

1.2.2.2. Erik Erikson – teoria rozwoju psychospołecznego

Erik Erikson jest jednym z przedstawicieli współczesnej teorii dynamicznej określającym sam siebie jako uczeń Freuda. Stworzył on, podobnie jak Jung alternatywną wobec Freudowskiej psychoanalizy koncepcję rozwoju osobowości. Nazywana jest ona psychospołeczną teorią rozwoju (a czasami kryzysowego rozwoju osobowości). Opiera się ona na wykorzystywanej również przez Piageta zasadzie epigenetycznej i podziale rozwoju człowieka na kolejne stadia. Zasada epigenetyczna jako termin została zapożyczona z embriologii i oznacza pewne założenia co do zasad wyłaniania się w trakcie rozwoju kolejnych stadiów, które: (Hall i in., 2006)

- a. Są oparte na podłożu tj. osiągniętych rezultatach rozwojowych wypracowanych w trakcie stadiów wcześniejszych.
- b. Dane stadium dominuje tak długo, dopóki nie rozwiną się wszystkie związane z nim dyspozycje, stanowiące osobowościowe podłoże do wejścia w kolejne stadium.
- c. Są uporządkowane w pewien kierunek - prowadzący poprzez kolejne dominacje różnych funkcji do ostatecznego wyłonienia się wszystkich części składowych tworzących całość.

Stadia rozwojowe zaproponowane przez Eriksona są ułożone w ściśle określonej kolejności i osadzone w ogólnych ramach czasowych życia jednostki. Autor opisuje osiem stadiów, z czego cztery dotyczą niemowlęstwa i dzieciństwa a trzy dorosłości. Rozdziela je stadium „dorastania”, które wg autora ma kluczowe znaczenie dla życia jednostki – stąd w teorii eriksonowskiej tak duże znaczenie mają terminy takie, jak tożsamość, kryzys tożsamości czy pomieszanie tożsamości (Hall i in., 2006).

Każde ze stadiów autor opisuje za pomocą szeregu charakterystyk: opisu psychoseksualno-funkcjonalnego, podstawowego kryzysu psychospołecznego (dwóch wartości) – który stanowi jądro każdego stadium, zasięgu znaczących relacji, podstawowej mocnej strony (tzw. cnoty), możliwej głównej patologii, zasad porządku społecznego, rytualizacji i rytualizmu (Hall i in., 2006). Taki opis odróżnia się od pełnego strukturalnych podziałów opisu osobowości u Freuda (zawierającego opisy wyodrębnionych struktur: ego, id, superego). Erikson podkreśla proces tworzenia i

str. 26

organizowania się osobowości, w którym wzajemnie splecione są cielesność, procesy psychiczne jednostki oraz realność życia społecznego (tzw. soma-psyche-polis). Ważność sprawczego i kreacyjnego charakteru jednostki oraz ukierunkowanie teleologiczne są podkreślane poprzez użycie przez Eriksona terminu *twórcze ego*. Jest to wyraźnym odejściem od idei *obronnego ego*, które tak opisane przez Freuda podkreśla przede wszystkim jego defensywny charakter (Zbonikowski, 2005). Również szczególne podkreślany przez Eriksona społeczny (nawet w nazwie teorii - ‘psychospołecznej’) kontekst rozwoju tj. umiejscowienie go w sieci ludzi, relacji i pokoleń – wspiera budowanie optymistycznej wizji rozwoju – dalekiej od obecnego u Freuda redukcjonistycznego determinizmu, skoncentrowania się na patologiach oraz poszukiwaniu umiejscowionych w przeszłości przyczyn losu (*‘jak gdzie i kiedy to się wszystko zaczęło’*) (Hall i in., 2006).

Eriksonowski proces rozwoju oparty o wielopoziomową regulację i ogólną równowagę jest związany z trzema komponentami:

1. Organizmicznym – dotyczącym przemian rozwojowych, opisanej wyżej zasady epigenetycznej oraz rozwoju libido.
2. Organizacją doświadczenia poprzez jego syntezę dokonywaną przez ego.
3. Społecznym – obejmującym umiejscowienie jednostki kontekstach ważnych dla społeczności: w dziejach historycznych, umiejscowieniu geograficznym, współbyciu we wspólnotach oraz relacjach.

