5.3. Erik Erikson‐en Bizitza Zikloen Garapenaren Teoria

Erik Erikson (1902‐1994)

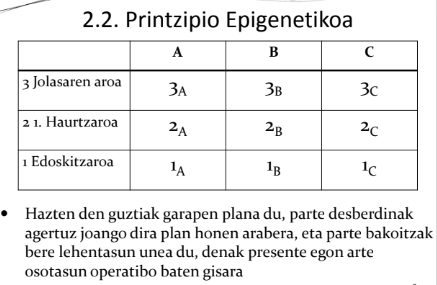
* Teoria Post‐freudiarra
* Freudek haurtzarora mugatutako garapena hedatu zuen nerabezarora, gaztarora, helduarora eta zahartzarora
* Bizitzaren aldi bakoitzean pertsonaren baitan borroka aldi horrekiko espezifiko den borroka bat gertatzen da, identitate krisi baten gisara azaleratzen dena
* Post freudiarra= Freudengandik oinarritzen da. Baina ikuspuntu psikosoziala du.
* Pertsonak bizizatzen aro bakoitzean erronka bat du. Borroka horien ondorioz pertsonak jarraitzen duen bidea da bizitza.
* Garrantzitsuena nerabezaroa. Pertsonek haur identitate bat kendu behar du eta heldu nortasun bat hartu behar du.

1. Eriksonen Teoria Post‐freudiarra

* Freud: egoa zaldizkoa da (zaldia=zera)
* Erikson: egoa indar positiboa da, identitatea sortuko duena, niaren zentzu bat
* Egoak lagunduko digu bizitza ‐krisietara eta gatazka desberdinetara moldatzen
* Gizartearen indar berdintzaileen aurrean indibidualtasunaren galeraz babestuko gaitu
* Nerabezaroan bultzada handiagoa hartuko du
* Egoa izate antolatzailea da, parte batean inkontzientea
* Egoa: gaitasuna esperientziak eta ekintzak bateratzeko modu malguan
* Bizitza krisietan egoak laguntzen du krisia gainditzen. Aldi berean pentsatzen du gizarteak berdintasun bat dagoela.

2.2. Printzipio Epigenetikoa

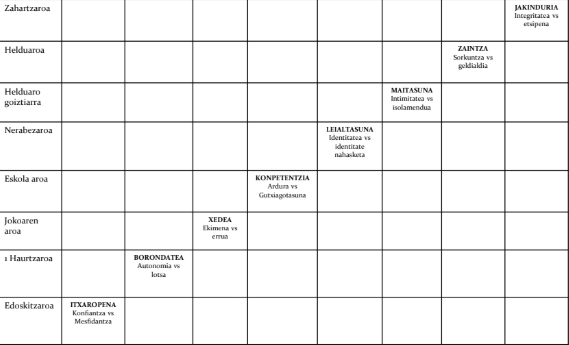
* Egoa garatuz doa printzipio epigenetiko bati jarraituz (enbriologia)
* Printzipio epigenetikoa: fetu‐organoen garapena ebolutiboki zehaztutako hazkuntza bati jarraituko zaio, sekuentzia bati jarraituz
* Fase bakoitza aurrekoaren gain osatzen da, baina ez du aurrekoa ordezkatzen
* Organo batek heldutasuna ez badu lortzen une jakin batean, jada ez du egingo
* Adb. Lauoinka zuzen ibili baino lehen, ibili korrika egin baino lehen, korrika egin jauzi egin baino lehen



3. Garapen Psikosozialaren Faseak

* Printzipio epigenetikoa: osagai bakoitza aurrekoan du oinarria eta bere nagusitasun unea, baina ez du aurrekoa ordezkatzen
* Garapenaren fase bakoitzean elementu sintoniko eta distonikoen arteko elkarrekintza ematen da
  + Sintonikoa: garapenaren helburuarekin bat datorrena
  + Distonikoa: garapenaren helburuarekin bat ez datorrena
* Adb. Edoskitzaroan konfiantza elementu sintonikoa eta mesfidantza elementu distonikoa
* Egokitzapenerako beharrezkoak izango dira elementu sintonikoa eta distonikoa
* **Oinarrizko indarra:** fase bakoitzean elementu sintoniko eta distonikoen arteko gatazkak sortzen duen egoaren ezaugarria
  + Adb. Konfiantzaren versus mesfidantzaren arteko gatazkak itxaropena sortzen du
  + Indar honek hurrengo fasera igarotzea ahalbidetuko du
* **Oinarrizko patologia:** oinarrizko indarra ahulegia baldin bada oinarrizko patologia sortuko da
  + Adb. Edoskitzaroan ez badago nahiko itxaropena, atzerakuntza sortuko da
* Umeak ez du sentitzen konfiantza bat bizitzarako.
* Fase bakoitzak bere oinarrizko patologia izango du
* Eriksonek garapen psikosozialaren faseak deitu bazituen ere, ez zuen bistaz galdu giza garapenaren dimentsio biologikoa
* Bizitzaren fase batean gertatutakoek ez dute goitik behera baldintzatzen identitatearen garapena; egoaren identitatea gatazka eta gertakari kopuru handi batez osatua dago, iraganekoak, orainekoak eta etorkizunekoak
* Nerabezarotik aurrera bereziki, nortasunaren garapena identitate krisi baten bitartez adieraziko da
  + Identitate krisia: bulneragarritasun eta potentzialtasun gehieneko unea. Nerabezarokoa da inportanteena.
  + Nortasunean gauza daitezkeen aldaketak positiboak zein negatiboak izan daitezke
  + Identitate krisia ez da ezer katastrofikoa, egokitzapen hobeago baterantz bidea egiteko abagunea baizik
* Krisiak ez dira txarrak. Normatiboak dira eta gertatu eta gainditu egin behar dira bizitzan.
* Eriksonek garapen psikosozialeko 8 fase bereizten ditu
* Elementu sintoniko eta distonikoen arteko erlazio antitetikoa ez ezik, erlazio osagarria islatzen du ere
* Printzipio epigenetikoaren arabera, koadro guztiek behar lukete aktibatuta egon, ez

