

Obsah

| | |
|--|----|
| Předmluva | 17 |
| ČÁST I. | |
| HISTORIE A TEORIE PSYCHOLOGIE ADOLESCENCE | |
| 1. Konceptualizace období dospívání a teoretické přístupy k adolescenci | 21 |
| 1.1 Co je charakteristické pro adolescenci | 21 |
| 1.2 Dospívání v historickém pohledu | 23 |
| 1.3 Teoretické přístupy k adolescenci | 27 |
| 1.3.1 <i>Adolescence jako bouře a konflikt</i> | 28 |
| 1.3.2 <i>Psychoanalytický pohled na dospívání</i> | 29 |
| 1.3.3 <i>Adolescence jako čas pro splnění vývojového úkolu</i> | 33 |
| 1.3.4 <i>Sociálně-kognitivní teorie adolescence</i> | 40 |
| 1.3.5 <i>Adolescence jako konceptualizace vlastního životního prostoru</i> | 43 |
| 1.3.6 <i>Adolescence jako utváření vlastního vývoje</i> | 45 |
| 1.3.7 <i>Teorie pozitivního vývoje</i> | 50 |
| 1.3.8 <i>Koncept vynořující se dospělosti</i> | 54 |
| Závěr | 55 |
| Literatura | 56 |
| ČÁST II. | |
| VÝVOJOVÉ ZMĚNY A PROCESY | |
| 2. Proměny a význam emocí | 65 |
| 2.1 Historie a současnost | 65 |
| 2.2 Emoční zkušenosti | 66 |
| 2.2.1 <i>Intenzita emocí</i> | 66 |
| 2.2.2 <i>Frekvence emocí</i> | 67 |
| 2.2.3 <i>Nestabilita emocí</i> | 68 |
| 2.2.4 <i>Emoční uvědomění a jasnost prožívání</i> | 69 |
| 2.2.5 <i>Proměny emočních spouštěčů během adolescence</i> | 71 |
| 2.3 Emoční dovednosti | 75 |
| 2.3.1 <i>Schopnost emoční regulace</i> | 75 |
| 2.3.2 <i>Úzkostnost a depresivita</i> | 77 |
| 2.3.3 <i>Empatie</i> | 79 |
| 2.3.4 <i>Genderové rozdíly v emočním prožívání a emoční regulaci</i> | 81 |
| 2.3.5 <i>Význam emočních dovedností v sociální adaptaci</i> | 83 |
| 2.4 Biologické faktory ovlivňující emoční vývoj během adolescence | 84 |
| 2.4.1 <i>Hormonální změny</i> | 85 |
| 2.4.2 <i>Neurologický vývoj</i> | 86 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 2.5 | Souvislosti mezi kognitivním a emočním vývojem | 88 |
| 2.6 | Emoce a sociální vztahy | 89 |
| 2.6.1 | Rodinné vztahy | 89 |
| 2.6.2 | Vrstevníci a sociální srovnávání | 91 |
| 2.6.3 | Romantické vztahy | 92 |
| 2.6.4 | Sociální sítě a online prostředí | 93 |
| 2.6.5 | Škola a vzdělávání | 94 |
| | Závěr | 95 |
| | Literatura | 96 |
| 3. | Kognitivní vývoj | 113 |
| 3.1 | Vývoj myšlení | 113 |
| 3.1.1 | Piagetovské pojetí a jeho variace | 113 |
| 3.1.2 | Postpiagetovský přístup k myšlení | 117 |
| 3.2 | Metakognice | 120 |
| 3.3 | Pokročilá teorie mysli | 122 |
| 3.4 | Přístup zaměřený na zpracování informací | 125 |
| 3.5 | Koncept kritických období | 130 |
| | Závěr | 134 |
| | Literatura | 134 |
| 4. | Proměny sebepojetí a sebehodnocení | 139 |
| 4.1 | Konceptualizace sebereflexe – sebepojetí a sebehodnocení | 139 |
| 4.2 | Vývojové změny | 144 |
| 4.2.1 | Časná adolescence | 144 |
| 4.2.2 | Střední adolescence | 147 |
| 4.2.3 | Pozdní adolescence a přechod do mladé dospělosti | 152 |
| | Závěr | 154 |
| | Literatura | 155 |
| 5. | Utváření osobní identity | 161 |
| 5.1 | Vymezení a konceptualizace osobní identity | 161 |
| 5.2 | Osobní identita a proces individuace v období dospívání | 162 |
| 5.2.1 | Identita jako hledání jistoty o sobě samém | 163 |
| 5.2.2 | Narativní identita a životní příběh v adolescenci | 166 |
| 5.2.3 | Identita a iniciativa | 168 |
| 5.3 | Výzkum identity | 169 |
| 5.3.1 | Statusový přístup | 169 |
| 5.3.2 | Dynamické duální modely | 170 |
| 5.4 | Změny, nebo vývoj identity v průběhu dospívání? | 174 |
| 5.5 | Oblasti identity a závazky | 176 |
| | Závěr | 178 |
| | Literatura | 179 |

