

Erik H. ERIKSON

Psykologiske processer
Grundbog i psykologi
Originaltitel: Abenteuer Psyche
© 2005 Billesø & Baltzer, Værløse
© 2001 Wilhelm Braumüller, Wien
Forfattere: Gabriele Amann og Rudolf Wipplinger
Oversat og bearbejdet af Ulla Søgaard
Omslag: Frank Eriksen
1. udgave, 1. oplag
Tryk: Pozkal, Inowroclaw
ISBN: 87-7842-165-9

Forsidebillede: Pernelle Maegaard: "Uden titel", olie på lærred, 150 x 180 cm.

Billesø & Baltzer
Kirke Værløsevej 26 A, 3500 Værløse
E-mail: billesoe@forlagene.dk
Internet: www.billesoe.dk

Alle rettigheder forbeholdes.
Mekanisk, fotografisk eller anden
gengivelse af denne bog
eller dele deraf uden forlagets
skriftlige samtykke er forbudt
ifølge gældende dansk lov
om ophavsret.

Anvendte symboler

Bogen har tre, enkle pædagogiske symboler, som gør det nemmere at overskue teksten.
Den studerende finder hurtigt frem til tekstafsnit om: arbejdsforslag, eksempler og eksperimenter.



Dette ikon angiver arbejdsforslag, som illustrerer og fremmer anvendelsen af det gennemgåede stof og undertiden også tjener til forberedelse af det nye stof, idet førviden skal genfremkaldes og aktiveres. Arbejdsforslagene kan i en del tilfælde løses individuelt, i andre tilfælde skal de løses kollektivt i en gruppe.



Dette ikon angiver konkretiseringer, eksempler, cases mv.



Dette ikon er forbundet med beskrivelsen af psykologiske eksperimenter, som giver empirisk belæg for fremstillede teorier, modeller og psykologiske teorier. Beskrivelsen giver samtidig et indblik i planlægning og metodevalg ved gennemførelse af psykologiske undersøgelser og eksperimenter.

Erik H. Erikson (p5052 fra Psykologiens Veje)

I sit hovedværk *Barnet og samfundet* fra 1950 præsenterer tysk-amerikaneren Erik H. Erikson en model for individets udvikling, som han kalder for en *psyko-social* udviklingsmodel. Den opnår en betydelig udbredelse i løbet af 1900-tallet og helt frem til 1980'erne.

Kort fortalt går hans udviklingsmodel ud på, at menneskets jeg eller dets psyko-sociale identitet udvikler sig gennem hele livet. Det sker trin for trin via otte aldre eller *faser*. Og i hver af disse faser oplever mennesket det sociale samspil med andre som en pendlen mellem at få sine muligheder og behov tilfredsstillet og ikke-tilfredsstillet. Erikson beskriver en sådan tilstand som en *udviklingskrise*. Hver fase indebærer med andre ord en spænding mellem en positiv og en negativ tilstand, og dominerer den første tilstand i en given fase – afhængig af miljøet og personens egne ressourcer – sker der en optimal identitetsudvikling, der bliver afgørende for udviklingen i de efterfølgende faser og varigt kommer til at præge det pågældende menneske.

Erik H. Erikson (Fra psykologiske processer, grundbog i psykologi)

Identitet er den definition, som personen selv og/eller den sociale omverden giver på vedkommende som et enestående og uerstatteligt individ.



III. 5.30:
Erik H. Erikson
(1902-1994)

Selv om processen med at finde sin identitet strækker sig over hele livet, så er denne proces dog særlig tydelig i puberteten, da der i dette tidsrum foregår store forandringer i krop og seksualitet. Hos unge trænger eksistentielle spørgsmål sig på som "Hvem er jeg?" og "Hvilke følelser og overbevisninger har jeg?". Besvarelsen af disse spørgsmål er kun mulig, når der i individet er dannet en stabil og rigtig følelse af en indre kerne. Ifølge **Erik H. Erikson** omfatter menneskets samlede livscyklus otte psykosociale faser eller udviklingskriser. At stræbe efter egen identitet er et væsentligt aspekt i livscyklen, og for Erikson står menneskets identitetsdannelse i centrum for den sociale udvikling. At udvikle egen identitet betyder ikke andet end at acceptere sit eget selv og det samfund, som man lever i. Som en rød tråd går spørgsmålet "Hvem er jeg?" igennem vores liv. Udviklingen af identitet begynder allerede i spædbarnsalderen, når spædbarnet genkender sin mor og føler sig genkendt af hende, og den slutter med dødens indtrædelse. I løbet af en hel livscyklus skal identiteten tilpasses de forskellige livsbetingelser, som vi kommer til at opleve i det liv, der nu bliver vores. I puberteten når identitetsudviklingen dog sit højdepunkt. Hvis en udviklingsfase afvikles positivt, er det ikke dermed en selvfølge, at det går ligeså godt i den næste, men den positive udgang på en fase forøger dog sandsynligheden for, at den næste også kan afvikles positivt. I det følgende vil de otte faser i Eriksons udviklingsmodel blive fremstillet detaljeret:



III. 5.31: Som en rød tråd
går spørgsmålet „Hvem er
jeg“ gennem vores liv.

- **Grundlæggende tillid versus mistillid** (1. leveår)

I denne fase afgøres det, om spædbarnet kan udvikle en grundtillid, som består i tillid til andre og en følelse af selvtilid. Spædbørn kan f.eks. normalt have tillid til, at de bliver madet af omsorgspersonerne, når de er sultne, og at de bliver trøstet, når de er bange eller føler smerte. Spædbarnets tiltro til omsorgspersonerne dæmper og fjerner dets angst og danner grundlaget for udvikling af selvtilid og tryghed (sammenlign med Ainsworth eksperiment, s. 110). Alligevel er det i denne fase hensigtsmæssigt at udvikle et afbalanceret forhold mellem tillid og mistillid for også at kunne imødegå truende farer og mistillidsvækkende personer. Hvis mistilliden imidlertid bliver den dominerende instans, så lykkes det ikke for personen at udvikle en tilstrækkelig selvtilid.

- **Autonomi versus skam og tvivl** (ca. 1. til 3. leveår)

I denne fase lærer barnet takket være sin neurologiske og muskulære udvikling at gå, at tale og at kontrollere sin afføring. Barnet begynder nu at udforske genstande og at manipulere. Det lærer, hvad det kan kontrollere, og hvad det ikke kan kontrollere. Barnets aktiviteter kan understøttes af forældrene, idet de skaber en atmosfære, hvor barnet kan udvikle en følelse af autonomi og selvkontrol, uden at det mister sin selvagtelse i de udforsknings- og undersøgelsesprojekter, som det kaster sig ud i, og som i de første forsøg meget ofte mislykkes. Den modsatte følelse af autonomi er følelsen af skam og tvivl. Denne følelse opstår, når grundlaget mangler og den grundlæggende tillid ikke blev tilstrækkeligt udviklet, eller der blev givet barnet for lille et frirum, og dets vilje på den måde blev brudt, eller også, hvis renlighedstræningen blev sat ind for tidligt eller var for streng. Samtidig lærer barnet i denne udviklingsfase regler, f.eks. hvilke områder det må udforske, eller hvornår det skal gå på toilettet. Hvis denne udviklingsfase afvikles positivt, vil barnet bestræbe sig på at udføre handlinger uden hjælp fra dets omsorgspersoner for på den måde at kunne bekræfte sin selvstændighed i det at handle selv.

- **Initiativ versus skyldfølelse** (4. til 5. leveår)

I dette udviklingsstadium har barnet allerede udviklet jeg-bevidsthed. Hovedkendetegnet for denne fase er barnets identifikation med forældrene. I overensstemmelse hermed idealiseres forældrene af barnet og opfattes som store, mægtige, vidende og prægtige. Som en følge af identifikationen med forældrene udvikles i denne periode de første ansatser til samvittighed. Ved siden af forældrene tjener også andre ideelle forbilleder i det sociale system som orienteringsgrundlag for barnet. Det kan dreje sig om politibetjente, pædagoger eller lærere, som børnene gerne fremstiller i leg. Denne udviklingsfase er præget af udforskning af verden, af videbegær og kreativ fantasi. Derudover bliver de første mål udviklet og realiseret, og der søges også sociale kontakter uden for familien. Udviklingen forløber problematisk, hvis der hos barnet opstår en følelse af, at det må konkurrere med andre for at blive anerkendt som person. Et andet problem opstår i det tilfælde, hvor barnet udvikler en overdreven streng samvittighed, som i fremtiden kan udløse udprægede skyldfølelser. Målet for barnet er i denne fase at tage initiativet og at bane sig en vej i udforskningen af verden. Barnets

initiativer understøttes af dets voksende og færdigudviklede kropslige færdigheder, af dets sproglige formåen og af dets kognitive evner.

- **Arbejdsevne versus mindreværdsfølelse** (ca. 6. leveår – pubertet)

Denne udviklingsfase præges især af barnets start i skolen. I dette tidsrum gør børnene intensive erfaringer med teknologien i samfundet og i øvrigt med alle de læremidler, som kan anvendes til formidling af viden. De forudgående udviklingsfaser og deres positive resultater (grundlæggende tillid, autonomi og initiativ) er den nødvendige baggrund for, at barnet kan træde ind i denne fase, hvor arbejdsevnen udvikles. I denne fase definerer børn deres jeg igennem de ting, som de lærer. Positive erfaringer grundlægger hos barnet en følelse af at være kompetent, egnet og flittig. Negative erfaringer og fiaskoer i denne fase fremkalder derimod en følelse af ufuldkommenhed og mindreværd.

