

Vývojová psychologie

**Psychosociální vývoj
dle E. Eriksona**

Za poskytnutí materiálů děkuji Mgr. Tomášovi Kohoutkovi, Ph.D.

Psychosociální vývoj dle Eriksona

Erik Homburger Erikson (1902 Německo – 1994 USA) – psychoanalytik (nesplést s Miltonem Ericksonem - hypnoterapeutem)



Rozšířil Freudův koncept psychosexuálního vývoje o vliv soc. prostředí a také vývoj popsal za hranice dospívání.

Psychosociální vývoj dle Eriksona

Lidský život se rozvíjí postupně podle scénáře, který má **8 fází**, podobně jako se rozvíjí květ.

Každá fáze je poznamenána specifickým konfliktem (mezi *self* a *objektem* – srov. Mentzos, 2012).

Úspěch či neúspěch v řešení konfliktu v dřívějších fázích ovlivňuje postup v dalších fázích (srov. roli traumatu).

Krizi jedinec, buď zdárně vyřeší, nebo ne. Buď získá specifickou ctnost (*virtue*) a dojde k růstu, anebo ne.

Jestliže je krize řešena neuspokojivě, je vývoj **identity** poškozen a je do něj ve značném stupni vtělena negativní komponenta, kterou může být například nedůvěra, stud, nejistota a další.

Psychosociální vývoj dle Eriksona

| | | | | |
|---|--|--|---|-------------------------------------|
| NEMLUVNĚ (novorozenecký + kojenecký věk) 0 – 1 | Důvěra vs. Nedůvěra | <i>Naděje</i> | Senzorické deformace a stažení se | matka |
| BATOLECÍ VĚK (rané dětství) 1 – 3 | Autonomie vs. Stud a pochyby | —► <i>Vůle a sebekontrola</i> | Impulzivita a nutkavost | rodiče |
| PŘEDŠKOLNÍ VĚK (věk her) 3 – 6 | Iniciativa vs. Pocit viny | <i>Účel a zaměřenost</i> | Nelítostnost a utlumenost | rodina |
| ŠKOLNÍ VĚK 6 – 12 | Snaživost vs. Méněcennost | <i>Kompetentnost a metodičnost</i> | Omezenost a netečnost | Škola, učitelé, přátelé, sousedi |
| OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ (Adolescence) 12 – 19 | Identita vs. Konfúze rolí (identity) | <i>Poctivost a věrnost</i> | Fanatismus a odmítání | vrstevníci |
| MLADÁ (raná) DOSPĚLOST 20 – 25 (30) | Intimita vs. Izolace | <i>Láska a přijetí</i> | Promiskuita a vyhýbavost | partner |
| DOSPĚLOST 25(30) – 50 (60) | Generativita vs. Stagnace | <i>Péče (starostlivost) a produkce</i> | Rozplizlost a odmítavost | děti |
| STÁŘÍ (Zralý věk) 50(60) + | Integrita „JÁ“ vs. Zoufalství | <i>Moudrost a odříkání</i> | Domýšlivost a pohrdání | společnost |

1. stádium – důvěra x nedůvěra

0-1 let (**orální fáze** dle Freuda)

cnost: **naděje**

Otázka: Mohu světu věřit?

Dítě získá základní **důvěru** v život a svět, která jej obrní proti prožívaným nejistotám.

Řešení jádrového konfliktu probíhá ve vztahu k matce nebo ji zastupující osobě. Péče matky umožňuje kojenci získání naděje, že svět je, přes přechodná utrpení a neuspokojení, v podstatě dobrý. Nedostatek péče vede u dítěte (zcela závislého v uspokojování svých potřeb na okolí) k ustavení základní, v dalším životě přetrvávající nedůvěry k okolí jako ke zdroji ohrožení.

První demonstrací sociální důvěry dítěte je jeho bezstarostnost při krmení, hloubka jeho spánku, relaxace střev apod.

Hodí se maximum senzorického a zvláště tělesného kontaktu.

Hned od narození se rozvíjí pečování – *epimeletický pud* rodiče (rodič naplňuje biologické potřeby dítěte).

Rodič rozeznává, kdy si chce dítě hrát, odpočívat, jíst, spát, být nerušeno.

Zhruba v 5 měsících přebírá pomalu iniciativu dítě: zaměřuje svoji pozornost, když číje něco zajímavého (např. hračku).

Dítě je již před prvním rokem ke své velké nelibosti omezováno celou řadou zákazů (většinou bezpečnostních).

