



## رشد سالم روانی شخصیتی در نظریه اریکسون

لطیف جعفری

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد (آستارا)

رشد شخصیت سالم در یک کودک هم با تجربیات کسب شده‌ی دوران کودکی از اطرافیان و هم با تجربیات بدست آمده‌ی دوران بزرگسالی نیز کاملاً مرتبط است. لذا رشد شخصیت چه سالم و چه ناسالم (ناهنجار = معیوب)، تمام طول چرخه‌ی زندگی را از شیرخوارگی و کودکی تا بزرگسالی و پیری دربر می‌گیرد.

قبلی عقب‌نشینی کند که نشانگر توقف یا رشد ناسالم و ناموفق در آن مرحله است.

### مرحله ۱- اعتماد بنیادی در مقابل بی‌اعتمادی بنیادی

از تولد تا ۱ سالگی را دربر می‌گیرد.

اعتماد نوعی نگرش کودک تازه متولد شده نسبت به خود و دنیای دور و بر خود است که این نگرش کودک به خود و دنیای اطرافیان و جهان از دیدگاه خود حاصل تجربیات شخصی در سال اول زندگی او است. اعتماد عبارتست از انتظار برآورده شدن نیازهای شخصی و این معنا که می‌شود روی دنیا یا منابع تامین کننده‌ی برونی (یعنی زندگی، که وابستگی خاص به روابط برخوردار شونده و استفاده کننده از اطرافیان دارد) حساب کرد یا نه؟ کودک در این سن باید نیازهای اولیه‌اش برآورد شود مثل یافتن نوک پستان، مکیدن و بلعیدن شیر، داشتن منبع گرمی و لذت بخشی و فردی که وسیله‌ی حفظ او از گرما و

هشت مرحله در رشد شخصیت هر فرد وجود دارد که طی هر مرحله از این مراحل به صورتی متوالی و واضح روی می‌دهد. برای پیشرفت و رشد سالم شخصیت، هر مرحله باید به طور رضایت بخش حل شود. چنانچه مرحله‌ای خاص از رشد به طور موفقیت آمیز حل نشود تمام مراحل بعدی، ناسازگاری جسمی، شناختی، اجتماعی یا هیجانی را نشان خواهد داد. اما در شرایط کمال مطلوب، بحران به طور موفقیت آمیز تحت سلطه در می‌آید و شخص نیرو گرفته و قادر می‌گردد به مرحله‌ی بعدی رهسپار شود.

مراحل رشد از نظر زمانی ثابت نیستند. رشد مستمر است و هر چند در زمانی خاص ممکن است مرحله‌ای از رشد مسلط باشد. اما امکان دارد شخص مشکلاتی را از مرحله‌ای به مرحله‌ی بعد منتقل سازد یا اینکه تحت شرایط فشار و استرس شدید در مرحله‌ای از رشد، به طور نسبی یا کامل به مرحله‌ی

احساس خودگردانی کارها را به دیگران ثابت کند که احساسی موفق است در مقابل ناتوانی خودگردانی که احساس ناموفق است و منجر به شرم و تردید او می شود.

کودکان در سنین دوم و سوم زندگی یاد می گیرند که به تنهایی راه بروند، غذا بخورند، کنترل مقعدی داشته باشند و حرف بزنند. پختگی عضلانی زمینه رشد را برای این مرحله فراهم می سازد. اگر پدر و مادر اجازه کمی و بیش خود مختاری را به کودک بدهند و بدون محافظت افراطی از او حمایت کنند، بچه نوپا اعتماد به نفس پیدا کرده و احساس می کند که می تواند خود و دنیای خود را کنترل نماید. اما اگر بچه نوپا به خاطر خود مختاری تنبیه و یا بیش از اندازه کنترل شود دچار خشم و شرم خواهد شد. اگر پدر و مادر خودگردانی را تایید نمایند احترام به نفس کودک بالا رفته و احساس غرور در او بوجود خواهد آمد. کنترل افراطی پدر و مادر و یا فقدان خودگردانی کودک و به عبارتی ناتوانی عضلانی و مقعدی احساس شرم و تردید بوجود می آورد (شرم به این معنی است که دنیای بیرونی با نظر تحقیر به شخص می نگرد).

