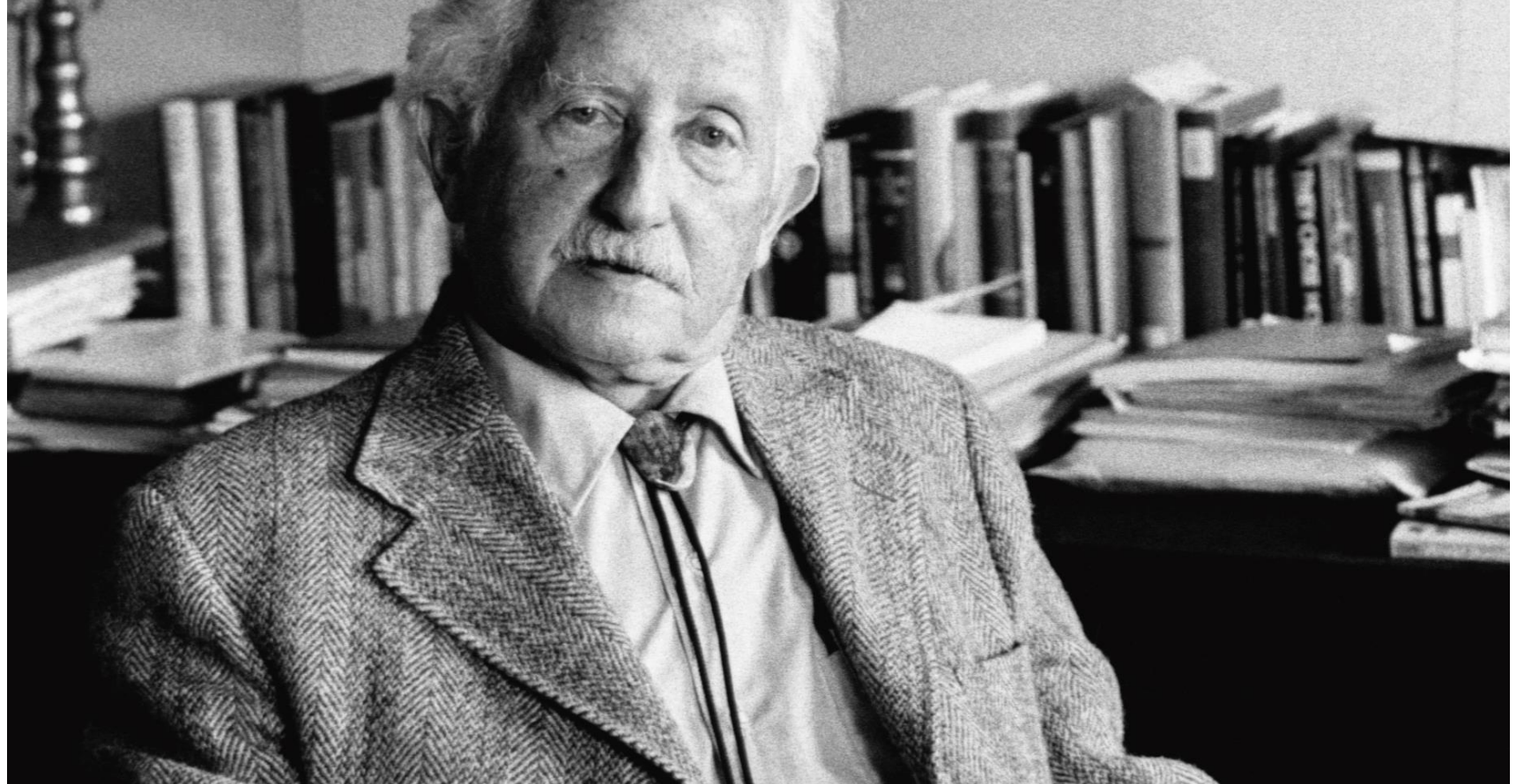
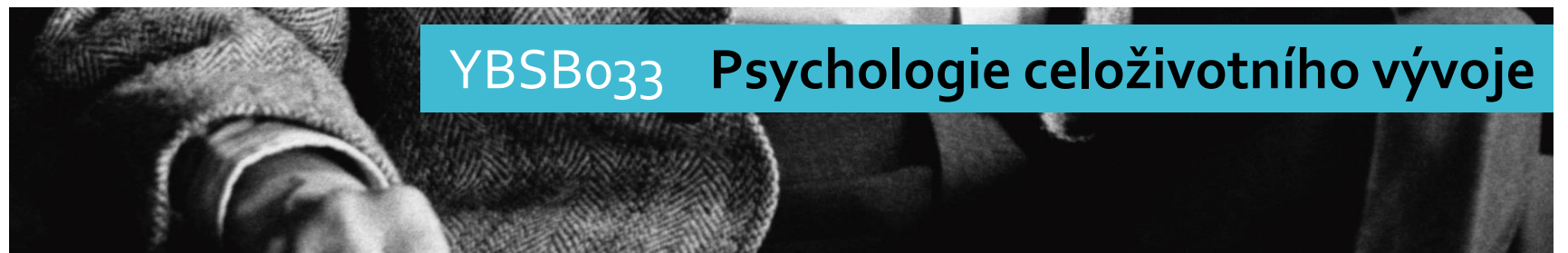




ERIK ERIKSON:

OSM (+1) VĚKŮ ČLOVĚKA



YBSBo33 Psychologie celoživotního vývoje

Lenka Martinec Nováková, PhD.