Szczególnie interesujące są opisane przez Eriksona kryzysy wartości oraz cnoty (i patologie) umożliwiające (lub nie) rozwiązywanie przez jednostkę problemów z okresów wcześniejszych w nowy sposób. Cnotom przypisał autor funkcje nadawania określonych sensów przeżyciom, myślom i działaniom. Opisy stadiów przygotowane przez Eriksona są nieostre, wręcz artystyczne i wieloznaczne – wymykające się strukturom. Centralne miejsce opisu każdego stadium zajmuje obraz kluczowego wewnętrznego konfliktu (kryzysu), z którym osoba musi się zmierzyć. Jeżeli jednostka poradzi sobie z konfliktem w sposób adaptacyjny integracja zdobytych doświadczeń umożliwia jej na przejście na kolejny poziom rozwojowy - budujący wzrastające poczucie wewnętrznej jedności i umożliwiającą realizację wyższych wartości. Siły

str. 27

witalne wywodzące się z pozytywnego rozwiązania kryzysu rozwojowego Erikson nazywa cnotami (ang. *vitae*) (Socha i in., 2000). Możliwy jest również scenariusz negatywny tj. regresywne nieprzepracowanie kryzysu, które prowadzić może do utrwalenia się negatywnej właściwości ego (np. nieufność - zamiast ufności, poczucie wstydu i zwątpienia - zamiast autonomii, poczucie winy – zamiast inicjatywy, poczucie niższości - zamiast pracowitości). Mimo, iż każde stadium ma wskazany kluczowy kryzys – ważne jest zrozumienie, iż nie istnieje on tylko w czasie trwania danego stadium. Podłoże do kryzysu kształtuje się już w stadiach wcześniejszych a jego konsekwencje i skutki sposobu jego przepracowania wpływają na wszystkie następne stadia (Hall i in., 2006).

Dlatego też mimo, że pierwsze pięć stadiów nie dotyczy *sensu stricto* ludzi dorosłych – zdecydowałem się przedstawić opisy wszystkich stadiów, które zostaną opisane w dalszej części rozdziału – opracowane na podstawie (Hall i in., 2006), (Oleś, 2003) oraz (Socha i in., 2000).

Stadium okresu niemowlęcego

W okresie tym kształtuje się podstawowa ufność lub nieufność dziecka do świata. Jest ona opisana przez Eriksona jako ‘przedrefleksyjne zadomowienie w otoczeniu’ (objawiające się np. w postaci spokojnego snu niemowlęcia) oraz możliwość współlistnienia z zagrożeniami. Na jego kształtowanie wpływ ma przede wszystkim jakość więzi macierzyńskiej – przekazywana dziecku w postaci komunikatów werbalnych i niewerbalnych matki. Obejmuje ona m.in. jej nastawienie do ciąży, dziecka, karmienia i opieki oraz sposób odstawienia dziecka od piersi.

Gdy ta kondycja egzystencjalna wykształci się poprawnie - pozwala ona dziecku na oczekiwanie i spodziewanie się minimum komfortu w interakcji z otoczeniem co prowadzi do wykształcenia się cnoty nadziei. Pojawiające się zjawiska inkorporowania, przywłaszczania czy ząbkowania są związane z napięciami oralnymi oraz sensoryczno-kinestetycznymi. Gdy matka potrafi budować więź z dzieckiem w taki sposób, że bez szkody dla niemowlęcia zajmuje się również swoimi sprawami (dziecko uczy się czasami czekać na nią a kolejne epizody potwierdzają, że pewnością jest, że wróci) rośnie zaufanie

do matki oraz do siebie – co ma wpływ na radzenie sobie z własnymi impulsami. Wyształca się podstawowy sposób dawania i brania (aktywny lub bierny).