ČÁST III. VZTAHY A CHOVÁNÍ

| | |
|--|-----|
| 6. Vztahy s rodiči a v rodině | 187 |
| 6.1 Vztahy mezi rodiči a dospívajícími: historická a soudobá perspektiva | 188 |
| 6.2 Rodinné prostředí jako klíčový zdroj podpory | 189 |
| 6.2.1 <i>Kvalita vztahů s rodiči a její vliv na psychickou pohodu dospívajících</i> | 190 |
| 6.3 Role rodičů a vazba v adolescenci: proměny vazbové hierarchie | 192 |
| 6.3.1 <i>Vazbové chování v adolescenci</i> | 193 |
| 6.3.2 <i>Vazbová hierarchie: význam, struktura a reorganizace</i> | 194 |
| 6.4 Podpora autonomie a explorační identity během adolescence | 195 |
| 6.4.1 <i>Emocionální autonomie</i> | 196 |
| 6.4.2 <i>Behaviorální autonomie</i> | 197 |
| 6.4.3 <i>Kognitivní autonomie</i> | 198 |
| 6.4.4 <i>Rovnováha mezi autonomií a rodičovským vedením</i> | 199 |
| 6.5 Význam otevřeného dialogu a proměny komunikačních vzorců | 200 |
| 6.6 Konflikty mezi rodiči a adolescenty | 201 |
| 6.6.1 <i>Vývoj a obsah konfliktů mezi adolescenty a rodiči</i> | 202 |
| 6.6.2 <i>Konflikty mezi rodiči: vliv na dospívající</i> | 203 |
| 6.6.3 <i>Typy rodičovských konfliktů a jejich vnímání adolescenty</i> | 203 |
| 6.6.4 <i>Dopady rodičovských konfliktů: emoce, myšlení a chování</i> | 204 |
| 6.6.5 <i>Vnitřní zpracování konfliktů: emoční jistota a kognitivně-kontextuální interpretace</i> | 205 |
| 6.6.6 <i>Strategie zvládání konfliktů</i> | 205 |
| 6.6.7 <i>Možnosti prevence: posilování odolnosti v rodině</i> | 206 |
| 6.6.8 <i>Protektivní faktory a podpůrné intervence v praxi</i> | 206 |
| 6.7 Rozvod a jeho vliv na adolescenty | 208 |
| 6.7.1 <i>Role pohlaví adolescenta a rodiče při adaptaci na rozvod</i> | 209 |
| 6.7.2 <i>Rozvod a změny v rodinné dynamice</i> | 210 |
| 6.7.3 <i>Prevence konfliktů a podpůrné intervence v kontextu rozvodu z hlediska adolescentů</i> | 210 |
| 6.8 Patchworkové rodiny s adolescenty | 212 |
| 6.8.1 <i>Faktory podporující budování vztahů v patchworkových rodinách</i> | 214 |
| 6.9 Spolurodičovství jako klíčový faktor vytváření podmínek pro optimální vývoj | 215 |
| 6.9.1 <i>Specifika spolurodičovství v patchworkových rodinách</i> | 215 |
| 6.9.2 <i>Doporučení pro patchworkové rodiny s adolescenty</i> | 216 |
| Závěr | 217 |
| Literatura | 218 |

