

هشت مرحله زندگی

بر اساس نظریه اریک اریکسون

منصور شمس احمدی

عضو شورای عالی انجمن حسابداران خبره ایران

می شود، ناراحتی اش برطرف و به موقع تغذیه می شود، طرف محبت و بازی قرار می گیرد و نوازش می شود، احساس می کند که دنیا محلی امن و مردم کمک کننده و قابل اعتمادند. اما مراقبت، گسسته، ناکافی و مایوس کننده، موجب بی اعتمادی، رفتار توام با ترس و سوءظن کودک نسبت به دنیا به طور کلی و مردم به طور خاص خواهد شد و در مراحل بعدی زندگی نیز تداوم خواهد یافت. کودکی که با احساس بی اعتمادی به مدرسه راه می یابد، ممکن است به آموزگاری اعتماد کند و در شانس دوم خود بر این احساس بی اعتمادی غلبه کند. از سوی دیگر، در کودک رشد یافته با احساس بی اعتمادی، ممکن است در مراحل بعدی زندگی، مثلاً در صورت جدایی والدین در شرایط تلخ و آزاردهنده، این احساس ناخوشایند درونی تحریک و تقویت شود.

خودمختاری در برابر تردید (Autonomy vs. Doubt)
مرحله دوم، بین دو تا سه سالگی است. در این مرحله احساس استقلال و خودمختاری شکوفا می شود. وجود این احساس به دلیل توانایی های جدیدی است که کودک

"گاه آنقدر در حساب و کتاب دیگران غرق می شویم که حساب زندگی خودمان از کف می رود"

اریک اریکسون، روانکاو و استاد دانشگاه هاروارد، فرایند رشد و سلامت روانی را در نظریه مشهور خود به هشت مرحله تقسیم می کند. نوآوری اریکسون در تبیین شخصیت، تاکید بر مشکلات جوانان و بزرگسالان و رد نظر بسیاری از روانکاوان سنتی است که بنیان شخصیت را فقط در دوران کودکی تصور می کنند. به نظر او هر مرحله از زندگی با شکست و موفقیت هایی همراه است، اما شکست افراد، با کمک والدین و جامعه می تواند با موفقیت در مراحل بعدی جبران شود.

اعتماد در برابر بی اعتمادی (Trust vs. Mistrust)

کنش متقابل اجتماعی که در اولین مرحله زندگی ظهور می کند و تا یک سالگی ادامه می یابد، از یک سو اعتماد و از سوی دیگر بی اعتمادی است. درجه اعتماد کودک نسبت به دنیا، دیگران و خود، بستگی به کیفیت و مراقبت و محبتی دارد که از آن برخوردار می شود. کودکی که نیازش برآورده

بدست می‌آورد. در این سن کودک صحبت می‌کند، راه می‌رود و تمایل دارد تا محیط و اطرافش را بشناسد. در این دوران، کودک از موفقیت‌های خود احساس غرور می‌کند و می‌خواهد هر کاری را خودش انجام دهد. اگر والدین این نیازهای کودک را به خوبی درک کنند و تا آنجا که مخاطره‌آمیز نباشد او را در انجام کارها و بازی‌هایش آزاد گذارند، کودک احساس می‌کند که بر عضلات و حرکات و محیط اطرافش کنترل دارد و بنابراین احساس استقلال در او رشد می‌کند. اگر والدین و اطرافیان صبور نبوده و هرکاری را که کودک می‌تواند انجام دهد. برایش انجام دهند، احساس شرم و تردید را در او تقویت خواهند کرد. اگر کودک این مرحله را به جای استقلال با شرم و تردید سپری کند، در دوره‌های جوانی و بزرگسالی در کسب استقلال ناتوان خواهد بود. برعکس، اگر او این مرحله را با احساس استقلال طی کند، در مراحل بعدی زندگی نیز آمادگی مستقل بودن را دارد.