Jeżeli matka nie potrafi budować więzi – u dziecka może pojawić się frustracja bezpieczeństwa i miłości prowadząca do zwiększanie ryzyka pojawienia się w dalszym rozwoju: autyzmu, depresji, chłodu społecznego i wycofania oraz poczucia separacji i odrzucenia. W tym stadium matka jest postacią ubóstwianą, więc rytualizmem jest idolizm mogący w dalszych etapach rozwoju (również życiu dorosłym) objawiać się skłonnością do bezkrytycznego, wręcz bałwochwalczego kultu bohaterów czy idoli.

Stadium okresu wczesnego dzieciństwa (lata 2..3)

Stadium te jest zogniskowane wokół doświadczenia autonomii, poznawania granic swoich oraz innych osób. Kluczową rolę na tym etapie ma rozwinięta wcześniej ufność, wsparcie rodziców oraz sposób radzenia sobie ze sprzecznymi tendencjami. Jest to oddalanie się matki i poczucie odrzucenia, które może pojawiać się, gdy wraca ona już powoli do części swoich obowiązków. Jest to również stresujący dla dziecka czas treningu czystości, w którym pojawiają się zmagania ze sprzecznymi tendencjami powstrzymywania i wydalania. W komunikacji niewerbalnej pojawiają się granice (*moje/twoje, wolno/nie wolno*).

Gdy kryzys zostanie przez dziecko przepracowany z sukcesem pojawia się cnota woli – związana ze swobodnym podejmowaniem decyzji i wyborów, umiejętności odraczania gratyfikacji oraz powściągnięcia wyrażania gwałtownych emocji.

Gdy rodzice będą zawstydzają dziecko lub zachowania będą zbyt rygorystyczne (przymus i sztywność reguł) może to spowodować u dziecka pojawienie się wstydu i niepewności objawiające się poprzez np. nocne moczenia, zachowania regresywne (ssanie palca) lub wrocie/agresywne.

Negatywne skutki kłopotów w przepracowaniu kryzysu tego etapu, które mogą pojawiać się na dalszych etapach rozwoju to rytualizm legalizmu tj. trzymanie się sztywno litery prawa bez względu na skutki, moralizatorstwo, formalizm i obłuda. Nerozwiazany konflikt może prowadzić do pojawienia się dążeń do posiadania, dominacji i demonstracji woli lub paradoksalnie niezdolności do posiadania

str. 29

czegokolwiek lub kogokolwiek i wymuszoną uległością i powściągliwością. Objawia się to w nienawistnym domaganiu, uporze i nieustępliwości i stosowaniu przymusu. Mogą pojawić się kłopoty z radzeniem sobie z impulsami co w konsekwencji prowadzi do częstych niepowodzeń i frustracji.

Stadium wieku zabawy (lata 4..5)

Na tym etapie rozwojowym pojawia się ważne zdolności poruszania i porozumiewania się. Dzięki temu możliwe staje się (oparte na wcześniej zbudowanej cnocie woli) przejawianie inicjatywy dziecka w obszarze zupełnie nowych celów związanych z mobilnością oraz mową. Pojawia się funkcjonowanie lokomocyjne i tzw. styl intruzywny objawiający się na wchodzeniu i wciskaniu się w różne miejsca ale również odpychaniu i atakowaniu innych. Dziecko zaczyna też obserwować siebie i porównywać się do innych. Pojawiają się oceny, naśladownictwo ludzi innych niż rodzice oraz pierwsze wyobrażenia ról społecznych (na tym etapie rytualizacja przyjmuje postać dramatyczną tj. odgrywania ról). Dziecko dzięki mobilności i może przejść do innych, opuścić ich oraz komunikować się z nimi. Kryzys psychospołeczny rozpięty jest tutaj pomiędzy poczuciem inicjatywy a poczuciem winy.

Jeżeli będzie przepracowany z sukcesem – wygra inicjatywa. Pojawia się więc zręby zjawiska współdziałania z innymi, rywalizacji w dążeniach do celów oraz poczucie przyjemności i satysfakcji z osiągnięć, przebojowości, zdrowej ambicji i siły w dążeniu do celów. Wykształci się cnota zdecydowania (*‘jestem tym, kim potrafię sobie wyobrazić, że będę’*).