| | |
|--|-----|
| 7. Vrstevnícké vztahy | 227 |
| 7.1 Změny prostředí a vývojové změny jako základ proměny vrstevníckých vztahů | 228 |
| 7.1.1 <i>Sociostrukturální změny</i> | 229 |
| 7.1.2 <i>Socioemoční vývojové změny</i> | 229 |
| 7.1.3 <i>Sociokognitivní vývojové změny</i> | 230 |
| 7.2 Homofilie jako klíčový faktor pro navazování a udržování funkčních vrstevníckých vztahů | 231 |
| 7.2.1 <i>Výběr vrstevníků (efekt selekce)</i> | 232 |
| 7.2.2 <i>Vrstevnícký vliv (efekt vlivu)</i> | 233 |
| 7.2.3 <i>Vyřazení vrstevníků (efekt deselekce)</i> | 238 |
| 7.3 Výběr, nebo vliv? Rozdílné role vrstevníckých procesů ve vybraných oblastech chování a postojů adolescentů | 239 |
| 7.3.1 <i>Sociodemografické charakteristiky</i> | 240 |
| 7.3.2 <i>Meziskupinové postoje</i> | 240 |
| 7.3.3 <i>Popularita</i> | 241 |
| 7.3.4 <i>Agresivní chování</i> | 241 |
| 7.3.5 <i>Delikventní chování</i> | 243 |
| 7.3.6 <i>Užívání návykových látek</i> | 243 |
| 7.3.7 <i>Internalizující chování</i> | 244 |
| 7.3.8 <i>Školní úspěšnost</i> | 245 |
| 7.3.9 <i>Cvičení a stravovací návyky</i> | 245 |
| Závěr | 246 |
| Literatura | 247 |
| 8. Romantické vztahy a význam lásky | 257 |
| 8.1 Vývojové teorie a role romantických vztahů | 258 |
| 8.1.1 <i>Výzkumné výzvy spojené s romantickými vztahy v adolescenci</i> | 260 |
| 8.2 Rané zkušenosti a první zamilovanost | 261 |
| 8.3 Vliv rodiny na romantické vztahy adolescentů | 262 |
| 8.4 Role vrstevníků a přátel | 263 |
| 8.5 Digitální technologie a komunikace v romantických vztazích | 264 |
| 8.6 Genderové rozdíly a společenské normy | 265 |
| 8.7 Emoční zralost a identita | 266 |
| 8.8 Dopady rozchodů | 269 |
| 8.9 Dopady romantických vztahů na přátelství a rodinu | 270 |
| Závěr | 271 |
| Literatura | 272 |
| 9. Zdraví, zdravotní chování a zdravotní rizika | 281 |
| 9.1 Zdraví u adolescentů | 282 |
| 9.2 Zdravotní chování adolescentů | 289 |
| 9.3 Rizikové zdravotní chování | 293 |

| | | |
|---|--|-----|
| 9.3.1 | <i>Alkohol</i> | 294 |
| 9.3.2 | <i>Drogy</i> | 295 |
| 9.3.3 | <i>Kouření</i> | 295 |
| 9.3.4 | <i>Nevhodné stravovací návyky</i> | 296 |
| 9.3.5 | <i>Rizikové pohybové aktivity</i> | 298 |
| 9.3.6 | <i>Chování vedoucí k úrazům</i> | 299 |
| 9.3.7 | <i>Chování spojené s násilím a agresivitou</i> | 300 |
| 9.4 | Rizikové sexuální chování | 302 |
| 9.4.1 | <i>Sexting</i> | 302 |
| 9.4.2 | <i>Předčasný a nechráněný pohlavní styk</i> | 303 |
| 9.5 | Rizikové chování chronicky nemocných | 303 |
| | Závěr | 305 |
| | Literatura | 306 |
| 10. | Psychosexuální vývoj a sexuální chování | 315 |
| 10.1 | Trendy v sexuálním chování adolescentů | 316 |
| 10.2 | Faktory související se sexuálním chováním | 318 |
| 10.3 | Sexuální dospívání a digitální média | 319 |
| 10.3.1 | <i>Koho se časté sledování pornografie týká?</i> | 321 |
| 10.4 | Vliv sexuálních obsahů na postoje v oblasti sexu | 323 |
| 10.5 | Vliv sexuálních obsahů na sexuální chování | 324 |
| 10.5.1 | <i>Pornografie a „závislost“ u dospívajících</i> | 325 |
| | Závěr | 326 |
| | Literatura | 328 |
| ČÁST IV. | | |
| SOCIÁLNÍ A NORMATIVNÍ KONTEXT ŽIVOTA ADOLESCENTŮ | | |
| 11. | Sociokulturní pohled na současný vývoj v adolescenci | 339 |
| 11.1 | Sociokulturní psychologie dospívání | 340 |
| 11.2 | Přechody a zdroje ve vývoji dospívajících | 341 |
| 11.3 | Aktuální témata a osobní výzvy na cestě do dospělosti | 344 |
| 11.3.1 | <i>Budoucnost jako horizont</i> | 344 |
| 11.3.2 | <i>Volba povolání, volný čas a vstup na trh práce</i> | 345 |
| 11.3.3 | <i>Alternativní kultury a třetí prostory</i> | 347 |
| 11.3.4 | <i>Sociální média, symbolické zdroje</i> | 348 |
| 11.3.5 | <i>Společenské krize</i> | 349 |
| | Závěr | 351 |
| | Literatura | 353 |
| 12. | Role digitálních technologií | 363 |
| 12.1 | Přehled používání technologií u českých adolescentů | 364 |
| 12.2 | Používání technologií a sociální život dospívajících | 366 |