ابتکار در برابر احساس گناه (Initiative vs. Guilt)

کودک در این مرحله در سن ۴ تا ۵ سالگی بر محیط اطرافش کنترل زیادی پیدا کرده است و می‌تواند خیلی از کارها را خود و بدون کمک دیگران انجام دهد. رفتار او دیگر صرفاً تقلید و یا واکنش نسبت به عمل دیگران نیست. بعد اجتماعی، در این مرحله از یکسو ابتکار و از سوی دیگر احساس گناه است. چگونگی گذر کودک در این مرحله با احساس ابتکار یا گناه و تقصیر بستگی به واکنش والدین نسبت به نیازهای کودک دارد. و در کودکی که آزادی و فرصت بازی و کارهای توأم با ابتکار و خلاقیت را دارند و به سوال‌هایشان به طور صحیح پاسخ داده می‌شود، حس ابتکار تقویت خواهد شد. برعکس، در کودکی که احساس کند کارهایش بد است و سوال‌هایش موجب مزاحمت و بازی‌هایش احمقانه بوده است، احساس گناه رشد کرده و این احساس ناخوشایند در مراحل بعدی زندگی نیز با او همراه خواهد بود.

کوشایی در برابر حقارت (Industry vs. Inferiority)

مرحله چهارم، سن ۶ تا ۱۱ سالگی یا سن دبستان است. در این دوران است که کودک توانایی استدلال دارد و

می‌تواند بازی‌های مستلزم رعایت مقررات را انجام دهد. بعد اجتماعی حاصل در این مرحله، از یک سو احساس کوشایی و خلاقیت و از سوی دیگر احساس حقارت است. کوشایی و خلاقیت مفاهیم چگونگی کار و ساخت اشیاء را در بر می‌گیرد. زمانی که کودکان تشویق می‌شوند بسازند و کاری را، مانند ساخت مدل‌های هواپیما، خیاطی، آشپزی و غیره، انجام دهند احساس خلاقیت آنها رشد می‌کند. اما والدینی که انجام این کارها را خود گول زدن و بهم ریختن می‌نامند، احساس حقارت را در فرزند خود نهادینه می‌کنند. در این دوران، موسسات اجتماعی دیگر به غیر از خانواده به ویژه مدرسه، در گستره‌ی رشد و یا بحران فرد نقش موثری بازی می‌کنند. تجربیات مدرسه در تعادل بین کوشایی و احساس حقارت کودک تاثیر دارد و احساس حقارت ممکن است در محیط نامناسب مدرسه تقویت شده و یا برعکس با وجود آموزگارانی دلسوز، احساس خلاقیت رشد کند.

هویت در برابر گم‌گشتگی نقش

(Identity vs. Role confusion)

زمانی که فرد به مرحله جوانی وارد می‌شود (مرحله پنجم، حدوداً بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی) از نظر ذهنی، روانی و اجتماعی بالغ می‌شود و افزون بر احساس‌ها و نیازهای جدید که همراه با تغییرات فیزیولوژیکی، طرز تفکرش نسبت به خود و دنیای اطراف تغییر می‌کند. جوانان در این مرحله قادر به مقایسه خانواده و اجتماع خود با دیگر خانواده‌ها و جوامع هستند و می‌توانند نظریه‌ها و فلسفه‌هایی را برای خود بنا نهند که همه جنبه‌های متضاد و متفاوت جامعه را در خود جای دهد. به عبارت دیگر جوان، ایده‌آلیست ناشکیبایی است که اعتقاد دارد تحقق ایده‌آل‌ها به سادگی تصور آنهاست. بُعد میان فردی ناشی از این مرحله، از جهت مثبت به هویت خود و از جنبه‌ی منفی به گم‌گشتگی نقش می‌انجامد. جوان در این مرحله، آنچه را که تاکنون به عنوان یک فرزند، یک دانش‌آموز، یک ورزشکار و ... آموخته است را در غالب نقشی با مفهوم جمع و جور می‌کند که بتواند با گذشته‌اش ارتباط داشته و با آینده سازگارتر باشد. موفقیت جوان در این مرحله به احساس هویت روانی اجتماعی

هویتی و درگیری در کارهای سازنده در این مرحله منجر به بعد جدیدی از روابط انسانی می شود که از یکسو احساس تعلق و از سوی دیگر احساس انزوا را در پی خواهد داشت. منظور از احساس تعلق و دوست داشتن عشقی فراتر از روابط جنسی است. منظور توانایی در مشارکت و همدردی با دیگران، بدون ترس از گم کردن خویش است. در این مرحله نیز، موفقیت یا شکست با تجربیات مراحل قبلی ارتباط دارد و شرایط اجتماعی نیز به وجود احساس تعلق یا انزوا کمک خواهد کرد. سربازانی که شرایط سخت و خطرناکی را با هم گذرانده اند احساس تعهد عمیقی نسبت به یکدیگر پیدا می کنند که نمونه ی بارز احساس تعلق است و در صورتی که چنین احساسی از طریق ارتباط با دوستان و یا ازدواج برقرار نشود نتیجه اش انزوا و احساس تنهایی است.

