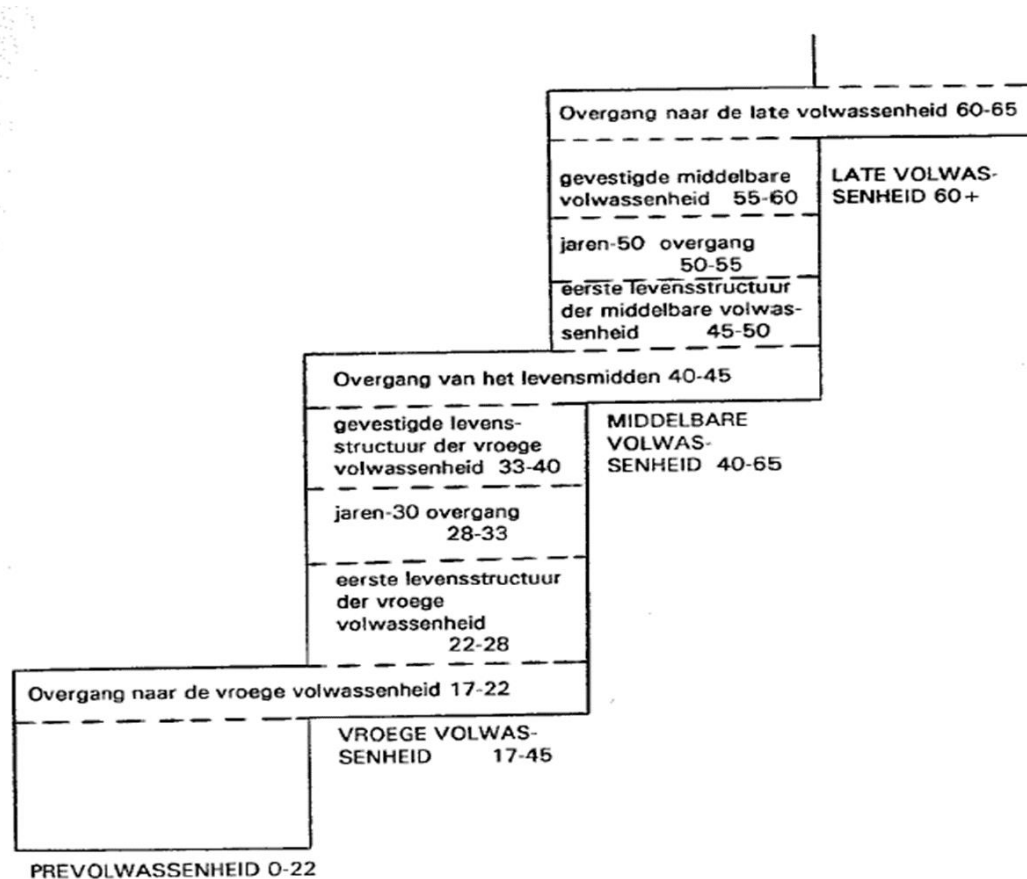
VS

Vb. Enorme afhankelijkheid: uzelf passief laten invullen, onderdanige relatie: verlatingsangst. Angstig gepreoccupeerde voorgeschiedenis

Hechtingsvoorgeschiedenis speelt enorm mee

3. Levinson: vroege volwassenheid

- Levinson: **Seasons of Life**: biografische interviews met 40 mannen en 45 vrouwen uit diverse beroepen
- Zoals Erikson deelt Levinson de levensloop in in stadia of '**seizoenen**', waarbij elk stadium begint met een overgang die ongeveer 5 jaar duurt. Tussen de overgangen zijn er stabiele perioden van ongeveer 5 à 7 jaar
- **Levensstructuur**: het onderliggende design van iemands leven (vb. relaties en werk)
- Jongvolwassenheid: "era of greatest energy and abundance, contradiction and stress"



"De 4 seizoenen van het leven"

Latere volwassenheid: winter

Telkens overgang. Design van uw leven op een bepaald moment.

Al uw aspecten vullen dat design verder in.

"Young adulthood = era of the greatest energy, abundance, contradiction and stress" = "spitsdecenii"

Kan ertoe leiden dat dat te veel is: studenten nu enorme stress

→ FOMO (Fear of missing out): op vlak van sociale activiteiten, sociale media.

"Anderen hun leven is beter dan dat van mij"

Perfekte beeld ophangen op de sociale media → stress

- Overgang vroege volwassenheid
- Droom: een beeld van jezelf dat levensbeslissingen bepaalt
- 'Mentor': een oudere vriend of collega die helpt bij het realiseren van de droom
- Onderzoek met de DOT (Dromen over je Toekomst):
 - Soorten dromen:
 - Relationele dromen
 - Beroepsdromen
 - Dromen voor de wereld (engagement)
 - Materiële dromen
 - Mannen vs. vrouwen:
 - Beroepsdromen (individualisme, prestatie, status) versus relationele dromen (gezin, kinderen, vrienden)
 - Eenduidige dromen versus complexe dromen ('split dreams')

Mentor die je onder de vleugels neemt
Bij acute stress: nu moeilijk, maar ik ga naar iets groters...

Eenzijdige beroepsdroom meer bij mannen
Split dream: vaak relationele en beroepsdroom: meer bij vrouwen

- **Overgang van 30er jaren**
 - Opnieuw evalueren levensstructuur
 - Vaak klemtoon op onderontwikkelde aspecten
 - Mannen herzien zelden de prioriteiten van werk en gezin; carrière-gerichte vrouwen doen dit soms wel
 - Voor wie ontevreden is, kan overgang een crisis zijn

"Waar ben ik mee bezig" = quarter life crisis
Kleine veranderingen maken

Voor mannen cv, voor vrouwen blijvend zoeken naar verhoudingen werk-gezin (work family conflict)

- **"Settling down"** voor mannen, **blijvende instabiliteit** voor vrouwen
 - Mannen richten zich op bepaalde relaties en aspiraties
 - Voor vrouwen vaak 'commitment' erbij (werk of relatie)
 - Vele vrouwen bereiken pas stabiliteit in middelbare volwassenheid

3.1. Vaillant: aanpassing aan het leven

- **Onderzoek** bij 250 mannen geboren in 1920-1930, gevolgd doorheen de levensloop
- 20ers – zorgen omtrent intimiteit
- 30ers – consolideren loopbaan
- 40ers – generativiteit
- 50ers–60ers – "behoeders van betekenis"
- 70ers – spiritueel en reflexief

Grote impact op identiteitsontw

- Theorie sluit aan bij die van Levinson, maar geen strikte leeftijdsafbakening
- Bevestigt stadia van Erikson, maar vult de gaten tussen deze stadia op
- Bestudeerde aanvankelijk alleen mannen
 - Later kleine steekproef van hoog-opgeleide vrouwen
 - Dat onderzoek (en ander onderzoek) suggereert: bij vrouwen gelijkaardige veranderingen

3.2. Beperkingen Levinson en Vaillant

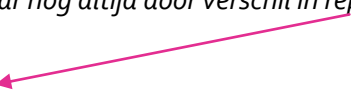
- Conclusies gebaseerd op mensen geboren in de jaren 1920 tot 1940
- Levinson bestudeerde weinig mensen zonder opleiding hoger onderwijs en van lage SES (vooral bij vrouwen)
 - *Het was niet representatief toen voor de populatie: onderzoek zou opnieuw moeten gedaan worden*
- Deelnemers onderzoek Levinson waren in middelbare leeftijd (35 tot 45 jaar) en herinnerden zich de vroege volwassenheid misschien niet meer zo goed
- Kortom: (Prospectieve) studies op nieuwe generaties met uiteenlopende SES en culturele achtergrond zijn nodig