Patologię mogą spowodować rodzice, którzy będą np. ucinać lub karać inicjatywę (np. nadmiernie ostrożni lub perfekcjonistycznie niepozwalający na pojawienie się błędów) co może spowodować zahamowanie inicjatywy. Osoba wówczas nie inicjuje aktywności. Druga odsłona negatywnego bieguna to nadmierne skoncentrowanie się na inicjatywie i brak równowagi w tym zakresie. W kolejnych etapach życia może to skutkować pojawieniem się: poczucia niezastąpioności, niezdrowej ambicji, patologicznego dążenia do sukcesów czy niezaspokojonej potrzeby osiągnięć. Mamy wówczas do czynienia z osobami, które są w ciągłym pędzie i w ciągłym napięciu poszukują kolejnych aktywności a ograniczenia w funkcjonowaniu może wprowadzić

str. 30

tylko pojawienie się choroby. Rytualizm polega na wcielaniu się w role, których funkcją jest ukrywanie swojego ja (negacja autentyczności).

Stadium wieku szkolnego

Jest to etap najbardziej znaczący społecznie, w którym w kryzysie ważą się pracowitość i poczucie niższości. Dziecko rozpoczynając swoje zaangażowanie w kolejne zadania (domowe i szkolne) realizuje swoją potrzebę bycia produktywnym. Jednocześnie ćwiczy się w pilności, szczegółowości i przykładaniu się do obowiązków. Najczęściej wiąże się z mentorem (np. nauczycielem), który staje się prototypowym przewodnikiem dziecka. Jest to najczęściej dorosły, który potrafi docenić wysiłki i umiejętności dziecka.

Gdy kryzys zostanie przepracowany pozytywnie (w kierunku pracowitości) – dziecko wytworzy cnotę kompetencji. Stanie się produktywnym wytwórcą i będzie mogło swobodnie wykorzystywać swój potencjał, umiejętności i inteligencję. W ramach rytualizacji wytworzy sekwencje działań, w których czuje się pewnie i które zapewniają mu wysoką jakość wykonywania zadań (fachowość).

Zagrożeniem związanym z negatywnym przepracowaniem kryzysu jest poczucie niższości, które sprawia, iż zamiast eksplorować świat, zdobywać własne doświadczenia i wiedzę dziecko zostanie w bezpiecznym domu „u mamy” wykształcając jednocześnie poczucie braku kompetencji i nieodpowiedniości. Zostanie ‘małym dzieckiem w domu’ zamiast ‘dużym chłopcem w szkole’. Niesie to ze sobą ryzyko pojawienia się kompulsywnego porównywania się z ojcem i stałe przeżywanie infantylnego poczucia niższości. W wieku dojrzałym możliwe wówczas jest pojawianie się passusów beczynności lub wypaczonego rytualizmu, jakim jest formalizm polegający bezsensownym powtarzaniu pustych rytuałów.

Stadium dorastania

To stadium wg Eriksona pełni najważniejszą rolę w całym życiu jednostki. W okresie pokwitania kluczowym wyzwaniem staje się dla jednostki kryzys tożsamości. Młody adolescent poszukuje odpowiedzi na pytanie ‘*kim jestem?*’. W poszukiwaniu swojej tożsamości i na podstawie wcześniejszych doświadczeń oraz swoich wyobrażeń o

str. 31

przyszłości dokonuje wyboru różnych ról społecznych (zawodowej, seksualnej, osobistej). Ten niezwykle obciążający proces niesie ze sobą dużą dawkę stresu. Presję społeczną zwiększają dodatkowo wydarzenia, które są nacechowane oceną i koniecznością dokonywania wyboru np. świadectwo ostatniej klasy szkoły podstawowej, egzaminy czy konkursy, decyzja dotycząca kierunku dalszego kształcenia. Wszystko to sprawia, że młody nastolatek dość często denerwuje się. Pojawiają się konflikty, które są tym większe im większe wymagania stawia wobec niego jego najbliższe otoczenie.