| | | |
|------------|--|-----|
| 12.2.1 | <i>Interakce s neznámými lidmi z internetu</i> | 368 |
| 12.2.2 | <i>Sexting</i> | 370 |
| 12.3 | Používání digitálních technologií a psychický well-being adolescentů | 371 |
| 12.3.1 | <i>Kyberagrese jako negativní fenomén: kyberšikana a kybernenávist</i> | 372 |
| 12.4 | Digitální technologie a zdraví | 375 |
| 12.4.1 | <i>Excesivní používání internetu u českých adolescentů</i> | 376 |
| | Závěr | 378 |
| | Literatura | 379 |
| 13. | Škola a vzdělávání | 387 |
| 13.1 | Adolescent jako žák | 389 |
| 13.2 | Organizace sekundárního vzdělávání | 393 |
| 13.2.1 | <i>Víceletá gymnázia</i> | 394 |
| 13.2.2 | <i>Vyšší sekundární školství</i> | 396 |
| 13.2.3 | <i>Přechodové ročníky</i> | 398 |
| 13.3 | Tranzice v adolescenci | 399 |
| 13.3.1 | <i>Tranzice z primární školy</i> | 402 |
| 13.3.2 | <i>Tranzice do střední školy</i> | 404 |
| 13.4 | Výsledky českých adolescentů | 406 |
| | Závěr | 408 |
| | Literatura | 409 |
| 14. | Kariérový rozvoj a vývojové úkoly | 419 |
| 14.1 | Kariérový rozvoj | 420 |
| 14.1.1 | <i>Vývojověpsychologický přístup</i> | 420 |
| 14.1.2 | <i>Kariérová zralost jako předpoklad zvládnutí kariérových vývojových úkolů</i> | 421 |
| 14.1.3 | <i>Kariérová adaptabilita</i> | 422 |
| 14.1.4 | <i>Klíčové oblasti kariérové připravenosti adolescentů</i> | 424 |
| 14.2 | Adolescentní žáci při přechodu mezi základní a střední školou | 425 |
| 14.2.1 | <i>Podstata volby další vzdělávací a profesní dráhy na konci základní školy</i> | 427 |
| 14.2.2 | <i>Dílčí etapy rozhodování o další vzdělávací a profesní dráze a jejich aktéři</i> | 427 |
| 14.3 | Pozdní adolescence jako křižovatka mezi dalším vzděláváním a trhem práce | 430 |
| | Závěr | 431 |
| | Literatura | 432 |
| 15. | Morálka | 441 |
| 15.1 | Adolescence jako klíčové období pro morální formování | 442 |
| 15.2 | Dospívání v reflexi teorií morálky | 443 |
| 15.2.1 | <i>Kognitivní vývoj morálního uvažování</i> | 443 |
| 15.2.2 | <i>Mužská a ženská morálka</i> | 444 |

