



НОУ-ХАУ ЦЕНТЪР
ЗА АЛТЕРНАТИВНИ ГРИЖИ
ЗА ДЕЦА. НБУ

Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

1. Ерик Ериксън и Его-психология

Етапи на психосоциалното развитие. Теория на развитието на Ерик Ериксън (1968)

Ерик Ериксън предполага, че човешкото развитие преминава през различни етапи. На всеки отделен етап индивидът е поставен пред определена психо-социална криза. В случая криза се разглежда в положителния смисъл като необходим етап на промяна, а не в негативния смисъл на опасност. Начинът, по който всеки човек е отглеждан, задава пътя на решаване на тези кризи или фиксира развитието му в нерешени задачи. Успешното разрешаване на всеки развитиен етап води до здраво психическо функциониране и вписване на човека в средата му. Неуспешното излизане от един етап на развитието води до трудности в следващия, неадекватна представа за себе си и света, и трудности в отношенията с околните. Развитиената задача на всеки етап Ериксън формулира като две алтернативи, между които индивидът трябва да „избира“. Така например много родители се оплакват, че техните тийнейджъри не са инициативни и не умеят да си поставят и преследват цели. Според Ериксън корените на тези умения се поставят във възрастта 3-5 години. Тогава чрез играта и общуването с другите децата развиват уменията и формират своята воля. В игровата конкуренция те започват да се стремят да успяват, да постигат цели, да побеждават. Ролята на родителите е да балансират в подкрепа на стремежа към успех и уменията за кооперативност с другите.

Какви са развитиените задачи, които характеризират всеки етап?

Е т а п на развитието	Психологическа криза	Успешно разрешаване на кризата	Възраст
1	Доверие срещу недоверие	Формиране на надежда 'Светът е добро място'	0-1 г
2	Автономност срещу срам и съмнение	Формиране на воля 'Аз изследвам света, искам и мога'	1-3 г.
3	Инициатива срещу вина	Формиране на цел 'Аз се стремя да успея'	3-5 г.



НОУ-ХАУ ЦЕНТЪР
ЗА АЛТЕРНАТИВНИ ГРИЖИ
ЗА ДЕЦА. НБУ

Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

4	Компетентност срещу малоценност	Формиране на чувство за компетентност 'Аз се уча и знам как'	5-12 г.
5	Идентичност срещу объркване на идентичността	Формиране на идентичност 'Аз знам кой съм и какъв искам да бъда'	12 -18 г.
6	Интимност срещу изолация	Формиране на способност за любов 'Аз мога да обичам'	18-35/40 г.
7	Креативност срещу стагнация	Формиране на способност за грижа 'Аз се грижа за другите'	35/40-65 г.
8	Цялост (интегритет) срещу отчаяние	Формиране на преживяване за мъдрост	65 -

1. Доверие срещу недоверие

В периода 0-1 г. бебето е в постоянна зависима връзка от възрастния (най-често майката), от когото получава защита, храна и успокоение. Добре откликващата майка формира у детето си преживяване за сигурност и доверие, защото предсказуемо посреща потребностите на своето бебе. В резултат на това бебето формира представа за света като за сигурно и предсказуемо място за живот. Отношенията в зрелия живот ще се характеризират с повече спокойствие и доверие към другите, както и със способност да се понесат разделите. Този развитиен етап приключва с формирането на способност за надежда, т.е. положително очакване за света и хората.

Неуспешното родителстване и липсата на преживяване за сигурност и доверие у бебето формират страх и недоверие към другите. Бебето развива чувството, че не може да предвиди средата и не знае какво го очаква или че това, което го очаква, е опасност. Това се случва, ако бебето е изоставяно, малтертирано, negliжирано (оставяно мокро,



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

гладно или на студено) или отглеждано от много и различни възрастни. Такова бебе израства като недоверчив, непредсказуем или агресивен възрастен, който е винаги нащрек от евентуална опасност. Това дълбоко, ирационално недоверие към света често е причина за развитие на проблеми със зависимости (към вещества, хазарт и пр.).

За формирането на доверие у бебето от централно значение е фигурата на ранна привързаност (виж Боулби, теория на привързаността).

2. Автономност срещу срам и съмнение

В периода 1-3 г. детето се развива физически и става подвижно. То лази, сяда, слага предмети в устата си, за да ги изследва и започва да ходи. Това означава, че детето има нужда от повече самостоятелност, за да се движи и да чувства удоволствие от движението. Детето започва да играе на разстояние от майка си и да прави избор на храна и играчки. Т.е. детето започва да формира своята индивидуалност и да усеща, че е отделен и различен от родителя индивид. За да се затвърди това усещане, детето след 18-ия месец трябва да бъде насърчавано да прави някои неща самó: да играе, да изследва средата, да се облича, да се храни. Така то развива чувство на автономност и разбира какво може и какво не може. Това е основа на следващия етап, в който ще може да си поставя цели. Така например достатъчно добрият родител има търпение да позволи на детето да се облече самó или да поиска помощ, ако не се справя. Целта е излизането от този етап е детето да развие самоконтрол без ниска самооценка, без да се срамува от себе си.