### مرحله ۳ - ابتکار در مقابل احساس گناه

#### سال چهارم و پنجم کودکی.

وقتی بچه ها به آخر سه سالگی می رسند قادرند فعالیت حرکتی و هوشی را شروع کنند. تقویت این اقدام های ابتکاری تابع میزان آزادی فیزیکی کودک و اقلان کنجکاوی ذهنی او است اگر با کودک نوپا طوری رفتار شود که نسبت به رفتارها و تمایلات خود احساس بی کفایتی کند ممکن است احساس گناه در مورد فعالیت های ابتکاری اش به او دست دهد. تعارض های مربوط به ابتکار ممکن است مانع این شود که کودک بتواند به کمک تجربه رشد یابد و همین امر می تواند در پیدایش احساس جاه طلبی و بلند همتی که در این مرحله بوجود می آید ایجاد اختلال کند. در اواخر این مرحله کودک قادر است به طور مستقل و با قدرت فعالیت کند. بازی کردن با بچه های هم سن و سال، راه تعامل را به او می آموزد. اگر با تخیلات پر خاشگرانه کودک به خوبی مدارا شود، (یعنی نه تنبیه شود و نه تشویق) احساس ابتکار و بلند پروازی در او به وجود می آید. در انتهای مرحله ابتکار در مقابل احساس گناه، وجدان در کودک برقرار می گردد. بچه یاد می گیرد که نه تنها حدودی برای رفتارهای انسان وجود دارد بلکه تکانه های پر خاشگرانه را می توان به طریقی سازنده نظیر

سرما را تامین کند. مادر اعتماد برانگیز، با تلاش به این نیازها می پردازد و به این ترتیب زمینه را برای انتظارات مثبت بعدی از دنیا آماده می سازد. از طریق این تعامل، شیر خوار یا احساس اعتماد پیدا می کند مبنی بر اینکه خواسته های او برآورده خواهد شد یا اگر مادر مراقبت کننده نباشد احساس عدم اعتماد ایجاد خواهد شد و اینکه به آنچه می خواهد نخواهد رسید. نخستین پیشرفت اجتماعی کودک این است که اجازه دهد بدون اینکه احساس اضطراب و خشم زاید کند مادرش از جلو چشمان او دور شود. این امر به این دلیل روی می دهد که مادر در ذهن کودک معرف ایمنی درونی او می گردد.

### مرحله ۲ - خودگردانی در مقابل شرم و تردید

#### در سال دوم و سوم کودکی.

خودگردانی به احساس تسلط کودکان بر خود و بر غرایز و تکانه هایشان مربوط می گردد. کودک نوپا با بیان کلمه ی من، تو، مال من، مال تو، با نگهداری بعضی چیزها برای خود و ندادن آن به دیگران و یا با دادن اشیا به دیگران، با همکاری و یا مخالفت، حتی با توانایی نگهداری دفع یا راه سازی آن می تواند

