

Krzysztof Wielecki

To fragment poświęcony teorii rozwoju tożsamości Erika Eriksona. Obejmuje okres od urodzenia do 6 roku życia. W następnym odcinku (bo to jest, jak kryminalna powieść w odcinkach) omówiony będzie późniejszy okres

### **Erik Erikson**

Tożsamość wydaje się stanem i procesem zarazem, gdyż jest w ciągłej zmianie, jest ściśle związana z ogólnym rozwojem człowieka i jego osobowości. W pojęciu tym zamyka się to, jak podmiot sam siebie spostrzega oraz jak – we własnym przeświadczeniu - jest spostrzegany przez innych. Jest to jednak, jak wspominałem, nie tylko proces psychologiczny, ale także społeczny i kulturowy. Polega na identyfikacji z samym sobą (*itentify himself*) oraz z innymi ludźmi, prawdziwymi lub fikcyjnymi. Kłopotliwe i skłaniające do ostrych ocen, desperackie i neurotyczne zachowania wielu dzieci i dorosłych, a także „powerful manifestation of naked instinctual expression is often only a desperate plea for permission to synthesize and sublimate in the only way possible”<sup>1</sup>.

Na każdym etapie rozwoju odbywa się wielka praca osobowości, której efektem jest aktualny stan tożsamości. Składa się na nią nieustanna synteza z użyciem skomplikowanych procesów przesiewowych i mechanizmów obronnych: “In the individual it is the ego's task to promote the mastery of experience and the guidance of action in such a way that a certain wholeness synthesis is, ever again, created between the diverse and conflicting stages and aspects of life-between immediate impressions and associated memories, between impelling wishes and compelling demands, between the most private and the most public aspects of existence. To do its job, the ego develops modes of synthesis as well as screening methods and mechanisms of defence. As it matures through the constant interaction of maturational forces and environmental influences, a certain duality develops between higher levels of integration, which permits a greater tolerance of tension and of diversity, and lower levels of order where totalities and conformities must help to preserve a sense of security” (Erikson 1994:81-82)<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> silna manifestacja nagiej instynktownej ekspresji jest często tylko desperacką prośbą o pozwolenie na syntezę i sublimację w jedyny możliwy sposób

<sup>2</sup> Zadaniem ego jest promowanie opanowania doświadczenia i kierowania działaniem w taki sposób, aby po raz kolejny powstała pewna synteza całości pomiędzy różnorodnymi i sprzecznymi etapami i aspektami życia, między bezpośrednimi wrażeniami i związanymi z nimi wspomnieniami, między wzbudzeniem pragnień i przekonaniami, między najbardziej prywatnymi a najbardziej publicznymi aspektami istnienia. Aby wykonać swoje zadanie, ego rozwija tryby syntezy, a także metody przesiewowe i mechanizmy obrony. Gdy dojrzewa dzięki ciągłemu oddziaływaniu sił dojrzewania i wpływów środowiska, rozwija się pewna dualność między wyższymi poziomami integracji, co pozwala na większą tolerancję napięcia i różnorodności, a niższymi poziomami porządku, w których sumy i zgodności muszą pomóc zachować poczucie bezpieczeństwa.

Życie na co dzień i od święta, a także w związku z wymogami rozwojowymi, jakie wynikają z przechodzenia z jednego etapu rozwoju do następnego narusza nieustannie równowagę, która na poziomie tożsamości jest też nieustannie rekonstruowana. Jedną z niekorzystnych metod obronnych, jakie ludzie podejmują w stosunku do siebie samych, jak i swego otoczenia społecznego i kulturowego jest totalizacja. Nie jest to korzystne, gdyż nie tylko nie rozwiązuje problemów, jakie spowodowały taką tendencję, ale dodatkowo uniemożliwia przejście z fazy do fazy na drodze rozwoju indywidualnego. Może nawet powodować regresję rozwojową.