| | | |
|--------|---|-----|
| 15.2.3 | <i>Sociální perspektiva morálního usuzování</i> | 445 |
| 15.2.4 | <i>Prosociální morální uvažování</i> | 446 |
| 15.2.5 | <i>Morální identita</i> | 447 |
| 15.2.6 | <i>Morální kompetence</i> | 448 |
| 15.3 | Novější modely morálky adolescentů | 449 |
| 15.3.1 | <i>Morální základy</i> | 449 |
| 15.3.2 | <i>Morálka jako spolupráce</i> | 450 |
| 15.4 | Morální chování | 450 |
| 15.4.1 | <i>Morální vyvázání/odpojení</i> | 451 |
| 15.5 | Faktory ovlivňující morálku dospívajících | 452 |
| 15.5.1 | <i>Rodina</i> | 452 |
| 15.5.2 | <i>Vrstevníci</i> | 453 |
| 15.5.3 | <i>Sociální média</i> | 454 |
| | Závěr | 455 |
| | Literatura | 457 |
| 16. | Občanská socializace | 467 |
| 16.1 | Občanské postoje a chování současných adolescentů | 469 |
| 16.2 | Historie přístupů k občanské socializaci | 474 |
| 16.3 | Procesy občanské socializace | 475 |
| 16.3.1 | <i>Občanská socializace jako utváření identity</i> | 475 |
| 16.3.2 | <i>Občanská socializace jako sociální učení</i> | 476 |
| 16.3.3 | <i>Občanská socializace jako aktivita</i> | 477 |
| 16.3.4 | <i>Občanská socializace jako proměna způsobu uvažování nad světem</i> | 478 |
| 16.4 | Charakteristiky jednotlivce | 479 |
| 16.4.1 | <i>Dispozice</i> | 479 |
| 16.4.2 | <i>Zdroje</i> | 480 |
| 16.4.3 | <i>Vyzývací charakteristiky</i> | 481 |
| 16.5 | Prostředí občanské socializace | 482 |
| 16.5.1 | <i>Mikrosystémy</i> | 482 |
| 16.5.2 | <i>Mezosystémy</i> | 483 |
| 16.5.3 | <i>Makrosystém</i> | 484 |
| 16.6 | Kontinuita a diskontinuita občanské socializace | 485 |
| | Závěr | 487 |
| | Literatura | 488 |
| 17. | Religiozita a spiritualita | 499 |
| 17.1 | Vymezení pojmu religiozita a spiritualita | 499 |
| 17.1.1 | <i>Religiozita</i> | 499 |
| 17.1.2 | <i>Spiritualita</i> | 500 |
| 17.1.3 | <i>Religiozita a spiritualita v kontextu České republiky</i> | 500 |

| | | |
|---|--|-----|
| 17.2 | Význam religiozity a spirituality v dospívání | 501 |
| 17.3 | Faktory ovlivňující formování religiozity a spirituality | 502 |
| 17.3.1 | <i>Rodinné prostředí</i> | 502 |
| 17.3.2 | <i>Institucionalizovaná náboženská výchova</i> | 503 |
| 17.3.3 | <i>Vliv vrstevníků</i> | 504 |
| 17.3.4 | <i>Média a literatura</i> | 505 |
| 17.4 | Vývoj religiozity a spirituality v období dětství a dospívání | 506 |
| 17.4.1 | <i>Fowlerův model vývoje náboženského myšlení</i> | 507 |
| 17.4.2 | <i>Vývoj vztahu k Bohu</i> | 507 |
| 17.4.3 | <i>Změny v náboženské a spirituální praxi v období adolescence</i> | 509 |
| 17.5 | Role náboženství a spirituality ve zdravém vývoji adolescentů | 510 |
| 17.5.1 | <i>Rizika související s obdobím dospívání</i> | 510 |
| 17.5.2 | <i>R/S jako protektivní faktory v oblasti zdraví</i> | 511 |
| 17.5.3 | <i>R/S a zdravé chování adolescentů</i> | 511 |
| 17.5.4 | <i>Potřeba harmonie mezi náboženskou praxí a duchovním prožíváním</i> | 513 |
| | Závěr | 514 |
| | Literatura | 515 |
| ČÁST V. | | |
| SPECIFICKÉ OBLASTI OSOBNÍ ZKUŠENOSTI | | |
| 18. | Vnímání vlastního těla | 525 |
| 18.1 | Negativní a pozitivní body image | 526 |
| 18.2 | Viditelné odlišnosti | 528 |
| 18.3 | Genderová identita a body image | 529 |
| 18.4 | Vliv vrstevníků, rodičů a médií | 532 |
| | Závěr | 536 |
| | Literatura | 537 |
| 19. | Jaké je to být queer – genderová a sexuální identita v rozmanitosti | 543 |
| 19.1 | Základní koncepty a terminologie | 544 |
| 19.1.1 | <i>Identity a přitažlivost</i> | 544 |
| 19.2 | Genderová a sexuální identita adolescentů | 547 |
| 19.2.1 | <i>Genderová identita</i> | 548 |
| 19.2.2 | <i>Sexuální identita</i> | 552 |
| 19.3 | Další souvislosti s vývojem queer identit | 554 |
| 19.3.1 | <i>Model menšinového stresu</i> | 555 |
| 19.3.2 | <i>Kontext sociálního prostředí</i> | 557 |
| 19.3.3 | <i>Kontext osobního vývoje a postojů</i> | 558 |
| | Závěr | 559 |
| | Literatura | 559 |