2. stádium – autonomie x stud

1-3 roky (**anální fáze** dle Freuda)

cnost: **vůle**

Otázka: Je v pořádku být sám sebou? Is it OK to be Me?

Dítě je samostatně pohyblivé, snaží se projevat vlastní vůli – rozhoduje.

Dítě mnoho věcí chce, ale nedokáže je zvládnout – role trpělivého učícího rodiče.

Dítě si osvojuje hygienické návyky = klíčová kompetence, která ho (jako jedna z mnoha kompetencí) zbavuje **studu**.

Dítě hledá vyváženosti mezi zadržováním a pouštěním (konflikt máme i v mezilidské interakci - moc nebo málo zábran?).

3. stádium – iniciativa x vina

3 – 6 let (**falická fáze** dle Freuda)

cnost: **cílevědomost**

Otázka: Is it OK for Me to Do, Move, and Act?

- Potvrzení vlastní iniciativy jako dobré, nebo naopak vyvolávání pocitů **viny** za to, co dítě dělá.
- Probíhá ve vztahovém rámci celé vlastní **rodiny** nebo skupiny ji nahrazující.
- Úspěšné vyrovnání se s konfliktem iniciativy podporuje vývoj osobnosti ve směru zaměřenosti a cílevědomosti vlastního úsilí.
- Neúspěch vede k postojům rezignace a sebeobviňování za činy uskutečněné nebo *zamýšlené*.
- Za hluboký konflikt v životě je považována nenávist vůči rodiči (který je modelem Superega), který se např. snažil uplatnit výchovná opatření s velkou agresí, kterou zdravé dítě nemůže tolerovat.

4. stádium – snaživost x méněcennost

6-12 let (**období latence** dle Freuda)

cnost: **(sebe)kompetence**

Otázka: Can I Make it in the World of People and Things?

- Mezi šestým rokem a počátkem dospívání je úkolem dítěte osvojit si dovednosti cílevědomě a úspěšně zacházet s předměty hmotného světa.
- V tomto období přesahuje jeho zkušenost rámec rodinných vztahů a je vystaveno srovnávání a hodnocení v širším výběru školních a mimoškolních situací.

4. stádium

- Úspěšné dosahování praktických cíů vlastní snahou je základem rozvoje kompetence, sebedůvěry a sebeprosazení v praktické činnosti.
- Neúspěchy (i když je úkol příliš obtížný) vedou k ustavení pocitů vlastní nedostačivosti a méněcennosti ve srovnání s ostatními.

4. stádium

- Předtím než se dítě stane biologickým rodičem, musí umět pečovat o sebe. Pak se teprve může začít stávat samo poskytovatelem péče.
- Nyní se dítě **učí získávat uznání produkováním věcí.**
- Učí se pocitům konečnosti + uvědomuje si, že už tu není ochranné lůno rodinného zázemí.

4. stádium

- Učí se dovednostem a zvládání úkolů. To podporuje jeho autonomii. Ohraničené ego dítě zahrnuje jeho dovednosti a zručnosti, dítě se učí potěšení z dokončené práce, zaměřené pozornosti, péči, pracovitosti i odměny.
- Nebezpečí v tomto stadiu spočívá v pocitu neadekvátnosti a méněcennosti. Jestliže dítě ztratí naději na dosažení vlastní výkonnosti, vede to u něj k tendenci se izolovat. Může se objevit snaha o rivalitu, soupeření s okolím nebo naopak pasivita v chování (rezignace) nebo mutilace.

5. stádium – identita x zmatení rolí

12-19 let (**genitální fáze** dle Freuda)

cnost: **věrnost**

Otázka: Who Am I and What Can I Be?

- Ústředním tématem vývojového procesu je podle Eriksona **utváření osobní identity**, které úzce souvisí s vývojem ega. Než se objeví zralé Ego, musí člověk získat přiměřený pocit identity.
- Probíhá jednak ve vztahovém rámci s rodiči a jednak s prvními partnery.
- Po ukončení dětského období vývoje je v průběhu biologického a psychologického dospívání úkolem mladého člověka ustavit si **pevné pojetí vlastního já**, svého místa a smyslu v životě.