- **Identitet versus identitetsforvirring** (ca. 13. til 18. leveår)

I den femte fase når identitetsdannelsen sit højdepunkt. Gennem de fysiske forandringer i puberteten opstår der hos de unge en ny kropsfornemmelse, som de først skal gøre sig fortrolig med, men som påvirker identitetsdannelsen i ganske betydelig grad. Ud over de fysiske faktorer spiller også sociale aspekter her en central rolle. I denne periode skal de unge tage stilling til vigtige afgørelser som valg af ungdomsuddannelse og ofte også valg af videreuddannelse, ting, som vil få en central betydning for deres senere liv. I denne udviklingsfase bliver de overtagne identifikationer fra barndommen, dvs. fra de forudgående udviklingsfaser, integreret i en hel identitet. Identiteten er opnået, når de unge har et helt

billede af sig selv, af hvem de er, og i hvilken retning deres fortsatte udvikling skal gå. Den nye identitet er i overensstemmelse med den enkelte unges mål og behov.



III. 5.32: Moratorieperioden er præget af, at unge eksperimenterer med alternative livsformer for at udvikle en egen identitet.

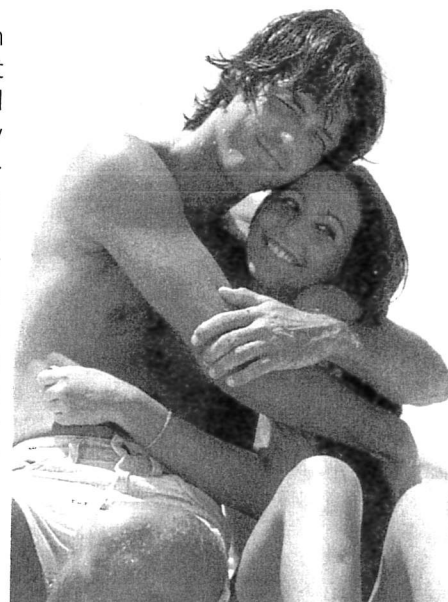
Fra samfundets side tolereres det dog, at den unge udviser en vis tøven i denne periode. De unge har ret til et såkaldt **moratorium**, hvis de endnu ikke er parate til at forpligte og binde sig. Moratoriet falder for det meste sammen med den periode, hvor de er i gang med at uddanne sig i skolen eller på en videregående læreanstalt, og hvor de ofte afprøver forskellige alternative livsformer med det formål at finde en passende plads i samfundet og afklare spørgsmålet om deres egen identitet. Hver tid har sin egen form for ungdomskultur, "læderjakter", "rockere", "hippier" eller "punkere", som hver for sig gør krav på at have fundet nye, usædvanlige og enestående veje til forbedring af denne verden. Efter at have afsluttet moratoriet indlemmes den nu voksne i en erhvervsmæssig og social orden, og netop de individer, som i de unge år repræsenterede meget revolutionære synspunkter, glider her ofte ind i et overvejende konservativt liv. Den sidste sætning vil du måske afvise kommer til at gælde for dit eget vedkommende, men realiteten belærer i mange tilfælde om noget andet!

Hvis ikke det lykkes for den unge at integrere sig, indtræder en identitetsforvir-

ring. Den viser sig ved, at den unges personlighed er uden indre sammenhæng, ægthed og homogenitet. Denne identitetsforvirring forøges, hvis den unge er usikker på seksuel orientering, har en usædvanlig stærk identifikation med den ene forælder eller inddrager alt for mange skole- og/eller erhvervsmuligheder i sine overvejelser, så der bare ikke kan vælges. En identitetsforvirring viser sig f.eks. i uafbalancerede holdninger og værdier, i ustabile målsætninger, i en ideologisk ensidighed, i overfladiske og skiftende engagementer og i en adfærd, præget af misbrug af stoffer og/eller prostitution.

- Intimitet versus isolering (ca. 26. til 40. leveår)

Intimitet er en af de centrale udviklingsopgaver, som skal løses i den tidlige voksenalder. Opgaven kan kun løses, hvis der er blevet udviklet en velintegreret identitet. En følge af en dårligt integreret personlighed vil være, at der hos vedkommende vil optræde angst for at miste sig selv i en intim relation til en anden person. Identiteten er hverken tilstrækkelig stabil eller tilstrækkelig grundfæstet til, at den kan forbinde sig med en anden person. Dog er relationer til det andet køn og også venskaber inden for eget køn nødvendige, da de fortsat understøtter og beforder identitetsdannelsen og personlighedens udvikling. I intime og tætte relationer opstår en solidaritet med andre mennesker, som muliggør udviklingen af den såkaldte "vi"-gruppe. Hvis ikke det lykkes for den unge voksne at udvikle intime relationer, så har dette for det meste en social tilbagetrækning til isolationen til følge. Sociale relationer er i det tilfælde helt igennem uden følelser og hule. De indeholder derfor heller ikke nogen muligheder for at kunne videreudvikle identiteten og personligheden.