14/3/2024

Background Erika Eriksona a jeho teorie

- **Psychoanalyticky orientovaný** americký psycholog
 - Psychoanalytik, klinický psycholog, pracuje s dětmi v USA
 - Psychoanalytický přístup: Mapuje hlubinné, nevědomé a často rozporné, konfliktní emoce a instinkty, které ovlivňují emoční a sociální vývoj člověka
- Zabývá se **vývojem identity člověka**
 - Jeho teorie mapuje vývoj identity od raného dětství až do smrti v 8 stadiích.
- **Epigenetický princip vývoje**
 - Vývoj člověk v etapách, které na kterých se podílejí **geneticky naprogramované fyziologické faktory** v **interakci s vlivy společnosti a kultury** (socializací) – vývoj člověka v sociálním kontextu
- Některé koncepty zastaralé – malý ohled na rovnoprávnost genderu, rovnoprávnost ve společnosti, rovnoprávnost etnik a kultur vs. Rovnoprávnost jako sociální konstrukt

Stádia vývoje dle Eriksona

- Osm věků člověka (kapitola knihy *Dětství a společnost*, 1950)
- V každém stádium řešíme určitý konflikt
- **Konflikt je přirozenou součástí stádia** a jeho vyřešením získáváme novou dovednost
- Vývojem se tedy obohacujeme o nové vlastnosti (např. autonomii)
- Pokud se **konflikt nedaří vyřešit, vývoj stagnuje** nebo se naruší
 - Např. pocit méněcennosti, nejistoty apod.
 - Některé konflikty raných stádií lze dle Eriksona řešit pomocí psychoanalýzy

Background 8 vývojových stádií člověka

- Vychází z psychoanalýzy: zajímá se o témata 'jen částečně zapamatovaná, snově zahalená, příkře odmítnutá, bezostyšně přenesená na druhé, žertem zlehčovaná, vyhýbaná...témata, po nichž následují tiché pauzy.' tj. Témata měnící se kvality a kvantitativně vědomí, vyjádřená jazykem.
- Rozlišuje stavy vědomí a části osobnosti: (Id, instinktivní složka našeho self, nejstarší instinkty od předků, impulsy, projevuje se tlakem fantazie o nesplněných přáních a chtících (superego, internalizovaná suma všech společenských omezení), projevuje se přemítáním nad tím, co by se mělo a jak, svědomí) a činnosti, ve kterých člověk aktivně koná, bez cenzury a přílišného tlaku impulsů, soustředění v přítomnosti, uvědomění tady a teď a jeho náplně 'Flow, 'Self' (Ego podle Freuda a Eriksona). Mindfulness. (Erikson, pp 173-77).
- S návazností na Freuda rozlišuje vývojové Orální, Anální a pre-Genitální a Genitální období v socio-emocionálním vývoji dítěte od jeho narození
- Zároveň diskutuje roli společnosti a kultury ve vývoji dítěte – kolektivní chování dané skupiny: orální historie, mytologie, rituál, hra, vtip, tabu ve společnosti.
- Zaměřuje se na americkou kulturu, včetně Indiánů a Afro-Američanů. Popisuje vliv kultury na výchovu u těchto různých skupin.
- Svoji analýzu shrnuje do 8 stádií vývoje člověka – s řešením vývojových konfliktů v každém období
- Věk batolete začíná svalově-análním obdobím vývoje.



1.) DŮVĚŘA VS. NEDŮVĚŘA

Mohu důvěřovat světu?