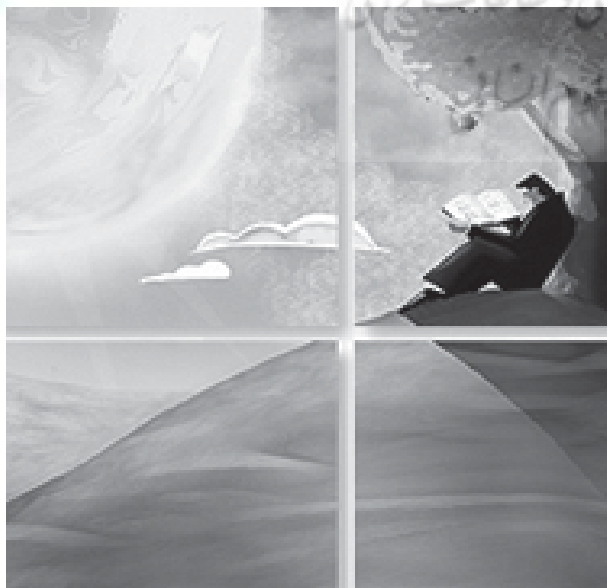


و مقررات «بایدها» و «بایستی‌ها» تاکید زیاد صورت گیرد کودک به جای میل طبیعی برای کارکردن احساس «وظیفه» پیدا می‌کند. کودک کارساز لذت تکمیل کار را یاد گرفته و غرور انجام خوب کارها را به خوبی در می‌یابد.

احساس بی‌کفایتی و حقارت حاصل منفی احتمالی این دوره، از چند منبع ریشه می‌گیرد. بچه ممکن است در مدرسه آماج تبعیض قرار می‌گیرد. ممکنست به او گفته شود که حقیر است. ممکن است در خانه بیش از حد زیر پر وبال او گرفته شده یا وابستگی شدید به حمایت روانی خانواده پیدا کند یا ممکن است کودک به صورتی نامناسب خود را با والد همجنس مقایسه کند. آموزگاران خوب و پدر و مادران خوب که بچه‌ها را به سعی و کوشش، کارسازی و پایداری در برابر مشکلات تشویق می‌کنند حکم سدی را در برابر بروز احساس حقارت در کودک دارند. چنین موقعیت‌های اجتماعی حساس و تحریک کننده و بانگیزه می‌تواند حتی با پدر و مادری که حمایت کننده نیستند مقابله کند. برعکس محیط مدرسه‌ای که کودکان را دچار یاس کرده و بر چسب منفی بر آنان می‌زند احترام به نفس آنان را کاهش دهد هر چند پدر و مادر در خانه کوشایی او را پاداش دهند.

#### مرحله ۵- هویت در مقابل سردرگمی نقش دوازده سالگی تا آخر نوجوانی.

کسب احساس هویت مهمترین رویداد این مرحله است که با بلوغ و نوجوانی همراه می‌گردد. هویت عبارت از این است که شخص بداند کی هست و مقصدش کجا است. (بنای هویت



رقابت‌های سالم، بازی‌ها و استفاده از اسباب‌بازیها، حتی اسباب‌بازی‌هایی که شکل اسلحه دارند ابراز نمود. پیدایش وجدان زمینه را برای احساس اخلاقی درست و نادرست آماده می‌سازد. تنبیه زیاد، می‌تواند مانع گسترش تصورات و ابتکار کودک گردد. کودکی که وجدان بسیار قوی با کیفیت همه یا هیچ پیدا می‌کند (یعنی یک فرد یا یک چیز یا یک اصل باید دارای تمام ویژگی‌های لازم بوده باشد تا مورد پذیرش من قرار گیرد وگرنه هیچ) ممکن است در بزرگی مصرانه بخواهد که همه‌ی مردم اصول اخلاقی او را بپذیرند و لذا به صورت خطری برای خود و دیگران در آید. اگر بحران ابتکار با موفقیت حل شود احساس مسوولیت، قابلیت اعتماد و خویشتن داری پدید می‌آید.

#### مرحله ۴- کوشایی در مقابل احساس حقارت سال ششم تا یازده سالگی.

در این مرحله که دوره‌ی ورود به مدرسه است کودک شروع به شرکت در یک برنامه‌ی آموزشی منظم می‌کند. جدیت و تلاش و کوشا بودن به توانایی کارکردن و کسب مهارت‌های بزرگسالان، زمینه‌ی اساسی این دوره را تشکیل می‌دهد. کودک یاد می‌گیرد که قادر است چیزهایی بسازد و مهمتر از آن در انجام دادن کار تسلط پیدا کرده و آن را تکمیل نماید. اگر روی اصول

با سردرگمی نقش خود را با گروه و فرقه‌های خاص پیوند داده یا با قهرمانان مردمی همانندسازی نماید.