3.3. Sociale klok

- **Sociale klok** = Leeftijdsgebonden verwachtingen voor levensgebeurtenissen (bv. Trouwen, eerste kind, ...)
- Minder rigide dan bij vroegere generaties (bv. Australische studie)
 - *Tikt nu minder luid*
- Een sociale klok volgen geeft **vertrouwen**, draagt bij tot sociale stabiliteit
- 'Distress' als niet volgen of achterop geraken
- **Illustratie:** Vrouwen met universitair diploma en geboren in 1930s onderzocht op 27 jaar en op 43 jaar:
 - **Vrouwelijke sociale klok** (huwelijk en gezin in de **vroege 20s**): meer verantwoordelijk, hadden meer zelf-controle, en waren meer tolerant en verzorgend. MAAR ook minder zelfwaardering en gevoel van grotere kwetsbaarheid naarmate ouder
 - **Mannelijke sociale klok** (hoge status carrière en hogerop raken tegen de **late 20s**); werden meer dominant, sociaal, onafhankelijk en intellectueel
 - **Vrouwen zonder sociale klok** (tegen de **30**): zelftwijfel, gevoelens van incompetentie en eenzaamheid

4. Intieme relaties

4.1. Partnerkeuze

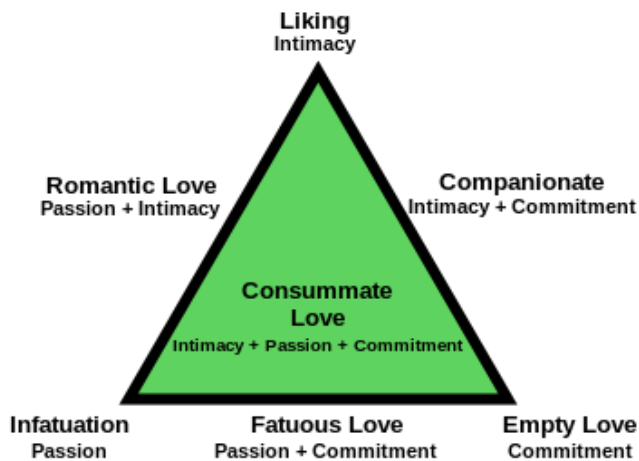
- Meeste mensen kiezen partners die op hen lijken (*niet* 'opposites attract')
- **Geslachtsverschillen**
 - Vrouwen: intelligentie, ambitie, financiële situatie, even oud of iets ouder
 - Mannen: aantrekkelijkheid, huishoudelijke vaardigheden, iets jonger
 - *In meer egalitaire SL minder, maar nog altijd door verschil in reproductiecapaciteit*
- **Evolutietheorie:** Voortplanting 
 - Vrouwen: beperkte reproductie-capaciteit, daarom man die nakomelingen kan beschermen
 - Mannen: grotere reproductie-capaciteit
- **Sociale leertheorie:** Geslachtsrollen
 - Vrouwen: verzorgend, dus zorgtaken
 - Mannen: assertief, onafhankelijk, dus werk
 - In culturen met grotere gelijkheid tussen geslachten ('gender equity') hebben mannen en vrouwen zelfde partnervoorkeuren
- Dus: biologische en sociale krachten beïnvloeden keuze

4.2. Driehoekstheorie van liefde (Sternberg)

- Liefde heeft 3 componenten:
 - Passie (fysiek)
 - Intimiteit (emotioneel)
 - Engagement (cognitief)
- Passionele liefde vroeg; "bij elkaar passen" ('companionate love') later
 - Passie neemt geleidelijk af, terwijl intimiteit en engagement toenemen



Passie kalft na paar weken af



- Studie eerste jaar huwelijk: geleidelijk aan minder verliefd (passie)
 - Minder praten
 - Minder gezamenlijke leuke activiteiten, meer huishoudtaken
 - Minder het standpunt van de ander innemen
- Maar als relatie blijft duren, dan zeggen partners dat ze nog meer van elkaar houden
- Wat bepaalt of relatie **blijft bestaan**?
 - Engagement ('commitment') voorspelt duur en kwaliteit van de relatie
 - Dat engagement moet meegedeeld worden (communicatie)
 - Constructief oplossen van problemen
- **Cultuurverschillen**
 - 20ste eeuw, Westerse landen:
 - Passie en intimiteit als basis voor huwelijk
- **Oosterse culturen:**
 - Gevoelens gespreid over hele sociale netwerk, vandaar intensiteit minder groot voor iedere relatie afzonderlijk
 - Chinezen en Japanners denken aan verplichtingen tegenover anderen (bv. ouders) wanneer ze een partner kiezen

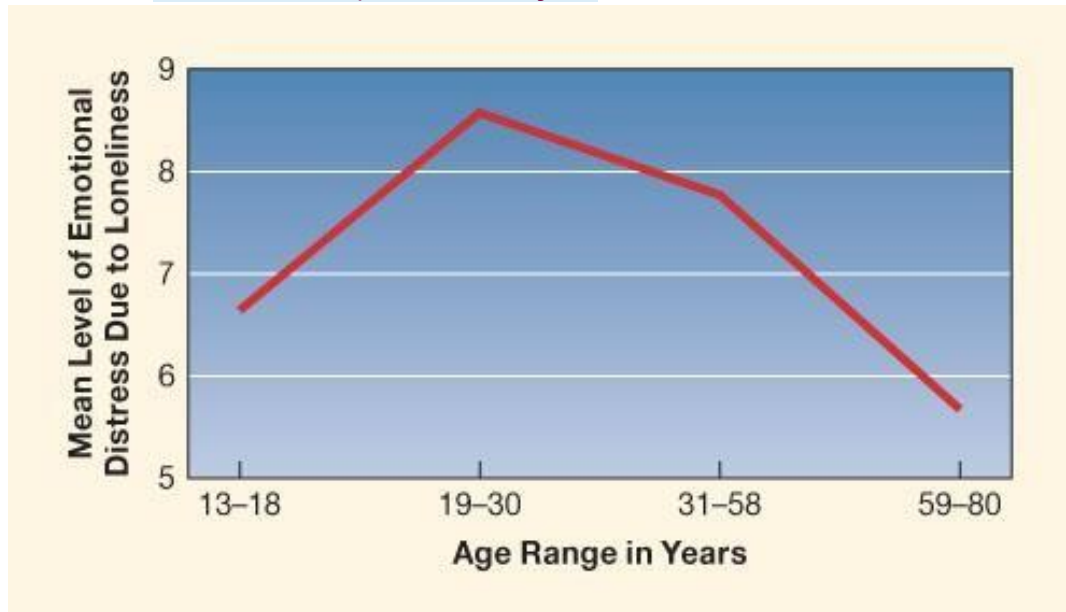
4.3. Vriendschap

- Vrienden versterken de zelfwaardering, bieden sociale ondersteuning en maken het leven interessanter
- Vriendschappen **zelfde geslacht**:
 - Geslachtsverschillen:
 - Vrouwen hebben meer intieme vriendschappen zelfde geslacht
 - Vrouwen praten liefst gewoon met vriendinnen
 - Mannen willen samen iets doen met vrienden
 - Individuele verschillen:
 - Hoe langer vriendschap duurt, hoe intiemer
 - Invloed van gezinsrelaties: bv. vrienden zijn gezelschap bij voorkeur voor jonge volwassenen die 'single' zijn.
- Vriendschappen **andere geslacht**
 - Jongvolwassenen leren veel over mannelijke en vrouwelijke stijlen inzake intimiteit
 - *Hoe mensen van ander geslacht denken, geen seksualiteit toelaten*
 - Seksuele aantrekking wordt gereguleerd
 - Kan evolueren naar romantische relatie (die stabiel kan zijn dan relaties zonder vriendschap vooraf)
 - *Als uit vriendschappen toch romantiek uitgroeit: langdurige en sterke relaties*
- **Broers en zussen** als vrienden
 - Vaak lijken op vriendschap
 - Deze relaties gaan het langst mee
 - Kan verstoord worden door ouderlijk favoritisme en door sibling rivaliteit
 - In onderzoek Vaillant (hoog-opgeleide mannen): beste predictor mentale gezondheid op 65 jaar was nauwe band broer/zus in vroege volwassenheid