III. 5.33: Intimitet – en central udviklingsopgave – er kun mulig på basis af en velintegreret identitet.

- Generativitet versus stagnation (sen voksenalder)

Målet for denne udviklingsfase er at befordre og understøtte den kommende generation i form af egne børn eller andre børn og unge. Erikson forstår ved begrebet generativitet altså ikke kun det, at der avles eget afkom, men at der i det hele taget drages omsorg for den nye generation. Ved siden af materielle goder gives også færdigheder og viden videre til afkommet og andre mennesker. Generativitet forudsætter således, at personen har tillid til fremtiden og besidder evnen til at engagere sig i andre mennesker. I løbet af denne fase sikres det menneskelige samfunds fortsatte eksistens. Hvis generativiteten udebliver, kommer det til stagnation, selvforkælelse, nytteløshed og kedsomhed. Hos det pågældende individ forhindres en fortsat psykisk vækst. Mennesker, som ikke har held med at udvikle generativitet, udvikler derimod en tilbøjelighed til at forkæle sig selv. De er meget opmærksomme på egne fysiske og psykiske problemer, og deres bestræbelser går i første omgang ud på at forøge deres besiddelser og deres eget velbefindende.

- **Jeg-integritet kontra fortvivlelse** (sen voksenalder)

Integritet betyder i denne udviklingsfase, at mennesket accepterer menneskelivets tidsmæssige begrænsning, og at der opstår en følelse af at være en del af en omfattende historie, som også omhandler de forudgående generationer. Mennesket må nu leve med det, som det har nået og opbygget i sit liv. Menneskets tilfredshed med sit liv fører til integritet. Modsætningen til integritet er fortvivlelsen, som i sit indhold karakteriseres af sorgen over det, som mennesket fik gjort eller ikke gjort i sit liv. Hertil kommer frygten for egen død.



Abb. 5.34: Grundlaget for jeg-integriteten er tilfredshed med ens eget liv.

Erikson understreger eftertrykkeligt, hvor vigtigt det er, at mennesker også i en høj alder beskæftiger sig med og påvirker deres omverden.

FASE	PERIODE	BESKRIVELSE
Fundamental tillid kontra mistillid	0-1½ år	hvor barnet skal løse konflikten mellem fundamental tillid og fundamental mistillid til omgivelserne. Den positive udvikling består i, at barnet oplever at verden er et trygt sted at være, og at omsorgspersonerne er til at stole på.
Selvstændig vilje kontra skam og tvivl	1½-3 år	hvor krisen drejer sig om forholdet mellem selvstændig vilje og skamfuldhed og tvivl på egne evner. Forældrene tilskynder nu mere og mere barnet til at stå på egne ben, men må samtidig beskytte det mod oplevelser af skam og tvivl.
Initiativ kontra skyldfølelse	3-5 år	hvor barnet skal balancere konflikten mellem initiativ og skyldfølelse. Barnet bliver nu mere målrettet og planlæggende i sine aktiviteter, og faren består i, at barnet oplever skyldfølelse i forbindelse med de mål, det sætter sig.
Flid og skaberevne kontra mindreværd	6-12 år	hvor barnet skal løse modsætningen mellem flid og skaberevne og oplevelsen af mindreværd og underlegenhed.
Identitet kontra identitetsforvirring	12-20 år	hvor den unge fra omkring puberteten skal balancere forholdet mellem identitet og identitetsforvirring. I puberteten og ungdomstiden bliver al identitet, man tidligere har stolet på, draget i tvivl.
Intimitet kontra isolation	20-30 år	hvor den voksne skal balancere forholdet mellem intimitet og isolation. I denne periode kommer kærligheden i centrum ifølge Erikson.
Forplantning kontra stagnation	30-50 år	hvor den voksne skal løse modsætningen mellem forplantning og stagnation, og hvor Erikson med ordet forplantning dels forstår interessen for at skabe og vejlede den kommende generation, dels mere bredt opfatter det synonymt med kreativitet og produktivitet.
Jeg-integritet kontra fortvivlelse	50 år-	hvor den voksne bevæger sig ind i alderdommen. Krisen i denne alder handler om forholdet mellem jeg-integritet og fortvivlelse. Enten accepterer man sit liv, som det har været, eller man er omvendt fortvilet over, hvor lidt man har nået, og hvor lidt man er lykkes med.

III. 6.3 Eriksons psyko-soziale faser.

Kilde: Erik H. Erikson: *Child and Society*. W. W. Norton & Co, 1950.