5. stádium

- Dospívající se chce odlišovat a zároveň splynout s okolím (je to ambivalentní/konfliktní postoj)!
- Potřeba se odpoutat od primární rodiny
- Vývojově závažnou úlohu získávají jednak vztahy k vrstevnickým skupinám a dále ke skutečným či pomyslným vzorům, k nimž se v tomto období upírá (role identifikace).
- Nesoudržná, rozporná zkušenosti s tím, jak se jeví sobě a ostatním, vytváří neurčitou, nejednotnou a zmatenou strukturu osobnosti.
- Srov. rozdíl mezi biologickou a sociální (kulturní) dospělostí. Srov. roli **babiček**.

5. stádium

- V pubertě a rané dospělosti se vše, co bylo v dětství přirozené, vyřešené a volně plynoucí stává opět otázkou (nahota, vlastní tělo, tělesné funkce, zájmy a potřeby ad.).
- Rostoucí a vyvíjející se mladý člověk nyní konfrontuje to, čím se zdá být v očích druhých lidí s tím, čím se cítí být sám. Táže se sám sebe, jak spojit role a dovednosti, které si vytvořil dříve, s rolemi, které vyžaduje jeho budoucí postavení.

5. stádium

- Adolescence představuje tedy hledání **sebeidentity**. To se projevuje tím, že mládí zkouší různé „masky“, hledají způsoby zábavy, oblékání, účesu, to, co by bylo uznáváno vztažnou skupinou (vrstevníky).
- Erikson věří, že rituály dospívání a nejrůznější obřady jako například biřmování jsou nástroje, kterými se potvrzuje získání identity a integrace Ego. (? Jejich chybění v naší společnosti)
- Nebezpečím tohoto stadia je zmatení rolí. Může dojít ke zmatení sexuální identity, delikvenci, výjimkou nejsou ani psychotické incidenty. Jestliže je toto však včas a správně diagnostikováno a léčeno, nemají tyto incidenty tak fatální význam jako by měly v jiných vývojových stádiích.
- V sexu se snaží mladý člověk najít harmonii mezi smyslovostí a konvencí.
- Zamilování je vesměs sexuální záležitostí: resp. jde o pokus definovat vlastní identitu skrze druhého.
- Vývoj jáství směřuje k intimnímu jádru já. Jedinec sám sebe činí stále diferencovanějším objektem sebereflexe.

6. stádium – intimita x izolace

19-25(30) let

cnost: **láska**

Otázka: Can I Love?

- Úkolem raného údobí dospělosti je dosažení schopnosti spojit se v důvěrném citovém vztahu s druhým člověkem, s nímž osoba plně sdílí všechny podstatné stránky života.
- Vztahovým rámcem konfliktu je pohlavní partner.
- Těžištěm osobnostního vývoje jsou zde vztahy partnerství s původně cizím člověkem.
- Srov. *emerging adulthood* (Jeffrey Arnett, 2000) či éru *singles*: Změna přístupu k dospělosti ve vyspělých zemích v posledních desetiletích

6. stadium

- Erikson vypočítává nároky úspěšného důvěrného vztahu jako: „1. vzájemnost orgasmu, 2. s milovaným partnerem, 3. opačného pohlaví, 4. s nímž je člověk schopen a ochoten vzájemně si důvěřovat a 5. s nímž je schopen a ochoten sladit rytmus práce, rozmnožování a zotavování sil 6. tak, aby zajistili uspokojivý vývoj i svému potomstvu.“
- Úspěšné ustavení životního partnerství vyžaduje vydat se v šanc druhému v situacích, v nichž se člověk vzdává záruk bezpečí.
- Byl-li dosavadní vývoj málo úspěšný, člověk nemá odvahu podstoupit riziko utrpení, kterým hrozí případné selhání pokusu navázat důvěrný vztah, a místo toho směřuje k uhýbání před ním a ke společenské izolaci.

7. stádium – reprodukce x stagnace

25(30)- 50(60) let

cnost: **péče**

Otázka: Can I Make My Life Count?

- Úkolem zralé dospělosti je přispívat druhým. A to především péčí poskytovanou vlastním dětem ve své nově ustavené rodině, dále i ve společenství, v němž člověk žije, vytvářením něčeho užitečného pro jeho členy.
- Neúspěšný vývoj se projevuje neschopností být takto prospěšný svému okolí, prožíváním životního ochuzení a ztrátou činného kontaktu s druhými lidmi.

8. stádium – integrita ega x zoufalství

50(60) let a více
cnot: **moudrost**

Otázka: Is it OK to Have Been Me?