4.4. Eenzaamheid

- **Eenzaamheid** = gevoel van ongelukkig zijn dat voortvloeit uit de kloof tussen de sociale relaties die we nu hebben en diegene die we zouden willen hebben
- Volwassenen voelen zich eenzaam als ze een intieme partner of vrienden missen (niet uitwisselbaar !)
- Eenzaamheid bereikt een piek bij oudere tieners en bij vroege zoers en daalt dan gestaag tot in de zeventig
- **Determinanten**:
 - Samenlevingsvorm (bv. gescheiden, weduwe)
 - (Collectivistische) cultuur
 - Persoonlijkheid (bv. sociale angst): negatieve vicieuze cirkel
- Langdurige of aanhoudende eenzaamheid hangt samen met 'selfdefeating' houdingen en gedragingen (negatief tegenover zichzelf en anderen)

4.4.1. Eenzaamheid op versch leeftijden



Eenzaamheid zegt niet over wie je in je buurt hebt (subj! Tekort)

Lat ligt zeer hoog: vanaf dat lief/vriendschap ontbreekt: °gevoel van tekort

5. Levenscyclus van het gezin

- **Levenscyclus van het gezin** ('family life cycle') = een opeenvolging van fasen die kenmerkend is voor de meeste gezinnen over de hele wereld:
 - Vroege volwassenheid: alleen wonen, huwelijk, kinderen opvoeden
 - Middelbare volwassenheid: kinderen verlaten huis, minder verantwoordelijkheden
 - Late volwassenheid: pensionering, oud worden en overlijden van (meestal) echtgenoot
- Vandaag grote **verscheidenheid** in opeenvolging en timing van gebeurtenissen in gezin
- Model van levenscyclus van gezin blijft **toch bruikbaar** (als georganiseerd denkkader)

5.1. Ouderlijk huis verlaten

- Gemiddelde leeftijd is laatste decennia gedaald
- Timing van deze gebeurtenis hangt af van reden:
 - Opleiding volgen (jonger)
 - Ontsnappen aan wrijvingen in gezin (jonger)
 - Eén-ouder gezin na echtscheiding (jonger)
 - Financiële problemen (ouder)
- **Helpt** jongvolwassenen **keert terug** naar ouderlijk huis:
 - **In HB: Amerikaanse jgn verlaten huis steeds vroeger**
 - *Vlaanderen: hotel mama*
 - *In België = kleiner, je kan in het weekend nog naar huis. In Amerika moet je het vliegtuig nemen. Moet al financieel meer geld hebben, onafhankelijk zijn; België: nog wat onder hun vleugels, semizelfstandig*

- Meestal door rolveranderingen
- Minst waarschijnlijk: bij gehuwde jongvolwassenen
- Is veel voorkomende gebeurtenis bij ongehuwde volwassenen (geen teken van zwakheid)

- Effect van **SES en etnische achtergrond**:
 - SES
 - Etnische groep: allerlei minderheidsgroepen en Aziatische Amerikanen (belang van uitgebreide familie)

- Zeer vroeg het ouderlijk huis verlaten hangt samen met **grotere kans op niet-succesvol huwelijk en loopbaan** (jongeren die geen hogere opleiding volgen)
- Het ouderlijk huis verlaten hangt typisch (maar niet altijd) samen met een meer voldoende relatieve relatie tussen ouders en kinderen en een succesvolle overgang naar volwassen rollen
 - *Veel ruzie thuis: jonger weg*

Hoofdstuk 16: Emotionele en sociale ontwikkeling tijdens de Midden-Volwassenheid (40-65j)

Thema's

1. Erikson: Generativiteit tegenover stagnatie
2. Andere theorieën psycho-sociale ontwikkeling (Levinson, Vaillant)
3. Stabiliteit en verandering in zelf-concept en persoonlijkheid

1. Erikson – psychosociale stadia

Vertrouwen	vs.	Wantrouwen
Autonomie	vs.	Schaamte en twijfel
Initiatief	vs.	Schuld
Vlijt	vs.	Minderwaardigheid
Identiteit	vs.	Verwarring
Intimiteit	vs.	Isolement
Generativiteit	vs.	Stagnatie
Ego-integriteit	vs.	Wanhoop

1.1. Generativiteit vs. Stagnatie

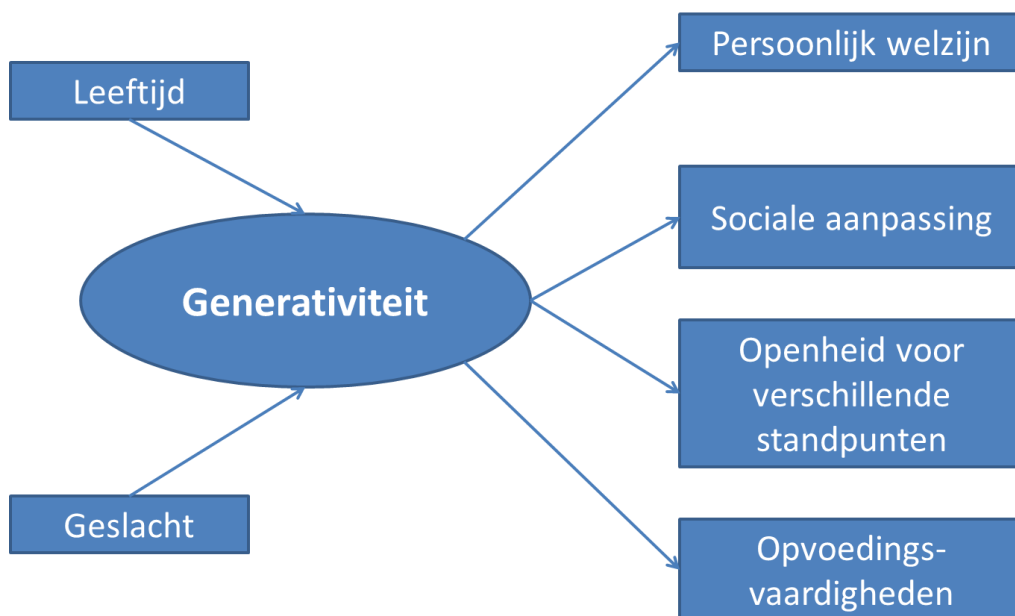
Mensen streven "onsterfelijkheid" na: iets van uzelf dat blijft doorleven in de mensen die je hielp