Erikson zaproponował jedną z najoryginalniejszych idei dotyczących etapów rozwoju psychicznego człowieka od urodzenia do starości. Warto poświęcić nieco więcej uwagi temu pomysłowi. Zdaniem uczonego od momentu narodzin dziecko odczuwa wiele sprzecznych impulsów. Ale wśród nich jeden konflikt ma kluczowe znaczenie dla rozwoju tożsamości: pomiędzy nadzieją i zaufaniem a nieufnością. Najpierw do matki, a potem stopniowo do reszty świata. Z doświadczenia klinicznego psychologa wynikało, iż faza ta najczęściej trwa 18 miesięcy. Wtedy decydują się fundamenty dynamiki rozwojowej człowieka i kształt jego tożsamości na całe życie. Erikson mówił o *podstawowym zaufaniu* lub *podstawowej nieufności*, jako najogólniejszej orientacji, wyznaczonej przez tożsamość. Wartością najcenniejszą w tej fazie życia miałyby być nadzieja, czyli coś pomiędzy całkowitym zaufaniem lub kompletnym jego brakiem. Matka i jej odnoszenie się do dziecka jest dla małego dziecka reprezentacją całego świata, z kosmosem włącznie. Jest także źródłem zaufania lub nieufności do samego siebie. Pozytywne rozwiązanie tego konfliktu wytworzy trwałą podstawę tożsamości. Jeśli nie, dziecko może pozostać na resztę życia z poczuciem chaosu świata, lęku przed nim i zwątpienia we własne możliwości. Ponadto, na podstawie relacji z matką formuje się skłonność do wchodzenia w inne relacje społeczne. W okresie od pierwszego roku do trzeciego główny konflikt wewnętrzny dziecka rozgrywa się między poczuciem autonomii i niezależności a wstydem i zwątpieniem w siebie. Swoboda poszukiwań, akceptacja ze strony rodziców, włącznie z jego niepowodzeniami mają – zdaniem Eriksona - sprzyjać jego odwadze samodzielności i zachowaniu poczucia własnej wartości nawet w sytuacji, gdy dziecko nie odnosi sukcesu. Właściwością, która dobrze rokuje gdy chodzi o przejście do następnej fazy rozwojowej miałyby być wykształcenie się własnej woli dziecka. W wieku przedszkolnym (3-5 lat) dziecko wchodzi w ożywione kontakty z rówieśnikami oraz podejmuje wiele coraz bardziej samodzielnych zadań i czynności. W zależności od tego, czy pozwala się dziecku na samodzielność i podejmowanie własnych decyzji czy nie, czy spotyka się ono z wiarą bliźnich w swoje możliwości lub z obawą o nie, protekcjonalizmem, chronieniem przed

samodzielnością - ma ono skłonność do *inicjatywy* lub poczucia *winy*. Będzie to sprzyjać pewności siebie, odwadze działania, zdolnościom przywódczym i kreatywności albo przeciwnie: poczuciu, że jest się obciążeniem dla innych, niesamodzielności, skłonności do biernego naśladownictwa. Gdy rodzice potrafią zachować równowagę między skrajnymi postawami wychowawczymi, dziecko osiąga sukces i zachowuje równowagę między inicjatywą i winą. Pozwala to przejść do następnego etapu rozwojowego.

W wieku 6 – 11 lat, kiedy to dziecko idzie do szkoły i spędza w niej pierwsze lata porównuje siebie z rówieśnikami. Wielkie znaczenie ma wówczas samoocena. Jej efektem może być poczucie niższości i zniechęcenie wynikające z niskiej oceny swych możliwości i szans. Ale najczęściej, zwłaszcza gdy nauczyciele umiejętnie kształtują sytuację szkolną uczniów, dzieci charakteryzują się ambicją i pracowitością, która pozwala im wytrzymywać konkurencję rówieśników. Pożądaną cnotą tego okresu jest kompetencja.

Kluczowe znaczenie dla kształtowania się tożsamości ma faza obejmująca od 12 do 18 roku życia. Wtedy właśnie ma – zdaniem Eriksona – pojawiać się w sposób dojmujący pytanie najistotniejsze dla dojrzałości psychicznej: kim jestem? Często metodą bolesnych i niebezpiecznych prób oraz błędów, a także ryzykownych eksperymentów, młody człowiek szuka w sobie i wokół, tego co chce uważać za jego własne, z czym się identyfikuje, co jego zdaniem, określa go w sposób istotny, co jest dla niego charakterystyczne. Dotyczy to także sfery moralnej. Nastolatek próbuje znaleźć też swoje miejsce w przyszłości, w dorosłym społeczeństwie. Wśród wielu możliwości jakie oferuje teraźniejszość i przyszłość oraz wielu rozmaitych konceptów siebie samego i planów „na siebie” łatwo o rozproszenie tożsamości. Jest ono odczuwane jak trauma. Ta wczesna młodość to czas, który “it bridges the stage of young adulthood, when a variety of social roles become available and, in fact, increasingly coercive”<sup>3</sup>. Jeśli nastolatek ma potrafić podjąć w przyszłości dorosłe role i pomyślnie je pełnić musi mieć możliwość ich wypróbowywania, eksperymentowania z nimi. Dotyczy to także norm, wartości i obyczajów. Nikt za nikogo nie może wypracować dojrzałej tożsamości, tego przynoszącego satysfakcję poglądu, że wiem kim jestem i czego chcę w tym trudnym, różnorodnym i niezwykle złożonym świecie. Oczywiście, musi to często budzić obawy rodziców i pedagogów. Jest to okres tzw. kryzysu tożsamości, wielkim i traumatycznym napięciem pomiędzy samookreśleniem swej tożsamości i wiernością sobie, a zagubieniem się, dezintegracją tożsamości, jej rozproszeniem. Labilność, przerzucanie się ze skrajności w skrajność, przekraczanie granic może sprawiać wrażenie, iż młodzi ludzie szaleli. Jednak, jak

---

<sup>3</sup> stanowi przejście do etapu młodego wieku dorosłego, kiedy różne role społeczne stają się dostępne, a w rzeczywistości coraz bardziej przymusowe.