Провалът в разрешаването на кризата на този период води до чувство на съмнение в собствените възможности и прекалена зависимост от другия, ниско самочувствие или чувство за изоставеност (ако подкрепящ възрастен напълно липсва). Такова дете се опитва винаги да избегне конкуренцията, защото се страхува от провал или отрича провала. Друг неуспешен път е постоянната самокритика в зрелия живот. Неуспешното преминаване през този етап, закътването в дълбоките несъзнавани пластове на срам от себе си, е причина за множество прояви на проблемно поведение като гневни изблици, чести неконтролируеми смени на настроението, дълбоко съмнение в собствената ценност и компенсирането чрез прекалена самовлюбеност.

3. Инициатива срещу вина

В периода 3-5 г. детето е физически много активно. То се движи свободно и изпитва удоволствие от движението. Говори и изпитва удоволствие от речта, задава въпроси и



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

иска да знае. Детето започва да се включва активно в дейности с други деца в детската градина или в игрите си. Така то се научава да планира и да инициира дейности с другите деца. Развива чувството, че може да ръководи и да участва в група. Детето се научава да формира цел.

Липсата на условия за това или подкрепа от страна на родителя води до чувство за вина у детето и то става по-скоро последовател на другите, отколкото инициатор. Това често е резултат от свръхпротективни родители. Изоставеното дете няма към кого да адресира въпросите си. Понякога то е третирано като досадно или глупаво, което го кара да мисли, че въпросите му са срамни или глупави. То често се обръща само към групата на други деца в неговата ситуация. Провалът в този стадий на развитието води до блокаж на творчеството и нежелание за знание.

4. Компетентност срещу малоценност

В периода 5-12 г. детето се научава да използва езика пълноценно и развива символно абстрактно мислене (борави с цифри, формира понятие за вечност и крайност). То развива специфични компетентности, според индивидуалните си интереси и заложби. Групата на децата става много важна, защото детето за пръв път формира индивидуално значими приятелства. Това означава, че детето предпочита друго дете не заради компанията в играта, а заради индивидуалните качества на другото дете и може да толерира разделите с него (ваканции, пътувания), без те да нарушат приятелската връзка. Детската група и приятелствата стават източник на подкрепа и самочувствие. Детето има нужда от одобрението на другите деца. Това са наченките на потребността от вписаност в по-широка общност и развиване на гордост от принадлежността към нея. Достатъчно добрият родител насърчава усилията на детето да учи и да бъде инициативно в конкретни области, да си поставя цели и да участва в детската група.

Ако детето не е подкрепено в тази посока, то се чувства непродуктивно, некомпетентно и малоценно в сравнение с другите деца. Такова дете не може да реализира потенциала си и да развие специфични умения. То преживява света и обществото като прекалено изискващи и се отдалечава от тях, като в крайна сметка отпада (изолира се, дори излиза вън от закона и приетите стандарти на поведение).

5. Идентичност срещу объркване на идентичността

В периода на юношеството (12-18 г.) индивидът прави изключително значимия преход от детство към зрялост. Този преход е белязан от физически и психологически промени.



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

Юношите и девойките формират сексуална, социална, професионална идентичност: научават се да намират партньор, да се разделят, да остават във връзка; да бъдат с връстници, на напускат семейството, да общуват с родителите си по нов начин; да избират интимни партньори и да се разделят с тях; да избират професия, хоби, продължаващо образование, политическа идеология; да започват да живеят самостоятелно. Тези избори са съпроводени с много експерименти, които позволяват на юношите и девойките да тестват своите граници и възможности. Те се научават да влизат в различни роли в зависимост от средата, в която се намират: усвояват поведения, подходящи за училище, работна среда, приятелска компания, интимна връзка, отношения с родители. Успешното излизане от този период е устойчиво чувство за собствената идентичност и идея за бъдещето.

Промяната в тялото (физическа, хормонална) е източник на дискомфорт и тревожност. Намирането на 'своето място' е съпроводено с много бунт и обърканост. Затова юношите и девойките често се държат враждебно или непоследователно. Това е тяхната **криза на идентичността**. Юношите и девойките се опитват да изградят образ за себе си като отделни личности с цялата сложност на всички личностови аспекти: професионален, сексуален, социален и т.н. Ето защо те не искат да изглежда, че приличат на родителите си: те искат да бъдат различни, но още е трудно да дефинират това различие. Тази трудност намира израз с противопоставящо се поведение. Добрият родител разбира тази трудност и дава пример на детето си, без да налага волята си и като позволява на детето да прави избори и има личен живот.