Generativiteit	Stagnatie
<ul style="list-style-type: none"> • (Zie Hfdst. 14: al in vroege volwassenheid) • Zich openstellen voor anderen op manieren die volgende generatie helpen en begeleiden • Engagement reikt verder dan eigen zelf (en partner) • Typisch gerealiseerd door opvoeden van kinderen • Andere familierelaties, mentor-relaties op werk, creativiteit zijn ook generatief • Einddoel: symbolische onsterfelijkheid 	<ul style="list-style-type: none"> • Plaatst eigen comfort en zekerheid boven uitdaging en opoffering • Op zichzelf gericht, genot-zuchtig, opgeslorpt door zich-zelf • Gebrek aan betrokkenheid op of bezorgdheid voor jonge mensen • Weinig interesse voor productiviteit op werk, aan zichzelf werken ('self-improvement') • "Stilstaan" • Cynisch: "de jeugd van tegenwoordig"

1.1.1. Onderzoek over generativiteit

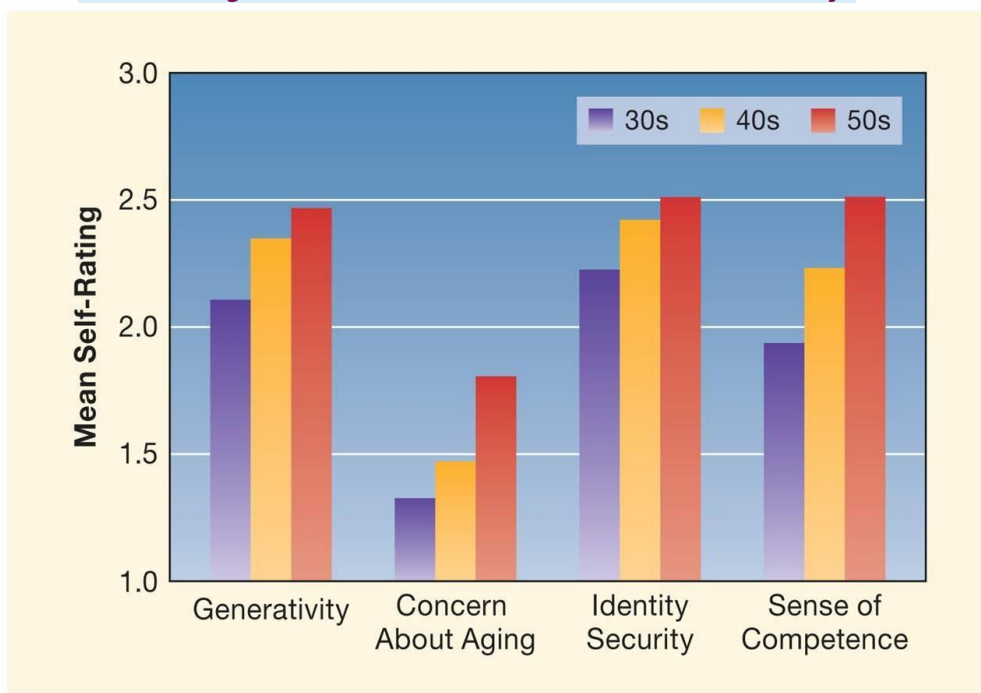
- Generativiteit neemt toe met leeftijd
- Mensen met grote mate van generativiteit
 - zijn goed aangepast (bv. weinig angst en depressie, grote zelfaanvaarding en levenstevredenheid)
 - staan meer open voor verschillende standpunten
 - zijn politiek actief/proberen wereld te verbeteren (als zoers !)

- Groepsverschillen, bv. geslacht:
 - Vaders meer generatief dan niet vaders
 - Moeders even generatief als niet-moeders
 - *Vrouwen hebben meer spontaan talent voor generativiteit, moeder worden is niet noodzakelijk*



Openheid voor versch standptn: niet narrow minded zijn
Opvoedingsvaardigheden: meer democratisch opvoeden

1.1.2. Veranderingen in Generativiteit en Zelf-Gevoel met leeftijd



Veiliger in hun identiteit → bagage: gevoel van competentie

2. Andere theorieën over psychosociale ontw tijdens de midden-volwassenheid

2.1. Levinson: Middelbare Volwassenheid

- Overgang naar middelbare leeftijd (40–45)
 - Gevoel dat "tijd opraakt" in leven
 - Evalueren vroege volwassenheid
 - Ingrijpende of kleine veranderingen
- Intrede in levensstructuur (45–50)
- Vijftig-jaar overgang (50–55)
- Hoogtepunt levensstructuur (55–60)

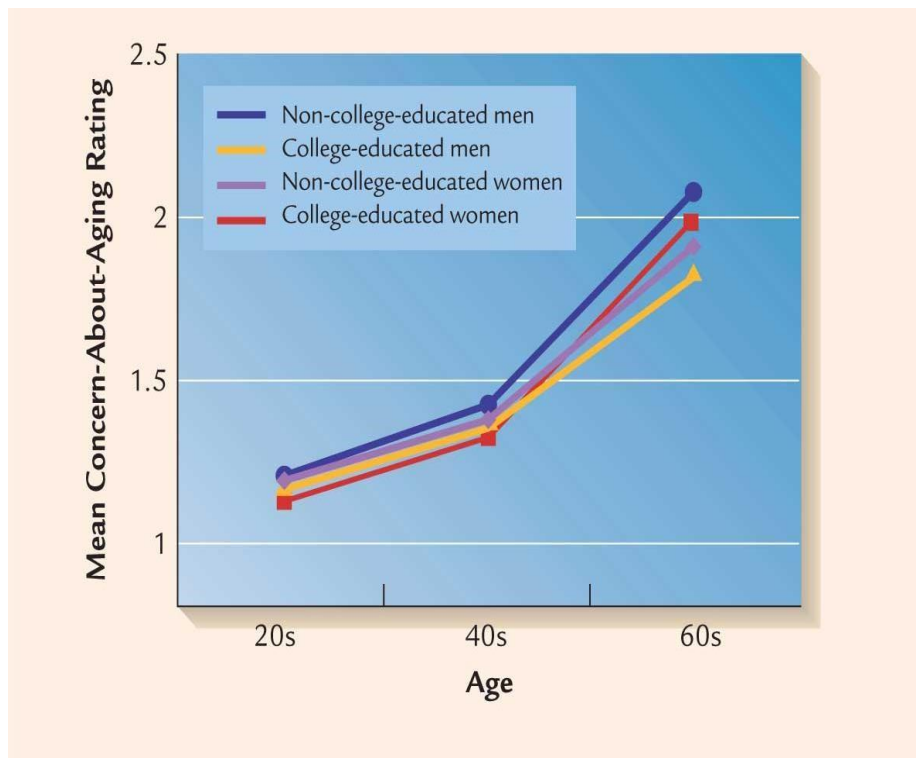
- Overgang naar middelbare leeftijd (40–45)
 - Gevoel dat "tijd opraakt" in leven
 - *"Tijd is kostbaar goed": confronterend besef*
 - Evalueren vroege volwassenheid
 - Ingrijpende of kleine veranderingen
- Intrede in levensstructuur (45–50)
- Vijftig-jaar overgang (50–55)
- Hoogtepunt levensstructuur (55–60)

- Overgang van de middelbare leeftijd (40 - 45 jaar) = periode waarin men succes in bereiken eigen doelen evalueert en zich focust op de vraag hoe men best eigen leven kan veranderen om een betekenisvolle toekomst te hebben
 - Soms grote veranderingen (bv. echtscheiding, nieuwe job), vaak kleinere veranderingen
 - In elk geval: blik meer naar binnen richten, omdat mogelijkheden vooruitgang op werk beperkt zijn
 - Opbouwen nieuwe levensstructuur betekent confrontatie met 4 ontwikkelingstaken (weer 2 polen; zie Erikson)