### مرحله ۶ - صمیمیت در مقابل خود فرورفتگی و انزوا

#### بیست و یک تا چهل سالگی.

از اواخر نوجوانی تا اووان میانسالی ادامه دارد. در این دوره تعارض روانی اجتماعی ممکن است پدید آید و مثل مراحل قبلی رشد، موفقیت یا شکست در آن بستگی به این دارد که در دوره‌های قبلی زمینه تا چه حد آماده شده و توانایی تعامل شخص با محیطش تا چه حد باشد. برای جوانی که بحران هویتی خود را به خوبی حل کرده است برقراری روابط جنسی صمیمانه، دوستی و هر نوع رابطه‌ی عمیق هراسان کننده نیست. برعکس کسی که در حالت سردرگمی هویت به دوران بزرگسالی پا می‌نهد از درگیر شدن در روابط عمیق و پایا، ناتوان است. چنین کسی بدون داشتن دوست یا شریک ممکن است مجذوب خود شده و فردی تنبل و تن‌آسا گردد. در چنین شرایطی ممکن است احساس انزوا و تنهایی به ابعادی خطرناک برسد.

در یک رابطه‌ی صمیمانه واقعی محبت دوجانبه وجود دارد. این کلمه یادآور وضعیت مرحله‌ی اول زندگی است. بر اساس همان وضعیت و روابط، شخص در بزرگسالی قادر می‌گردد که عاشق شود، عشق بورزد یا خود یا عشق و محبت انسانی دیگر

سالم در جریان عبور از سه مرحله اول رشد روانی اجتماعی و همانندسازی با پدر و مادر سالم یا جانشین‌های آنها ساخته می‌شود. داشتن یک هویت دلیل ضمنی وجود وحدت درونی با عقاید و ارزش‌های یک گروه اجتماعی است. در این دوره، نوجوان در جایگاه روانی اجتماعی بین کودکی و بزرگسالی است و در آن نقش‌های متعددی را مورد آزمایش قرار می‌دهد. شخص ممکن است قبل از انتخاب شغل ثابت، اشتباهات اولیه‌ای را مرتکب شود. ممکن است ترک تحصیل کرده و مجدداً به تکمیل آن اقدام نماید. ارزش‌های اخلاقی هم ممکنست تغییر یابد اما به هر حال یک سیستم اخلاقی در قالبی هماهنگ و منظم ساخته می‌شود.

**بحران هویت در نوجوانی یک بحران هنجار است که همه‌ی نوجوانان باید آن را تجربه کنند، اما ناتوانی برای کنار آمدن با این بحران، برای نوجوان قابل قبول نبوده و ناهنجار است.** چون نوجوان را از داشتن یک هویت محکم محروم می‌سازد. و به سردرگمی هویت یا آشفتگی نقش مبتلا می‌شود به کسی مبدل می‌شود که نمی‌داند کیست و جای او در این دنیای بزرگ کجاست. سردرگمی نقش ممکن است خود را به صورت اختلالات رفتاری نظیر فرار از منزل، رفتار جنایی یا انواع توهمات و هذیان‌ها سوق دهد. نوجوان ممکن است برای مقابله



انگار خود کودکی بیش نیستند. اعتقاد به همونوع در آنها بسیار اندک است. در واقع پدر و مادری که به ارزش زیستن در جامعه‌ای خاص اعتقاد ندارند ممکن است این نکته را دریابند که فرزندان‌شان پیام آنها را به خوبی درک کرده‌اند. حاصل چنین وضعیتی این است که چنین کسانی هرگز صاحب نوه‌ای نخواهند شد.