زاینده گی در برابر در خود فرو رفتگی

(Generativity vs. Selfabsorbtion)

میان سالگی با زاینده گی و یا در خود فرو رفتگی شروع خواهد شد. منظور از زاینده گی، بیان این مفهوم است که انسان به غیر از نزدیکان خود نگران نسل های آینده و جامعه نیز هست و خواهان دنیایی بهتر برای زندگی و کار جوانان است و در این راه قدم برمی دارد. افراد ناموفق در ایجاد این احساس، گرفتار خود فرو رفتگی می شوند و فقط به نیازهای شخصی و راحتی خود اهمیت می دهند.

رضایت در برابر تاسف (Integrity vs. Despair)

مرحله هشتم مربوط به دورانی است که فعالیت های اصلی انسان رو به اتمام است دوران، زمان لذت بردن از ارتباط با نوه ها و نگاه خوشایند به گذشته است. احساس حاصل از این مرحله، از یکسو رضایت و از سوی دیگر تاسف است. در این دوران، انسان به گذشته می نگرد و اگر مراحل زندگی را با موفقیت گذرانده باشد احساس رضایت و غرور می کند. اما اگر گذشته اش مجموعه ای از فرصت های از دست رفته و راه های نامناسب پیموده شده باشد احساسی همراه با تاسف و ناامیدی خواهد داشت. شاید برای جبران دیگر خیلی دیر باشد.

می انجامد. احساس این که کی است، کجا بوده و به کجا می رود. برعکس دوران کودکی که والدین به طور مستقیم در شکل گیری جنبه های روانی اجتماعی کودک تاثیر داشته اند در این مرحله این نقش بیشتر غیرمستقیم است. اگر جوان با درایت والدین، با احساس اعتقاد، استقلال، ابتکار و خلاقیت به این مرحله برسد، شانس دسترسی او به خود هویتی بیشتر است. این شانس برای جوانی با احساس عدم اعتماد، تردید، گناه و حقارت به مراتب کمتر است.

افزون بر آنچه که جوان از مرحله کودکی با خود به این مرحله می آورد، دست یابی به هویت شخصی به ارزش های اجتماعی محیط زندگی و رشد نیز بستگی دارد. هنگامی که جوان به دلیل کودکی تاسف بار و یا شرایط اجتماعی نامناسب نتواند به یک هویت شخصی دست یابد، احساس گمگشتگی نقش خواهد داشت. برخی جوانان به دنبال هویتی منفی هستند. هویتی برخلاف آنچه توسط خانواده، دوستان و اجتماع برای آنها تجویز شده است. هیپی ها در سال های گذشته و پانک ها در سال های اخیر، نمونه هایی از این اعتراض به ارزش های متضاد جامعه هستند، گو اینکه، گاه به هر حال هویت داشتن بهتر از بی هویتی است. جوانان در بسیاری موارد آن قدر که والدین یا جامعه، این هویت منفی را به آنها تحمیل می کند، دائماً به دنبال چنین هویتی نیستند. بسیاری از سرکوفت ها و تلقیق های منفی، موجب پیدایش این هویت خواهد شد.

همان طور که هویت ایجاد شده در این مرحله در مراحل بعدی زندگی به چالش کشیده خواهد شد و تضمین کننده موفقیت های بعدی نیست، شکست در احراز هویت مناسب نیز الزاماً موجب شکست های آتی نخواهد شد. زندگی، تغییر مداوم است. روبه رو شدن با مشکلات در هر مرحله از زندگی، تضمین کننده عدم مواجه مجدد با آنها در آینده و یا عدم امکان دست یابی به راه حل های جدید برای حل آنها نیست.

تعلق در برابر انزوا (Intimacy vs. Isolation)

مرحله ششم از زندگی دوران بین جوانی و میانسالی است. از این مرحله به بعد، روانشناسان سنتی حرف چندانی برای گفتن ندارند. از نظر اریکسون، در این مرحله خود