2.1.1. Levinsons Vier taken van middelbare volwassenheid

Jong-Oud	Nieuwe manieren vinden om tegelijk jong en oud te zijn
VernietigenScheppen	Erkennen dat mensen veel stuk maken, proberen om nieuwe waardevolle producten te creëren
Mannelijk-Vrouwelijk	Evenwicht vinden tussen mannelijke en vrouwelijke aspecten van het zelf
Binding-Afzondering	Evenwicht tussen betrokkenheid op externe wereld en daarvan afgescheiden zijn

- Jong – oud:
 - Veel vrouwen: zorgen over verminderde fysieke aantrekkelijkheid
 - *Zien 1^{ste} grijze haren, fragieler...*
 - In toenemende mate wordt dit ook verwacht van mannen
- Vernietigen – scheppen
 - Bewust worden van vernietigende krachten in mensen
 - Tegengewicht: scheppende krachten beklemtonen
 - Resultaat: schenking of erfenis ('legacy') nalaten voor volgende generaties



Universeel: sommigen proberen dit krampachtig te stoppen: plastische chirurgie

- Mannelijk - vrouwelijk
 - Mannen: meer aanvaarden eigen "vrouwelijke" trekken, zoals verlangen naar verzorgen en verzorgd worden, ook meer emotioneel
 - *Worden softer*
 - Vrouwen: meer openstaan voor eigen "mannelijke" trekken, zoals autonomie, dominantie, en assertiviteit
 - *Worden harder*

Theorie van de ouderlijke imperatief: *stereotypes als je ouder(s) bent*

Eens die ouderlijke verantwoordelijkheid wegvalt: het tevoorschijn komen van wat er nog niet was

- Binding – afzondering
 - Mannen en carrière-gerichte vrouwen: minder focus op ambitie en prestatie
 - Gezinsgerichte vrouwen (of met onbevredigende job): grotere betrokkenheid op werk of bredere gemeenschap
 - *Bepaalde gemaakte keuzes in vraag stellen*

2.1.2. Levensstructuur in sociale context

- Armoede, werkloosheid, gebrek aan respect:
- eerder overleven dan bevredigend leven nastreven
- Te veel klemtoon op productiviteit en winst: weinig kansen voor persoonlijke ontplooiing

2.2. Vaillant

- Generativiteit = het "bewaren van zin" ("keepers of meaning")
 - *Voelt dat er nieuwe generatie klaarstaat, wilt nog even hen helpen, waarden doorgeven*
- Komende generatie staat te drummen om fakkel over te nemen:
 - Middelbare volwassenen verwerpen zich door zichzelf en hun verworven positie te bevestigen
 - Tegelijk willen ze tradities of positieve aspecten van cultuur bewaren en doorgeven aan volgende generatie
 - *Op die leeftijd gaan proffen boek schrijven ipv publicaties, in een comité gaan...*
- In vele culturen: mensen van middelbare leeftijd vormen tegengewicht tegen te snelle veranderingen veroorzaakt door adolescenten en jongvolwassenen
- Lange-termijn doelen (zoals menselijke relaties in maatschappij)
- Meer filosofisch (niet alle problemen zijn oplosbaar)

2.3. 'Midlife crisis'?

- **Midlife crisis** = twijfel aan zichzelf, evaluatie, en stress erg uitgesproken in 40er jaren en leiden tot belangrijke herstructurering van persoonlijkheid
- **Tegengestelde bevindingen:**
 - Levinson: meeste mannen en vrouwen
 - *Levinson: "bijna iedereen maakt een midlife crisis mee"*
 - Vaillant: komt weinig voor
 - *Vaillant: "nee, maar een beperkt deel"*
- **Geslachtsverschillen:**
 - Timing:
 - Mannen: vroege jaren 40 (Levinson)
 - Vrouwen: late jaren 40 en 50er jaren
 - *Hoe komt dat?*
 - *Levensduur vrouwen langer*
 - *Vrouw neemt meer zorg op voor het gezin, en kan zich dan niet permitteren. Pas als kdn ouder zijn en zelfstandig*
 - Richting:
 - Mannen: één richting
 - Vrouwen: meerdere richtingen

- **Sterke verstoring en opwinding** zijn ongewoon. Uit een studie bij 700 volwassenen blijkt:
 - Maar ¼ ervaart crisis
 - Veel losser gedefinieerd dan door onderzoekers
 - Breder leeftijdsbereik (soms vóór 40, soms na 50)
 - Niet toegeschreven aan leeftijd, maar aan ingrijpende levensgebeurtenissen
 - *Huwelijk staat op springen, gescheiden, ontslagen van werk...*
- Onderzoek over '**life regrets**' bij vrouwen in de 40
 - Spijt zonder levensveranderingen: minder welbevinden en slechtere gezondheid
 - Spijt met levensveranderingen: meer vertrouwen en assertiviteit
 - Interpretatie van 'life regrets' is cruciaal: blijvende ontgoocheling versus aanvaarding

2.3.1. Stadia vs. Levensgebeurtenissen

Niet iedereen maakt een midlife crisis door

Er is een minder strakke sequentie van normatieve levensgebeurtenissen dan vroeger



Is middelbare leeftijd dan wel een *stadium*?

Erikson zou ja zeggen.

2. Stabiliteit en verandering in zelfconcept en persoonlijkheid

3.1. Mogelijke zelden

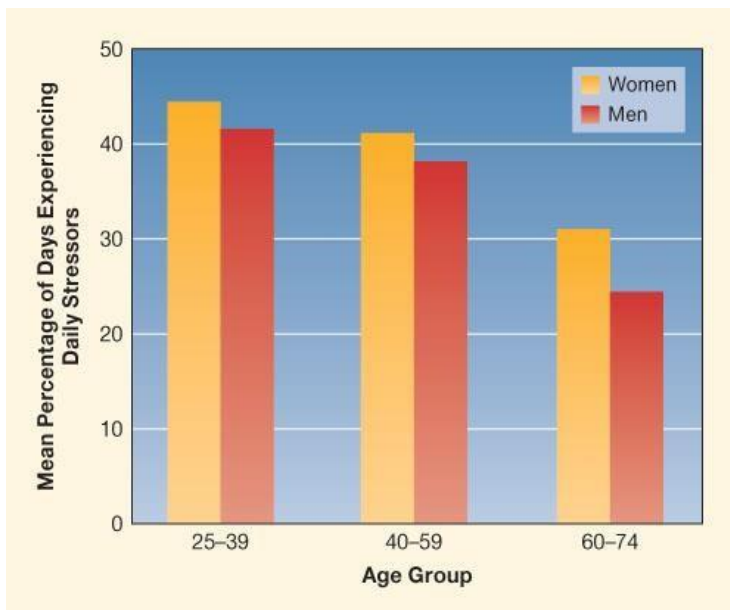
- =Wat men hoopt of vreest te worden
- Vormen de temporele dimensie van het zelf; waar het individu naar streeft en wat het hoopt te worden
- Naarmate ouder worden, minder sociale vergelijking en meer vergelijking over de tijd (temporeel)
 - *Blijven plannen en dromen, connecties maken...*
- Beschrijvingen van actuele zelf blijven stabiel, maar beschrijvingen mogelijke zelf veranderen sterk
- Minder in aantal, bescheidener, en concreter (vb. van "de beste zijn" → "het goed doen op mijn werk", "een goede vader en echtgenoot zijn")
- Wat men hoopt en vreest wordt aangepast om mentaal gezond te blijven
 - *Jongvolwassenen: sky is the limit. Streven héél hoog. Middelbare volwassenen zijn realistischer en vergelijken zichzelf minder met anderen.*
- Belangrijke functie tot blijvend welbevinden: De droom levendig houden: blijven nieuwe doelen aspireren
- Middelbare volwassenheid hoge zelfwaardering (door beschermende rol mogelijke zelden ?)