Изоставените деца нямат постоянен възрастен, към когото да насочват своите въпроси, чийто пример да следват или отхвърлят. Както и при много деца, чиито родители не успяват да ги подкрепят в периода на юношеството, те се опитват да намерят отговор на въпроса 'Кой съм аз?' в **негативната идентичност**. Негативната идентичност е идентичност, която е в опозиция на всичко: детска престъпност, употреба на наркотици и алкохол, отпадане от училище, безразборно избиране на интимни партньори.. Някои юноши могат дори да проявят симптоми на психично заболяване, докато преминават през тази криза. Други навлизат в така наречения **мораториум на идентичността**, което значи, че отлагат максимално вземането на решения и промените в живота си, защото се чувстват напълно неготови за това.

6. Интимност срещу изолация



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

В периода 18-35/40 г. човек се свързва интимно с партньор за по-дълго време. Качеството на връзката е различно, защото тя няма толкова експериментален характер като юношеската. Човек е готов да направи емоционална инвестиция в собствено семейство. Успешното преминаване през този етап означава способност за посвещаване на друг човек, сигурност в отношенията и загриженост за другия в контекста на запазване на собствената идентичност. Избягването на интимността и страхът от свързване водят до изолация и самота.

7. Креативност срещу стагнация

През периода от 35/40 до 65 г. хората са направили избор на кариера, партньор и принадлежат към някаква общност. Това им позволява да дадат нещо на другите: продукт от работата си, деца, обществено значими постижения. Неуспехът в този етап е свързан с преживяване за стагнация и непродуктивност.

8. Цялост (интегритет) срещу отчаяние

След 65 г. човек е направил изборите в живота си и прави равностойка. Ако тя е свързана с преживяване за завъшеност на поставените цели, човек развива чувството за вътрешен баланс и интегритет. Ериксън смята, че човек има преживяване за непродуктивност и празнота, когато се чувства виновен по отношение на миналото и неуспял. Това води до отчаяние и безнадеждност, вместо до преживяване за мъдрост и приемане на факта за човешката крайност.

В теорията на Ериксън всеки етап има своето значение, а централно място заема именно процесът на изграждане на идентичност. Всеки нерешен предишен етап има своето отражение върху идентичността, както и объркването на идентичността води до трудности в адаптацията и общуването на зрелия човек. Ето как неуспешното разрешаване на развитийните задачи на отделните етапи влияе върху следващите:

							ИНТЕ- ГРИТЕТ с р е щ у ОТЧАЯ- НИЕ
--	--	--	--	--	--	--	---



НОУ-ХАУ ЦЕНТЪР
ЗА АЛТЕРНАТИВНИ ГРИЖИ
ЗА ДЕЦА. НБУ

Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

						ГЕНЕРАТИВНО С Т срещу СТАГНАЦИЯ	
					ИНТИМНОСТ срещу ИЗОЛАЦИЯ		
Времева перспектива срещу обръкване на времето	Самоувереност срещу неувереност в себе си	Експериментира не с роли срещу фиксирани роли	Подготовка за работа срещу парализа на дейността	ИДЕНТИЧНОСТ срещу ОБЪРКВАНЕ ИДЕНТИЧНОСТТА	Сексуална поляризация срещу бисексуално обръкване	Лидерство и следване на лидери срещу обръкване на авторитета	Обръкване с идеология срещу обръкване на ценностите
			ТРУДОЛЮБИЕ срещу МАЛОЦЕННОСТ	Идентификация на задачите срещу чувство на безполезност			



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

		ИНИЦИ АТИВА с р е щ у ВИНА		Очаква- не на ро ли с р е щ у блокира не на ролите			
	АВТОН О М И Я с р е щ у СТРАХ, СЪМНЕ НИЕ			С т р е - меж да бъ деш себе си с р е щ у съмне- ние в себе си			
ДОВЕР И Е с р е щ у НЕДОВ ЕРИЕ				Взаимно призна- в а н е с р е щ у и з о л а - ция			

Ако в периода 5-12 години детето не е развило усещане, че то е компетентно и че полаганите усилия водят до успех, по време на юношеството то ще отказва и съботира участието си в дейности, свързани с компетентности именно поради развитото чувство, че то не може да се справи, че е неспособно, че няма смисъл. При деца, израснали в трудни условия без родители, развитите умения през този период би трябвало да се разглеждат през една положителна призма: напр. младежът има прояви на кражби и положителните умения в това поведение са наблюдателност, ловкост, бърза преценка на ситуацията, познаване на състоянията на хората и пр. Тези умения със сигурност биха били ценни и за други дейности и професии.

За специалистите тази теория е важна, тъй като обхваща целия период на развитие на човека и прави взаимовръзки между различните етапи на развитие. Тя дава възможност за определяне на началото във възрастта и причините за



НОУ-ХАУ ЦЕНТЪР
ЗА АЛТЕРНАТИВНИ ГРИЖИ
ЗА ДЕЦА. НБУ

Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

наблюдаван проблем и съответно как наблюдавания проблем може да бъде решен чрез връщане към дадената възраст и успешно преминаване (доколкото е възможно) през дадената житейска развитийна задача.