pisał Erikson: "in spite of the similarity of adolescent "symptoms" and episodes to neurotic and psychotic symptoms and episodes, adolescence is not an affliction but a normative crisis, i.e., a normal phase of increased conflict characterized by a seeming fluctuation in ego strength as well as by a high growth potential"<sup>4</sup>. Rodzice i pedagodzy, zdaniem uczonego, powinni z zaufaniem, cierpliwością i akceptacją towarzyszyć nastolatkom w ich drodze do dorosłości. Z jednej strony starając się wzmacniać pozytywne wybory, a z drugiej ograniczając pole ryzykownego eksperymentu. Można to nazwać daniem kontrolowanej swobody i wsparcia. W rozmowach, a także poprzez zakazy i rady powinni wystrzegać się mentorstwa, ostrych reakcji, stylu represyjnego i represyjnego, a z drugiej wyznaczać jednak ostateczne granice, poddając wszakże raczej pod rozważenie, niż pouczając, motywując do rozsądnego i samodzielnego myślenia niż rozstrzygając problemy za dziecko i decydując za nie, dyskutując z poszanowaniem zdania nastolatka, niż narzucając własne poglądy.

Okres od 18 do 40 roku życia to miałyby być czas rozwoju intymności w przyjaźniach, a zwłaszcza w relacjach z płcią odmienną. Znaczenie kolegów i grupy rówieśniczej miałyby być coraz mniejsze, na rzecz znacznie bliższych i głębszych, ale mniej licznych związków przyjacielskich. Liczne sympatie o podłożu erotycznym, krótkie, ale romantyczne sympatie okresu młodzieńczego miałyby być zastępowane przez głębsze i bardziej trwałe uczucia, aż do w pełni intymnej, najważniejszej i planowanej na całe życie miłości do jednej osoby. Naturalną konsekwencją tego miałyby być pragnienie założenia rodziny i posiadania dzieci. Na przeciwnym biegunie, w wypadku niedoświadczenia takiej miłości miałyby być *izolacja*. Drugi okres, tzw. późnej dorosłości miałyby obejmować ludzi między 40 i 65 rokiem życia. Sukces dokonywanych wcześniej i w tym okresie wyborów, poczucie satysfakcji z pełnionych ról społecznych, zwłaszcza rodzicielskich i małżeńskich, a także zawodowych usposabia korzystnie pod względem psychicznym, gruntuje i rozwija pogłębioną i rozbudowaną tożsamość. Sprawia to, iż ludzie w tym wieku, korzystając ze swego doświadczenia, wiedzy i umiejętności społecznych mogą stać się naprawdę *produktywni*. W przeciwnym wypadku ich tożsamość popada w stagnację, nie są zadowoleni ze swego życia, żałują dokonywanych wyborów, obarczając winą samych siebie i innych ludzi. Motywem życiowym, który pomaga szczęśliwie wybrnąć z konfliktu *produktywność vs. stagnacja* jest – jak twierdził psycholog – chęć dawania a opieki i troska o innych. Powyżej 65 roku życia to czas – zdaniem Eriksona – kiedy wśród wielu problemów, napięć i konfliktów jeden nabiera znaczenia kluczowego:

---

<sup>4</sup> pomimo podobieństwa „symptomów” i epizodów nastolatków z objawami i epizodami neurotycznymi i psychotycznymi, dorastanie nie jest chorobą, lecz kryzysem normatywnym, tj. normalną fazą nasilonego konfliktu, charakteryzującą się pozorną fluktuacją siły ego, a także wysoki potencjał wzrostu.

między integralnością tożsamości a rozpaczą. Cnotą podstawową miałyby tu być *mądrość*. Ta zaś jest funkcją wcześniej osiągniętej dyspozycji do akceptacji siebie realnego i rzeczywistego, włączając w to wszystkie blaski i cienie. Zdaniem uczonego fundamentalne znaczenia dla integralności ego ma fakt, czy zasadniczo uważamy swoje życie za udane, siebie zaś za ludzi spełnionych. Jeśli nieuniknione spojrzenie w przeszłość sprawia, iż w istotnym stopniu nie jesteśmy zadowoleni z siebie i swego życia, nasza konfrontacja z nieuniknioną śmiercią prowadzi nas do rozpacz. Zapewne interesującym podsumowaniem koncepcji Eriksona będzie jego własna opinia o tej ostatniej fazie życia, pisana z perspektywy człowieka sędziwego (choć trzeba pamiętać, iż uczoney żył 92 lata). Pisał: “A man in his eighties (and my decades roughly coincide with those of our century) prefers to look back and see what summary claims, hopes, and fears have been underlined by the course taken in middle life. In old age one acquires something of a historical, and, in fact, ‘life-historical’ identity reflecting the specific times and spaces which one yet develops a – sometimes desperate – need to experience something of an existential identity encompassing one’s own singular existence”. Córka Eriksona, Joan M. Erikson, rozwinęła koncepcję ostatniej fazy, jaką wymienił ojciec. W rzeczywistości dodała do jego typologii fazę dziewiątą, obejmującą późną starość, a właściwie umieranie (Erikson, Erikson 1998).