3.2. Zelfaanvaarding

- Drie belangrijke persoonlijkheidskenmerken nemen toe tijdens de midden-volwassenheid:
 - **Zelf-aanvaarding** (goede en slechte kanten)
 - **Autonomie** (niet anderen, maar zelf)
 - *Vertrekken vanuit een intern kompas*
 - **Beheersing van omgeving** ('environmental mastery') (reeks complexe taken goed aankunnen)
- In het algemeen: meer expertise, beter oplossen praktische problemen: ondersteunt toegenomen vertrouwen → middelbare leeftijd vormt hoogtepunt van leven ('**prime of life**')
 - *Prime of life: in balans met zichzelf*

3.3. Omgaan met problemen (coping)

- Toename effectieve coping-strategieën (het positieve zien, anticiperen/plannen, gebruik van humor)
(Jongere mensen: ontkennen, acting out, vermijden, anderen verwijten maken)
- Effectieve coping = combinatie van probleem-gerichte en emotie-gerichte coping
- Waarom **beter omgaan** met problemen?
 - Verbeterde zelfkennis (beter georganiseerd)
 - Groter zelfvertrouwen (dat men problemen aankan)
- Dus: jaren van **ervaring** in omgaan met stress zijn belangrijk



Stressoren! Maar door betere copingsmechanismen.

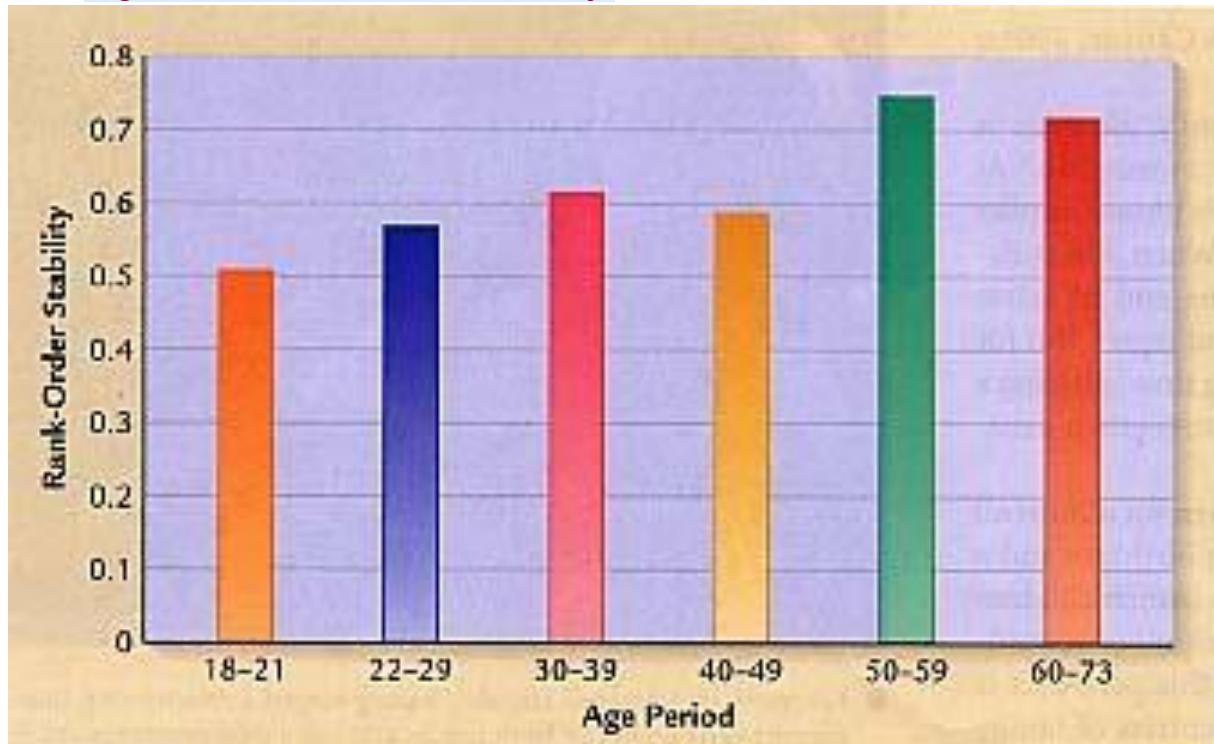
3.4. Geslachtsidentiteit

- Vrouwen nemen toe in mannelijke trekken
- Mannen: nemen toe in vrouwelijke trekken
- Theorieën
 - De ouderlijke imperatief
 - Daling in rol van geslachtshormonen
 - Leeftijdsgebonden

3.5. 'Big five' persoonlijkheidstrekken

1. Neuroticisme
 2. Extraversie
 3. Openheid (voor nieuwe ervaringen)
 4. Vriendelijkheid
 5. Gewetensvolheid
- **Neuroticisme**
 - Hoog: zich zorgen maken, emotioneel, kwetsbaar
 - Laag: rustig, niet-emotioneel, kan tegen stootje
 - **Extraversie**
 - Hoog: actief, houdt van plezier, gepassioneerd
 - Laag: passief, nuchter en emotioneel niet-reactief
 - **Openheid:**
 - Hoog: creatief, origineel, progressief
 - Laag: niet-creatief, conventioneel, conservatief
 - **Vriendelijkheid**
 - Hoog: genereus, lief, goed van nature
 - Laag: antagonistisch, kritisch, irriteerbaar
 - **Gewetensvolheid**
 - Hoog: werkt hard, goed georganiseerd, ambitieus
 - Laag: lui, niet georganiseerd, zet niet door
 - **Leeftijdstrends:**
 - (Gemiddelde) Neuroticisme, extraversie, openheid:
 - lichte daling van adolescentie naar middelbare leeftijd
 - (Gemiddelde) Vriendelijkheid en gewetensvolheid: stijging
 - In zeer verschillende culturen; vandaar mogelijk genetische basis
 - **Stabiliteit**
 - (Correlatie) Alle 5: Neemt toe met leeftijd
 - (Zie Figuur)

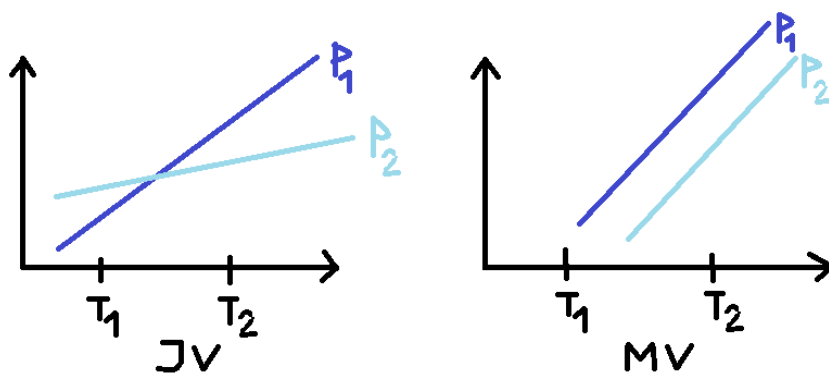
3.5.1. 'Big five' trekken w stabiel met leeftijd



50-59 j: Toename stabiliteit. Gemiddeld genomen = verandering → paradoxaal

Denkoefening:

Gewetensvolheid:



Hoofdstuk 18: Emotionele en sociale ontwikkeling in late volwassenheid

Veel mensen weten hun persoonlijk leven op peil te houden

"Time till death" studies: vlak voor je sterft dipje in die activiteiten

Erikson 1^{ste} die stelde dat er ego-integriteit is: gevoel dat alles samenhangt met elkaar (is niet hetzelfde als een happy attitude) zowel de positieve als negatieve zaken zien

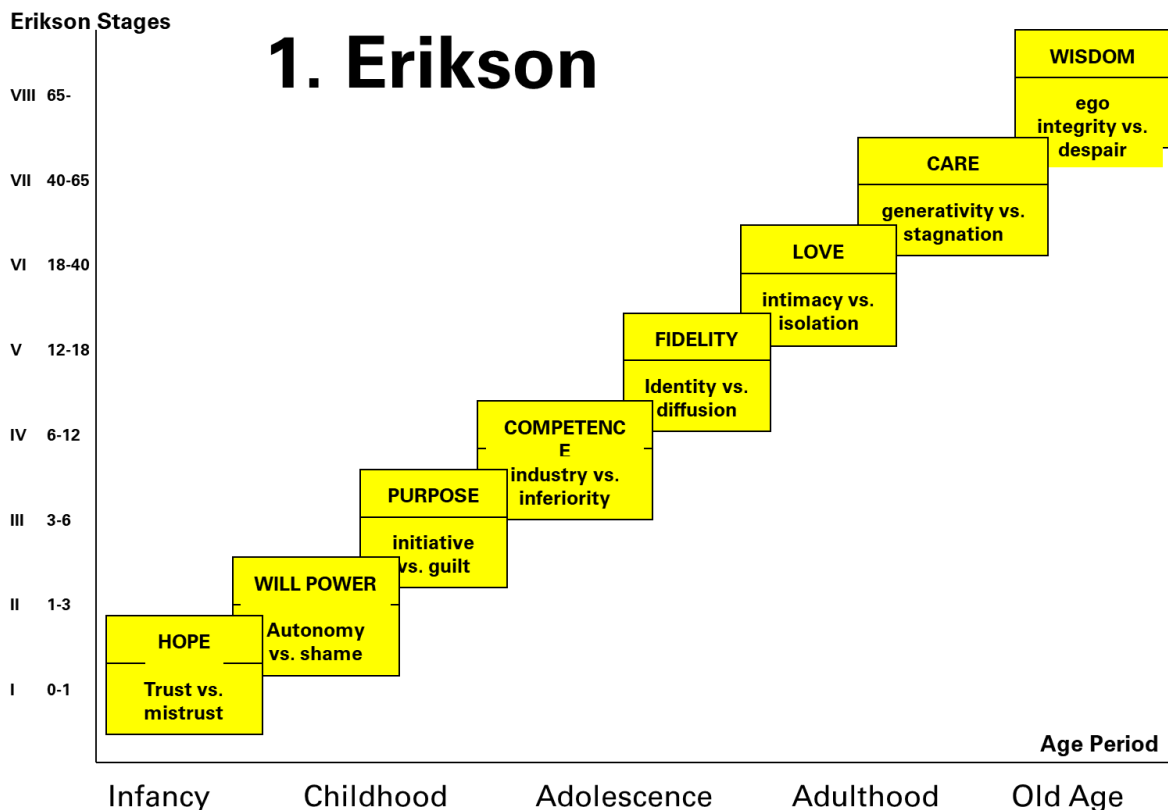
Gevoel: "klaar om te gaan"

VS

Wanhoop: spijt, verbittering, wroeging, gevoel dat verhaal nog niet af is, angst voor de dood

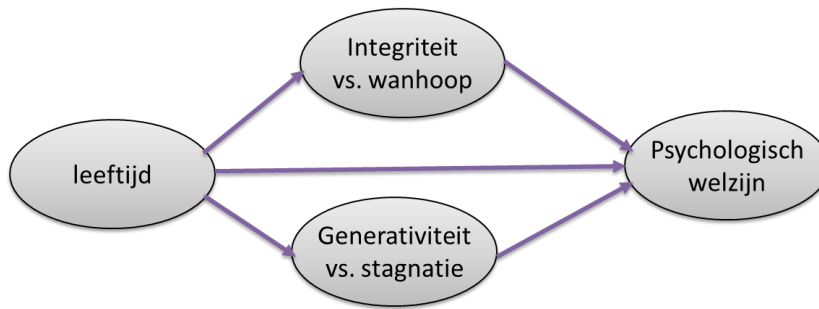
1. Erikson

Ego-Integriteit	Wanhoop
<ul style="list-style-type: none"> Zich een geheel voelen, volledig, tevreden over verwezenlijkingen Sereniteit en tevredenheid Hangt samen met psychosociale maturiteit Acceptatie van mislukkingen en successen Innerlijke vrede & harmonie 	<ul style="list-style-type: none"> Gevoel dat vele beslissingen fout waren, maar nu te weinig tijd Verbitterd en de komende dood niet aanvaarden Uitgedrukt als woede en minachting voor anderen Verzet en ontgoocheling Innerlijke onrust



Achter dit model zitten 2 ontwikkelingslijnen: elk van de 8 taken zou je hierin kunnen onderbrengen

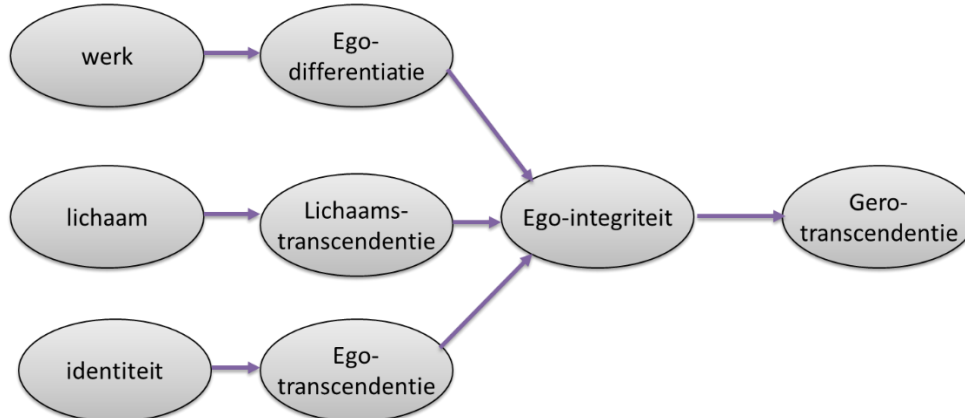
Taken: zelfdefinitie (eigen identiteit) en interpersoonlijke relaties. Wederkerige relatie tussen beide soorten taken!



2. Andere theorieën

2.1. Peck: verfijning

- (1) **Ego-differentiatie** tegenover preoccupatie met **werkrol**
Hun rol als werknemer verleent identiteit: pensioen: °leegte: wat nu?
Voor sommige moeilijk moment, anderen zien dit als een verrijking
- (2) **Transcendentie** van lichaam tegenover preoccupatie met **lichaam**
Lichamelijke capaciteiten en aantrekkelijkheid relativeren
- (3) **Ego-transcendentie** tegenover preoccupatie met het **ego**
Je bent niet belangrijkste persoon op de wereld
Afstand van de Rat Race
Niet meer gevoel je constant te moeten bewijzen



Gero-transcendentie: gaat wel vrij ver

Als soort Boeddhist onthecht raken van het leven. Filosofische, spirituele leven. Uzelf als een aaneenschakeling van generaties. Zeker niet alle anderen ontwikkelen dit.