1. Základní důvěra proti základní nedůvěře

- Stadium životního cyklu: **orálně smyslové**
 - **0-1 rok** (psychoanalýza - orální stádium)
 - Dítě poznáváním smyslů dorůstá do pocitu vnitřní intimity a zážitku vnitřního blaha
- Dítě musí **získat základní pocit důvěry** a ubránit se pocitům nedůvěry a nejistoty
- Život je dobrý i přes veškeré nelibosti dané nezralostí, slabostí...
 - → i přes frustraci **získává naději**, že svět je dobrý
- **Pocit důvěry získává díky citlivé péči matky**
 - Důvěra obsahuje naivnost a vzájemnost
- **Prvním projevy důvěry dítěte:**
 - Jak snadno se krmí, jak dobře spí a jak snadno se vyprazdňuje.
 - Nechá matku zmizet bez nadměrného pocitu úzkosti – matka integrovaná jako vnitřní jistota i vnější předvídatelnost

1. Základní důvěra proti základní nedůvěře

- Zvládnutí konfliktu
 - Díky tomu později může vyvinout pevný pocit osobní integrity a sounáležitosti s vnější společností a kulturou.
- Nedůvěra se může projevit jako **stesak po ztraceném ráji**.
 - Zbavuje přátelství a vazeb mezi lidmi

V psychoanalytickém pojetí

- učí se rozlišovat vnější a vnitřní svět
- projekce a introjekce (první obranné mechanismy)
- při sání se dítě učí nejen dostávat, ale také, že někdo umí dát
- vzniká první dialog



2.) AUTONOMIE VS. STUD

Je v pořádku jaký jsem?

2. Autonomie proti studu a pochybám

- Stadium životního cyklu: **Svalově-anální období dítěte** (batole – 1-3 roky)
 - Rozvoj svalstva – Nová zkušenost držení a pouštění, spontánní pohyb
- Dítě pohybově vyzrává, učí se novým věcem, věnuje se různým činnostem
- Potřebuje získat **vůli k poznávání světa a víru ve své schopnosti**
- Vnější pevná a **ujišťující kontrola** rodiče
 - Pevné vedení – chrání proti anarchii a umožňuje stát na vlastních nohách a zároveň brání před studem, úrazem, obtížemi
 - Ujišťující: Autonomie svobodné volby

2. Autonomie proti studu a pochybám

- Přílišná dominance rodiče → pocit pochybností a studu
 - Stud vyplývá z přílišné závislosti na okolních osobách a jejich požadavcích
 - Pozor na zahanbování dítěte!!
 - Pokud rodič tlačí → vzpoura proti pravidlům
- Vývoj autonomie:
vyjednání, potvrzování a vymezování autonomie dítěte s
mírou rodičovského dozoru a vnější dominance





3.) INICIATIVA VS. VINA

Je v pořádku to, co dělám?

3. Iniciativa proti vině

- Stadium životního cyklu: Pohybově-genitální (od 3 do 6 let; předškolní věk)
 - Pohybové stadium: snaha dělat a 'být při tom'
 - Aktivní je i v oblasti sexuality (infantilní genitalita)
 - Dětská sexualita: Oidipovský komplex. Kastrální úzkost
- Období, kdy se dítě dychtivě učí, je činorodé, učí se spolupráci, snaží se vyrovnat dospělým
- Dítě se stává víc 'sebou samým', je uvolněnější a bystřejší ve svých úsudcích, aktivnější, energičtější a více v pohybu tam, kde dříve spíše vzdorovalo
- Období pravidel
- Období hry
- Získávanou kompetencí je **cílevědomost**

3. Iniciativa proti vině

- **Pocit viny** vyplývá z neúspěchu po přílišné snaze o úspěch...
 - Neúspěch vyvolává kromě pocitu viny také úzkosti, rezignace
- **Pocit viny** také po projevech manipulace a vynucování, které se začaly v tomto období objevovat
- Dobrý výkon dokáže pocity viny vykompenzovat
- Rozvoj superega – svědomí a internalizovaného rodiče – schopnost reflexe a autocenzury skrze rodičovy oči. Potlačení přání a fantazií.
 - → Někdy naopak rozvoj moralizování, dohledu nad druhými a zakazování spíše, než aktivita



4.) PRACOVITOST PROTI INFERIORITĚ

Mohu být přínosem pro svět lidí a věcí?

Alleksalon via Pixabay

4. Pracovitost proti inferioritě

- Stadium životního cyklu - Období latence; 6-12 let
- Racionální období vývoje dovedností dítěte, zacházení s předměty, učení se rolí ve společnosti, orientování se ve vnějším kulturním a společenském řádu
- Po zvládnutí činnosti vlastních orgánů a pohybu se nyní seznamuje s vnějším světem
- Čas základního vzdělání
- Jak získat uznání produkcí, výrobou věcí.
- Rozvoj pozornosti a píce
- Vliv dalších významných dospělých
- Vnější a vnitřní zábrany – **nebezpečí pocitu vlastní nedostatečnosti a méněcennosti**
- **získává kompetenci k plnění vlastních úkolů**

4. Pracovitost proti inferioritě

- Spadá sem puberta
- Celkově ve 4. období je důležitý respekt rodiče k dítěti, jeho přijetí takového, jaký je
- trauma: Nikdy jsem nebyl rodičům dost dobrý...
- vytváří se vztah k práci i spolupráci do dalšího života
- cílem období je hledat vztahy a vyvážit výkon vztahy
 - Výkon může být někdy kompenzací nespokojenosti se sebou
- Ctnost - kompetence



5.) IDENTITA VS. ZMATENÍ ROLÍ

Kdo jsem?