- V poslední fázi vývoje jde o **integritu já** i o shrnutí všech předchozích stádií.
- Erikson uvádí: *"V takovém konečném vyrovnání ztrácí smrt svůj ostent. Nedostatek nebo ztráta rostoucí integrace "já" se ohlašuje strachem ze smrti: jedinečný životní běh není přijímán jako poslední možnost života. Zoufalství vyjadřuje pocit, že čas je nyní příliš krátký pro pokus začít znovu jiný život a vyzkoušet alternativní cestu k integritě..."*
- Strach ze smrti a úzkost je pociťována a prožívána v menší míře, když člověk cítí kontinuitu vlastního života, jeho smysluplnost, účelné a i duchovně a společensky užitečné prožití života. Ctností je v tomto údobí je spiritualita a **moudrost**.
- Desintegrace „já“ v tomto období a chorobný strach ze smrti vede v tomto období života k **zoufalství**.

DISKUZE

Freudův strukturální model duše

Freud vymezil tři poměrně nezávislé složky (id, ego a superego), které se řídí rozdílnými, navzájem rozpornými principy a cíli.

ID

EGO

SUPEREGO

Naše zvíře: tělo, kůň, lev, čert

- **id** (ono), z něho vyvěrá pudová duševní energie (libido), která je hybnou silou člověka, je zdrojem energie pro ego i superego.
- Id je iracionální, nebere ohled na realitu, jeho cílem je okamžité uspokojení svých přání a tužeb - řídí se principem slasti.
- Id je téměř nevědomé, ovšem do vědomí vniká pokaždé, když se nějaká „biologická“ potřeba hlásí ke slovu (srov. sny o močení; i fyziologická potřeba je pocítována psychicky).
- Podle Freuda představují všechny sny fantazijně splněná přání id.
- Projevy ryzího id lze pozorovat u kojenců.

Vlastní tvář a vlastní jméno

- **ego** (já) se řídí principem reality a má sebezáchovnou funkci. Vzniká z části id v průběhu vývoje dítěte vlivem jeho interakcí s vnějším světem. Vzniká jako pozastavení „slepého“ jednání v pudu.
- Je racionální, zvažuje činy a jejich následky. Přání id porovnává s realitou, dává jim přijatelnou formu a uspokojuje je ve vhodnou chvíli a vhodným způsobem.
- Ego je vědomé, předvědomé i nevědomé (např. náš stín).
- Nevědomá část se pomocí obranných mechanismů (viz dále) vypořádává jak s nepřijatelnými přáními id, tak s extrémními základy superega.
- Silné ego (nikoli egocentrismus!) je znakem zdravě vyvinuté osobnosti.

Ego

Já prostředkuje mezi id, superegem a vnějším světem.

Vztah mezi řídícím já a pudovým ono Freud znázornil obrazem jezdce na koni a dodával, že jezdec musí často koně vést tam, kam chce zvíře.

Zdravé já se vyznačuje schopností přijímat a integrovat pozitivní i negativní podněty z vnějšího i vnitřního světa tak, že přitom zůstane celé, tzn. že nemusí regredovat (vracet se) k raným procesům štěpení. Zkušenost s podporující, ochraňující a živící uspokojivou matkou (obecně s kýmkoli takovým), která umí zacházet s negativními vlivy zvenčí (např. chlad) nebo zevnitř (bolest), a dokáže je přinejmenším dobře kompenzovat (vyrovnávat), dítěti umožňuje nacházet a rozvíjet tyto autonomní schopnosti upokojení i v sobě samém (dospělost).

Hlasy významných osob

- ▣ **superego** (nadjá) vzniklo v průběhu socializace z konfliktů dítě versus autorita, poskytuje ventil vlastním agresivním impulsům jedince, neboť jde o proti sobě projevovanou agresivitu.
- ▣ Obsahuje vědomě či nevědomě internalizovaná (zvnitřněná) omezení, **zákazy a příkazy** ukládané dítěti rodiči a dalšími pro dítě významnými autoritami.
- ▣ Je zdrojem nevědomého pocitu **viny**, či vnitřní tísně.
- ▣ Superego je moralizující silou v člověku, řídí se principem dokonalosti. Jednou jeho částí je svědomí (hlas rodičů), druhou částí je **ideální já**, které usiluje o dokonalost a jehož základem byly činnosti a projevy dítěte, které rodiče chválili.
- ▣ Superego může být v rozporu se současnými hodnotami jedince.
- ▣ Silně rozvinuté superego se vyskytuje u perfekcionistů, slabě rozvinuté u zločinců.