Gdy kryzys zostanie rozwiązany pozytywnie – na podstawie decyzji co do podjętych dorosłych ról sformuje się spójne i integralne poczucie własnej tożsamości. Warunkiem sukcesu jest często występowanie tzw. moratorium tj. świadomość możliwości odroczenia decyzji i oddalenie odpowiedzialnej postawy wobec życia. Jeżeli nie przedłuża się ono zbyt długo – pełni funkcję pozytywną pozwalając na znalezienie przez nastolatka odpowiedzi na swoje pytania. Sformowane poczucie tożsamości zawiera indywidualną polaryzację ideologiczną – światopogląd postaw i hierarchię wartości. Wytarza się cnota wierności swoim ideałom.

W przypadku niepowodzenia mamy do czynienia z tzw. pomieszaniem tożsamości. Zbyt długo przedłużające się moratorium lub zbyt duża presja prowadzić mogą do utrzymywania się lęku i sytuacji paraliżu i niezdecydowania - a w efekcie zagubienia - co może skutkować kolejnymi opóźnieniami z podjęciem decyzji lub przyzwoleniem na to, żeby decyzje zapadły poza jednostką. Rozproszenie tożsamości skutkuje wątpliwościami co do siebie (swojej tożsamości seksualnej, osobowej oraz zawodowej) uniemożliwiając w skrajnych przypadkach podjęcia przez jednostkę jakiegokolwiek roli społecznej. Towarzyszą temu epizody znane z zaburzenia borderline – takie, jak poczucie odrzucenia, pustki oraz niepokój. Jednostka może radzić sobie poprzez strategie kompensacyjne np. za pomocą skrajnych nietolerancji, bezwzględności i okrucieństwa (tzw. tożsamość negatywna tj. przeciwstawna do obowiązujących norm). Rytualizm może objawiać się wypaczeniem wierności ideom w stronę ideologii, totalizmu oraz fanatyzmu.

Stadium młodzieńczej dojrzałości (lata 18..25)

Jest to pierwsze stadium przyporządkowane wprost do ludzi dorosłych. Przed młodym dorosłym stają nowe wyzwania związane z poszukiwaniem partnera życiowego, małżeństwem czy zakładaniem rodziny. Kryzys tego etapu rozpięty jest pomiędzy bliskością a izolacją.

Pozytywne przepracowanie kryzysu jest związane z budowaniem relacji tj. zawieraniem przyjaźni oraz nawiązywaniem i budowaniem więzi z innymi ludźmi. Dotyczy to zarówno intymnych więzi emocjonalnych czy erotycznych jak i relacji np. w środowisku zawodowym czy związanych z zainteresowaniami jednostki. Osoba otacza się partnerami do rozmowy, do współzawodnictwa i rywalizacji, do współpracy, pojawia się partner seksualny. Ostatecznie osoba taka nie jest sama i posiada swoje środowiska społeczne, w których możliwa jest bliskość (intymna lub dalsza) z innymi. Wypracowaną na tym etapie cnotą jest miłość tj. oddanie się drugiej osobie, troska o nią oraz pozostawanie z nią we wspólnej przestrzeni egzystencjalnej.

Gdy jednostka nie przepracuje tego kryzysu pozytywnie rozpoczyna się izolowanie się od otoczenia. Część osób może wręcz mieć trudności ze zbudowaniem bliskich czy intymnych relacji. Może pojawić się powierzchowność relacji. Inni mogą jawić się jednostce, jako zagrażający lub tak skrajnie różni, że niemożliwa wydaje się nawet próba zbudowania relacji. Dochodzi do fortyfikowania się obszaru intymności. Nie pojawia się głęboka więź z drugim człowiekiem. Jednostka nie ma sieci wsparcia społecznego. Nie ma komu się zwierzać ze swoich kłopotów i nikt jej się nie zwierza. Rytualizmem tego etapu jest elityzm tj. uczestniczenie w ekskluzywnych grupach oparte o zbiorowy narcyzm.