| | |
|--|-----|
| 20. Jaké je to být nadaným či nadanou | 569 |
| 20.1 Jak uvažovat o nadání v adolescenci | 570 |
| 20.2 Intelektový vývoj | 571 |
| 20.3 Nadání adolescenti a škola | 572 |
| 20.3.1 Akcelerace, diferenciaci a mentoring | 573 |
| 20.3.2 Podvýkon | 573 |
| 20.3.3 Výběr vhodné vzdělávací dráhy | 574 |
| 20.4 Nadání adolescenti a sociální vztahy | 576 |
| 20.4.1 Vztahy s vrstevníky | 576 |
| 20.4.2 Vztahy s rodiči | 577 |
| 20.5 Osobnostní vývoj | 579 |
| 20.5.1 Identita | 579 |
| 20.6 Specifické skupiny nadaných adolescentů | 581 |
| 20.6.1 Adolescenti s dvojí výjimečností | 581 |
| 20.6.2 Nadané dívky, nadaní chlapci | 583 |
| Závěr | 583 |
| Literatura | 584 |
| 21. Jaké je to být osamělým či osamělou | 591 |
| 21.1 Teoretické přístupy k osamělosti | 592 |
| 21.2 Vývojové, genderové a zdravotní souvislosti s osamělostí | 594 |
| 21.2.1 Některé vývojové aspekty osamělosti | 594 |
| 21.2.2 Osamělost u chlapců a dívek | 598 |
| 21.2.3 Důsledky osamělosti pro zdraví adolescentů | 600 |
| 21.3 Sociální kontext osamělosti | 603 |
| 21.3.1 Osamělost adolescentů a vrstevnické vztahy | 603 |
| 21.3.2 Osamělost adolescentů v síti rodinných vztahů a její vliv na vztah k učiteli | 606 |
| 21.3.3 Osamělost adolescentů ve školním prostředí | 607 |
| Závěr | 612 |
| Literatura | 612 |
| ČÁST VI. | |
| ADOLESCENCE A SPOLEČENSKÉ ZMĚNY | |
| 22. Čeští adolescenti na počátku nového století: proměňuje se životní zkušenost a kvalita života? | 625 |
| 22.1 Generace na konci abecedy: sociologická perspektiva | 625 |
| 22.1.1 Generace X | 626 |
| 22.1.2 Generace Y | 627 |
| 22.1.3 Generace Z | 628 |
| 22.2 Společenský kontext života českých adolescentů: vývojové metafory pro období 1990–2020 | 630 |

| | | |
|--------|--|-----|
| 22.2.1 | <i>Devadesátá léta – období společenského dospívání, moratoria a hledání identity</i> | 630 |
| 22.2.2 | <i>Nové milénium – období mladé dospělosti</i> | 631 |
| 22.2.3 | <i>Druhé desetiletí 21. století – krize „dospělé identity“ v globální společnosti a digitálním světě</i> | 632 |
| 22.3 | Výzkumy proměn každodenní zkušenosti adolescentů | 633 |
| 22.3.1 | <i>Projekt Euronet</i> | 633 |
| 22.3.2 | <i>Projekt Social Contract</i> | 635 |
| 22.3.3 | <i>Projekt HBSC</i> | 635 |
| 22.3.4 | <i>Projekt EUKO</i> | 636 |
| 22.4 | Chování a osobní zkušenosti dospívajících v období 1990–2020: výzkumné výsledky | 636 |
| 22.4.1 | <i>Denní aktivity</i> | 636 |
| 22.4.2 | <i>Běžné denní těžkosti</i> | 637 |
| 22.4.3 | <i>Způsoby zvládání denních obtíží</i> | 638 |
| 22.4.4 | <i>Hodnocení vlastního zdraví</i> | 639 |
| 22.4.5 | <i>Sebepojetí a sebehodnocení</i> | 640 |
| 22.4.6 | <i>Budoucí očekávání a cíle</i> | 640 |
| 22.4.7 | <i>Životní spokojenost</i> | 641 |
| | Závěr | 642 |
| | Literatura | 644 |
| | A nakonec něco málo „rad“ na cestu dospíváním... | 649 |
| | Souhrn | 653 |
| | Summary | 655 |
| | Rejstřík věcný | 657 |
| | Rejstřík jmenný | 661 |