

OBSAH

Úvodem	7
1. Psychické zdraví	9
2. Psychologický kontext vývoje psychické odolnosti	13
2.1 Socializace – obecné principy	13
2.1.1 Teoretické přístupy	14
2.1.2 Internalizace	18
2.1.3 Strach	19
2.1.4 Imitace a pozorování	22
2.2 Socializace ve vývoji dítěte	22
2.2.1 Socializace kojence	24
2.2.2 Socializace batolete	28
2.2.3 Socializace předškolního dítěte	30
2.3 Individuace	40
2.3.1 Teoretické modely odolné osobnosti	43
2.3.2 Další aspekty vyrovnávání se zátěžovými situacemi	52
3. Vnímaná osobní účinnost (self-efficacy)	56
3.1 Sociálně kognitivní teorie	56
3.1.1 Učení podle důsledků chování	58
3.1.2 Učení podle modelu	59
3.2 Koncept vnímané osobní účinnosti (self-efficacy)	63
3.2.1 Zdroje a projevy vnímané osobní účinnosti	65
3.3 Vývoj vnímané osobní účinnosti u dětí	67
3.3.1 Vysoká vnímaná osobní účinnost	74
3.3.2 Zkušenost se zvládnutím úkolu	76
3.3.3 Psychická imunizace	77
3.3.4 Vnímaná osobní účinnost zjištěná v našem výzkumu	80
4. Možnosti zjišťování úrovně psychické odolnosti v praxi	82
4.1 Důvody pro kvalitativní přístup k otázce psychické odolnosti	83
4.2 Problematika práce a výzkumu s malými dětmi	84
4.3 Metody pro zjišťování psychické odolnosti dítěte	85
4.3.1 FPSS – Dotazník pro zjištění praktické a sociální samostatnosti	85

4.3.2	Skoky	87
4.3.3	Pozorování v přirozených a strukturovaných situacích	89
4.3.4	DOVE – dotazník obecné vlastní efektivity	95
4.3.5	Polostrukturovaný rozhovor – Test bezpečné vzdálenosti	96
4.3.6	Hodnocení psychické odolnosti	97
5.	Zjištěná závislost mezi vnímanou osobní účinností dítěte a přístupem rodičů	99
5.1	Rozsah a kvalita možnosti získávat praktické zkušenosti	99
5.1.1	Výsledky z rozhovoru nad podnětovými fotografiemi	99
5.1.2	Index bezpečné vzdálenosti	101
5.1.3	Rozhovor nad dotazníkem FPSS	101
5.1.4	Reakce matek na dítě při řešení úkolu	102
5.2	Vliv poskytovaných zkušeností na vnímanou osobní účinnost dítěte	105
5.2.1	Děti s vysokou vnímanou osobní účinností	105
5.2.2	Děti s nízkou vnímanou osobní účinností	109
5.3	Další zajímavé výsledky a postřehy	112
5.4	Shrnutí poznatků o souvislostech mezi vnímanou osobní účinností a působením rodičů	112
6.	Jak provázet dítě k vyšší psychické odolnosti	115
6.1	Začít u sebe	117
6.2	Prostor při řešení úkolu	120
6.3	Odměny a tresty	121
6.4	Jak chválit a nechválit	122
6.5	Reakce na neúspěch dítěte	123
6.6	Povinnosti a práce	125
6.7	Zkušenost s kontakty s dalšími lidmi	125
6.8	Hry a techniky pro posílení psychické odolnosti dítěte	128
6.8.1	Kooperativní hry	130
6.8.2	Komunikativní hry	132
6.8.3	Hry pro získání pocitu síly	134
6.9	Příběhy a jejich přehrávání	138
6.10	Příprava na zátěžové situace – návštěva lékaře	140
7.	Závěr	145
8.	Summary – Self-efficacy in preschool children	147
9.	Zusammenfassung – Selbstwirksamkeit bei Vorschulkindern	148
	Literatura	149
	Rejstřík věcný	158
	Rejstřík jmenný	160