Stadium dorosłości (lata 25..65)

Stadium dorosłości jest wg Eriksona związane z kryzysem, w którym przeciwległymi biegunami są produktywność lub stagnacja.

Jeżeli jednostka rozwiąże kryzys tego etapu w sposób adaptacyjny staje się generatywna tj. twórcza i produktywna. Zakres pojęcia generatywności rozciąga się również na prokreację, wychowanie dzieci oraz uczenie ich. U jednostki może pojawić się myślenie o tworzeniu dzieł o wartości kulturowej czy np. chęć działania na rzecz

innych ludzi. Troska o to, co zostało stworzone (w oparciu o wypracowaną w poprzednim etapie miłość) prowadzi do wykształcenia się cnoty opiekuńczości. To dzięki niej jednostka bierze udział w rytuale wzajemnego przenikania się pokoleń, w którym ważne staje się wytarzanie, nauczanie innych, przekazywanie im wartości i ideałów oraz troska o kolejne pokolenia.

Przeciwnym biegunem kryzysu jest poczucie stagnacji, w którym kluczową rolę odgrywają lenistwo, pobłażanie sobie i znudzenie. Jednostka ogranicza kontakty interpersonalne i zaangażowanie wpędzając się w poczucie pustki i beznadziei. Jest to szczególnie niebezpieczne u osób samotnych, u których np. po rozwodzie lub śmierci małżonka nie pojawiła się potrzeba przekroczenia własnych granic i wprowadzenie zmian do swojego życia. Rytualizmem na tym etapie może być autorytaryzm przejawiający się w nadużywaniu władzy.

Stadium późnej dojrzałości (lata 65..)

Na tym etapie jednostka staje przed zadaniem zintegrowania doświadczeń całego życia. Jeżeli się to uda – pojawia się akceptacja własnej ścieżki życiowej, która była konieczna i niepowtarzalna. Jednostka przeżywa poczucie spokoju, spójności wewnętrznej i pełni. Wówczas to pojawia się cnota mądrości wspierająca budowanie więzi między pokoleniami.

Alternatywą jest brak możliwości zintegrowania doświadczeń życiowych prowadząca do utraty spójności ego. Pojawia się niezadowolenie ze swojego życia i rozpacz. Może być ona związana z niemocą oraz świadomością lat, które upłynęły. Dochodzi do tego zderzenie się z faktem niemożliwości przedłużenia życia, powrotu do pełni sił i 'zdążenia jeszcze' naprawić lub zmienić część historii. Może pojawić się lęk przed śmiercią.

Teoria rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona jest bardzo ciekawą i inspirującą koncepcją. Wprowadza ona do dyskursu zajmującego się rozwojem ludzi na przestrzeni biegu życia (ang. *life-span*) ważną perspektywę myślenia o człowieku - umiejscawiając go we wskazanym, jako niezbędne do funkcjonowania, otoczeniu społecznym. Kryzysy, są przypisane do stadiów po to, aby podkreślić ich nasilenie na

danym etapie życia. Zgodnie z opisem autora tak naprawdę rozciągają się one na całe życie jednostki. W tym sensie dowolne problemy i trudności, z którymi się zmagamy są dostępne w nowej, rozwojowej perspektywie – umożliwiającej przyjrzenie się im, jako wyzwaniom i pracę nad nimi na dowolnym etapie rozwoju. Dynamika zmian oraz opisy stadiów i kryzysów przygotowane przez Eriksona łączą elementy racjonalno-naukowe oraz irracjonalno-filozoficzno-kulturowe. Widać tu wyraźny wpływ historii autora, która był zarówno artystą jak i naukowcem. Można zaryzykować stwierdzenie, że jego teoria ma wymiar holistyczny i historyczno-kulturowy, gdyż umieszcza nas w świecie, który funkcjonuje w rytmie wiecznego, pulsującego, społecznego cyklu życia, w którym starzy ludzie i dzieci potrzebują siebie nawzajem (Socha i in., 2000).