5. Identita proti konfúzi rolí

- Dospívání. Konec dětství – (12)15-20 let
- Rozpad dosavadních zaběhlých rolí v důsledku hormonálního vývoje (fyzická zralost, první vztahy)
- Hledání životního postoje
- Přijímání vlastní identity
- Identifikace se stejným – ve skupinách
- Identifikace s vnějším pevným – uctívání idolů protože potřebují uklidni vnitřní chaos
- Pomáhají také rituály
- Usilují o nezávislost, ale hodně o sobě pochybují
 - Cílem je získat vědomí sebe, kontinuitu rolí, pohlavní identitu

5. Identita proti konfúzi rolí

- Identita byla vytvořena
 - má názory, přátele, chce vztah, chce někam směřovat
- Krize nebyla prožita
 - K ničemu se neodváží, nezkouší
 - Difúzní identita, chaos, nepředvídatelnost

Dle Eriksona – vliv rodičů na zmatečnost rolí dle toho, zda nechávali své děti hledat vlastní identitu či je nutili přizpůsobit se jejich (rodičovským názorům)



INTIMITA VS. OSAMĚLOST

Mohu milovat?

6. Intimita proti izolaci

- Dospělost. – 20-25 let (raná dospělost), ctnost láska
- Ukončení hledání vlastní identity a její zdůrazňování
- Ochota spojit svou identitu s identitou druhých – cílem tohoto období
- Intimita: Schopnost vstoupit do spojení a partnerství se závazky i za cenu obětí a kompromisů
- Vyhýbání se intimitě může vést k pocitu izolace a hluboké introverze – ponoření se do sebe
- Distancování: Intimní soupeřivé a bojovné vztahy s druhými i proti nim



7.) GENERATIVITA VS. STAGNACE

Mohu se ohlédnout za životem?

Victoria_Borodinova / 8907 images via Pixabay

7. Generativita proti stagnaci

- Stadium životního cyklu – střední dospělost, 26-50 let (60)
- Ctnost: péče o druhé
- Člověk jako tvor vyučující, předávající a uvádějící, nejenom učící se
- Produkce a kreativita.
- Plození a produkování (Láska a práce)
- Generativita:
 - Biologická (plození)
 - Rodičovská (péče o děti)
 - Technická (předávání řemesel)
 - Kulturní (předávání významů)

7. Generativita proti stagnaci

Stagnace: 'neschopnost ztratit sebe sama v setkání těl a duší', což nevede k rozšiřování osobnosti, ale ke stagnaci, pseudo-intimitě, regresi,

Do 7. období spadá střední věk

- Období životního středu
- Nový pohled na život
- Období, které mimo jiné souvisí často i s tendencí něco předat druhým
- S hledáním smyslu



8.) EGO-INTEGRITA PROTI ZOUFALSTVÍ

Bylo v pořádku jaký jsem byl?

13107714 via Pixabay

8. Ego-integrita proti zoufalství

- Pozdní dospělost, 60 – 80 let
- Bilance dosavadního života
- Smíření se s vlastní životní cestou
- Přijetí vlastní konečnosti a smrtelnosti
 - Nejtěžší zkouškou je ovdovění - <https://hovoryozdravi.cz/starnuti-2/uvod-do-tematu/socialni-aspekty-stari/ztrata-blizkeho/> (např. pan Josef)
- V tomto období by ale měl být člověk stále činný
 - Neustoupit od generativity
 - Zajímat se o druhé
 - Jezdit s partnerem na dovolenou apod.

8. Ego-integrita proti zoufalství

- Integrita – výsledek dobrého průběhu předchozích stadií
 - Integrovaná osobnost dosahuje životní moudrosti (ctnost tohoto stadia)
- Zoufalství – urputná snaha ještě změnit chod věcí v čase, který zbývá
 - Souvisí s neutěšenou rekapitulací vlastního života, pocity bezmoci, dezintegrací osobnosti
 - V krajním případě může dojít k sebevraždě



9.) SPOLEČENSKÁ INTEGROVANOST VS. ODLOUČENOST AUTONOMOMIE VS. BEZMOC

9. Společenská integrovanost vs. odloučenost

- od 80 let
- 9. stupeň popsala manželka Erika Eriksona, Joan Mowat Eriksonová
- Postupné zhoršování fyzického i psychického zdraví – částečná nebo úplná ztráta autonomie a vznik závislosti na oolí
 - Regrese do předchozích stádií a ztráta sebeúcty, snížení naděje, důvěry
 - Může dojít k zanedbávání a přehlížení společností a komunitou
- Pokud je člověk integrovaný, celistvý, dokáže přijmout bezmoc