- Link met **gerotranscendentietheorie**
- Tornstam: "... een verschuiving van metaperspectief, van een materialistische en rationele naar een meer kosmische en transcendente visie, normaliter gevolgd door een toename van de levenstevredenheid"
- Gevoel van kosmische eenheid en transcendentie
- Uit zich in contemplatie (versus blijvende investering in alledaagse dingen)

2.2. Labouvie-Vief

- **Affect-optimisatie** = capaciteit om positieve emoties te maximaliseren en negatieve emoties te reduceren
- Belangrijk in functie van omgaan met verlies van fysieke en mentale vermogens
- Meer **levendige** beschrijving van emotionele gebeurtenissen: meer "in touch" of harmonie
- **Emotie-gerichte coping**: meer emoties zelf aanpakken i.p.v. zich extern af te reageren
- Kortom: Emotionele experts!

Meesters in emotieregulatie

Positieve gebeurtenissen stijgen: genieten van kleine dingen

Negatieve dingen relativeren: ook grote dingen zoals dood vriend(in)

In touch met zichzelf, levendig en eerlijk

2.3. Reminiscentie en 'Life Review'

Reminiscentie	'Life Review'
Vertellen van verhalen over mensen, gebeurtenissen, gedachten en gevoelens uit verleden	<ul style="list-style-type: none">• De betekenis van ervaringen uit verleden evalueren• Is een vorm van reminiscentie• Leidt tot beter begrijpen van zichzelf<ul style="list-style-type: none">○ Helpt om gevoel van integriteit te bekomen○ Positieve welzijnseffecten

Reminiscentie: terug kijke naar leven. Bijzondere vorm van reminiscentie is life review.

Reminiscentie

- Focus op **zelf**:
 - Verveling tegengaan
 - Ontgoochelingen herbeleven
 - Ruminatie die wanhoop kan verergeren
Stoefen ofwel klagen
- Focus op **anderen**
 - Relaties met anderen versterken
 - Relaties met gestorven personen herbeleven
"Weet je nog toen we dat samen deden?"
- **Kennis-gebaseerd**
 - Op verleden en ervaring een beroep doen om huidige problemen op te lossen
 - Jongeren iets aanleren
Ervaringen van toen nuttig om problemen kleinkdn te verhelpen. Is beste voor de ego-integriteit

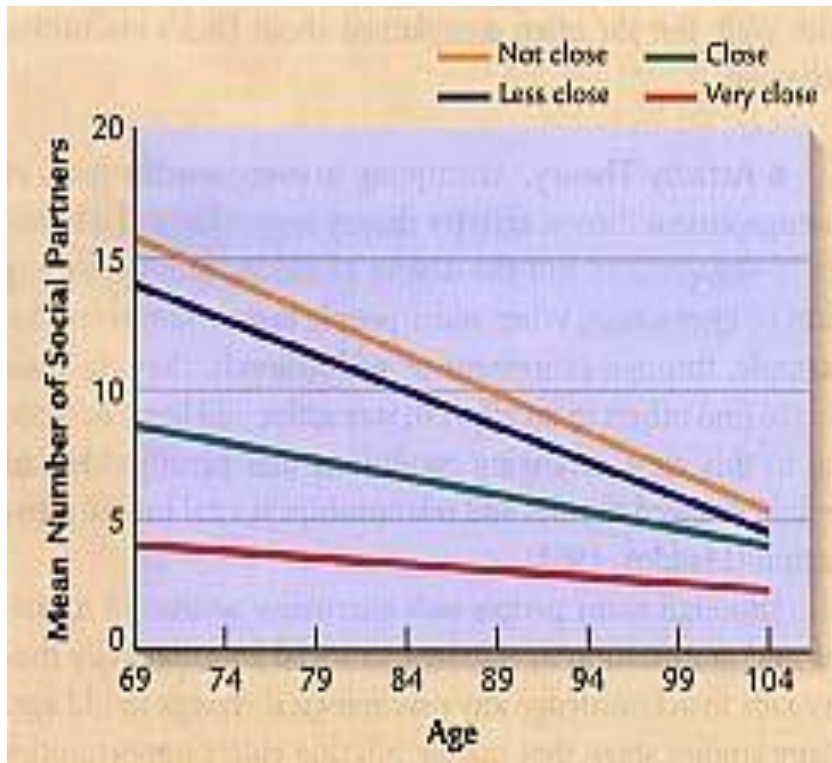
3. Zelfconcept

- Veilig, complex zelf-concept
 - Zelf-aanvaarding: positieve elementen zorgen voor aanvaarding van negatieve elementen
 - Een verhoopt of ideaal zelf-concept wordt geformuleerd
- Veranderende persoonlijkheidskenmerken
 - Vriendelijkheid: hoger: goed gehumeurd, genereus
 - Sociabiliteit (extraversie) daalt
 - Aanvaarding van verandering neemt toe

- Hoe accepteren ouderen verlies en kijken ze dood tegemoet? (nk?)
 - **Religie** = deelname aan religieuze activiteiten en rituelen om symbolische betekenis te geven aan leven en om te gaan met verlies
 - Meer dan 3/4 in USA zegt godsdienst is "erg belangrijk"
 - Meer dan helft woont vieringen bij
 - Geen universeel fenomeen

4. Sociale wereld

- **Paradox:** sociaal contact neemt af, welzijn neemt toe
 - Verschillende theorieën rond sociaal functioneren bij ouderen
- **(1) Disengagement theory** = wederzijds zich terugtrekken van ouderen en samenleving
 - Gevolg: eenmaal teruggetrokken is dood ouderen minder nefast voor samenleving
 - Geen sluitende verklaring voor paradox:
 - Vele ouderen blijven actief betrokken
 - Terugtrekking = fout van samenleving en geen persoonlijke keuze
Goed dat persoon zich aan de zijlijn stelt: goed voor de SL: moet aftakeling niet zien. Hoeft niet meer jezelf te betrekken => achterhaalde theorie!
- **(2) Activiteitstheorie:** Ouderen willen actieve rol blijven uitoefenen, maar krijgen hiertoe niet altijd de kans vanuit de samenleving
 - MAAR: Activiteit en grootte sociaal netwerk is geen goed voorspeller van welzijn
 - Bovendien: vele ouderen maken niet gebruik van sociale mogelijkheden
"Rust roest"! Rusthuizen: enorme activiteiten → faliekant afgelopen: men wou dat niet
- **(3) Continuïteitstheorie:** geen echte vervanging van sociale rollen door nieuwe, maar een voortzetting van sociale activiteiten die men gewoon is
 - Bezorgt een gevoel van continuïteit en identiteit
 - Sociale activiteiten en hobby's blijven vaak dezelfde
Actief zijn: link met wat je vroeger interessant vond
Pianist geweest, nu artrose: coachen van jgn: notenleer enzo...
- **(4) Socio-emotionele selectiviteitstheorie:** sociale netwerken worden selectiever; enkel de meest bevredigende overleven
Oppervlakkige laat je schieten, functie van soc contacten veranderd



- **Functie** van vriendschappen verandert:
 - Informatie vergaren
 - Bevestiging zoeken voor uniciteit
 - Emotieregulatie: vrienden die positieve interacties losmaken opzoeken
- Naargelang men ouder wordt: informatie zoeken neemt af, terwijl emotieregulatie toeneemt
- **Emotioneel evenwicht** neemt toe, want emotionele experts
 - met kalmte reageren op emotioneel stresserende situaties
 - positieve elementen zoeken in negatieve gebeurtenissen
- Dit verklaart toenames in welzijn ondanks kleiner sociaal netwerk:
 - meer selectief
 - meer emotioneel evenwichtige relaties