بی‌حاصلی، حالتی بیهوده است. چون انتظار می‌رود شخص آمادگی لازم برای رفتن به فراسوی را داشته باشد در حالی که چنین شخصی هم ناتوان از درک این ویژگی بوده و هم اینکه قادر به قبول فناپذیری و اینکه مرگ جزئی غیرقابل اجتناب از زندگی است نمی‌باشد.

### مرحله ۸- یکپارچگی در مقابل پریشانی و انزوا بالای شصت و پنج سالگی.

پیری آخرین مرحله در چرخه‌ی زندگی است. این مرحله تعارض بین یکپارچگی (یعنی احساس رضایتی که شخص از زندگی پر بار گذشته خود می‌کند) و پریشانی (یعنی احساس اینکه زندگی پوچ و بی‌معنی بوده است) می‌باشد. دوره‌ای برای لذت بردن از نوه‌ها، اندیشیدن به تلاش‌های بزرگ و شاید مشاهده ثمره زحمت گذشته در سودی که نسل‌های آینده از آن می‌برند. احساس کمال امکان می‌دهد که شخص جای خود را در چرخه‌ی زندگی به پذیرد و قبول کند که زندگی هر کس مسوولیتی است که بر عهده‌ی خود اوست.

با این حال پیری صلح و صفایی نخواهد داشت مگر اینکه شخص در دوره‌های پیش به صمیمیت و مولد بودن دست یافته و بدون تولید نسل، احساس هدف و مقصود و احساس اینکه شخص زندگی هدف داری را گذرانده است در بین نخواهد بود و بدون این، احساس ترس از مرگ و احساس یاس و بی‌زاری مستولی خواهد شد. مردم گریزها و افرادی که به دیگران تکبر می‌فروشند در دام یاس گرفتارند.

در مجموع می‌توان گفت: کودکان سالم از زندگی ترسی نخواهند داشت و موفقیت در انتظار آنهاست اگر پدران و مادران آنها از یکپارچگی کافی برای نهراسیدن از مرگ برخوردار بوده باشند.

#### منبع:

خلاصه‌ی روانپزشکی علوم رفتاری - روانپزشکی بالینی  
کاپلان ترجمه نصرت‌الله پورافکاری



را بپذیرد. با گذشتن بحران صمیمیت در مقابل انزوا شخص بر انحصار و وابستگی‌های پیشین غلبه کرده و روابطی دوسویه بنا می‌نهد که به گروه‌های اجتماعی بسط می‌یابد.

### مرحله ۷- مولد بودن در مقابل بی‌حاصلی چهل تا شصت و پنج سالگی.

در طول سال‌های میانه بزرگسالی، شخص بین مولد بودن و بی‌حاصلی یکی را بر می‌گزیند. مولد بودن تنها به بچه‌دار شدن و بزرگ کردن آنها اطلاق نمی‌شود بلکه علاقه‌ی شدید در محیط خارج از خانه برای راهنمایی و تثبیت نسل آینده و بهبود بخشیدن به جامعه را نیز در بر می‌گیرد. افراد بدون فرزند اگر احساس نوع دوستی و خلاقیت داشته باشند می‌توانند مولد نیز باشند. اما بسیاری از مردم، مایلند اگر بتوانند انرژی و شخصیت خود را در تولید و تربیت فرزند خود صرف کنند. با وجود این، میل به داشتن فرزند، تضمین‌کننده‌ی مولد بودن نیست. برای مولد بودن خود پدر و مادر باید هویت واقعی بدست آورده باشند. شخص بالغی که علاقه‌ای به هدایت یا به وجود آوردن نسل آینده ندارد ممکن است در مورد صمیمیت نیز دچار وسواس بوده باشد که خود حاکی از فقدان صمیمیت است. چون ممکن است کسی از دواج کند و بچه‌دار شود اما در پیله‌ی خودخواهی‌ها و انزوا باقی بماند. چنین افرادی چنان به تن پروری قانع اند که