bakarrik fase kronologikoari dagokiona



3.1. Edoskitzaroa: Konfiantza vs Mesfidantza

≈ bizitzaren lehen urtea

* Asimilazio aldia, non haurrek “xurgatzen” duten organo sentsorial desberdinetatik (ikusizkoa, entzunezkoa, kinestesikoa)
* Asimilazio hau nola gertatu, ingurunearekiko konfiantza/mesfidantza mailan eragingo du
* Sentitzen badute amak jatekoa ematen diela erregularki, oinarrizko konfiantza lortuko dute
* Ez badute beren premia ahozko/sentsorialen eta ingurunearen arteko bateratasuna aurkitzen, mesfidantza garatuko dute
* Aspektu sintonikoa= konfiantza
* Aspektu distonikoa= mesfidantza
* Umeek bi jarrerok ikasi behar dituzte, egoera jakin batean konfiantza ala mesfidantza izan behar duten
* Edoskitzaroaren oinarrizko indarra: **Itxaropena**
  + Esperientzia mingarri zein atseginen ondorioz, ikasten dute une hertsigarriak une atseginekin osatuko direla
* Edoskitzaroaren oinarrizko patologia: Atzerakuntza
  + Itxaropenerako motibo gutxi edukitzean, mundutik aldenduko dira
  + Nahasmendu larrien aukera
* *Benetako konfiantza sortu ondo atenditua ez denean baina azkenean atenditua izaten denean. Haurrak jakitea azkenean dena ondo doala.*
* *Geroz eta larriagoa izan edoskitzaroa: patologia okerragoak heltzarokoak*

3.2. Lehen Haurtzaroa: Autonomia vs Lotsa

* 2‐3 urte
* Ume txikiek poztasuna aurkitzen dute esfinterren kontrolarekin, baina baita pixa egiten, gauzak hartzen, botatzen, etab.
* Adin honetan beren buruaren zein ingurunearen kontrol maila bat lortu dute
* Lotsa eta zalantzaren aldia ere bada: auto‐adierazpena eta arau kultural eta sozialen arteko talka
* Lotsa: behatua eta agerian utzi izanaren sentipena
* Umearen adierazkortasuna ondo dago, baina irakatsi zenbait gauza ez daudela ondo
* Aspektu sintonikoa: autonomia
* Aspektu distonikoa: lotsa
* Lehen haurtzaroaren oinarrizko indarra: Borondatea
* Lehen aldiz umeak borondatea du
* Helduon borondatea hemendik hasten da.
  + Esfinterren kontrola: Helduaren eta umearen borondateen talkaren irudikapena
  + Haurrek borondatea lortzen dute inguruneak esfinterren eta beste giharren auto‐adierazpena ahalbidetzen dienean
* Lehen haurtzaroaren patologia: Konpultsioa, borondate eskasaren adierazgarri. Determinazio eta segurtasun falta izaten dute ere

**3.3. Jokoaren aroa:** Ekimena vs Erruduntasuna

* 3‐5 urte
* Gurasoekin identifikatzeaz gain, umeak lokomozioa, mintzaira, kuriositatea, imajinazioa eta beren buruari helburuak jartzeko gaitasuna lortzen dute
* Umeek jarrera lotsagabea hartze dute munduarekiko
* Helburuak hautatzen dituzte eta aurrera eraman Helburu hauetako batzuk (e.b., Edipo konplexua) alde batera utzi beharko dira
* Errepresio honen ondorioa erruduntasuna da
* Iniziatiba/ekimenaren eta erruduntasunaren arteko gatazka jokoaren adineko krisi psikosozial garrantzitsuena sortzen du
* Bi aspektuok orekan joan beharko lukete, aspektu sintonikoa – ekimena – gailenduz Jolasaren adinaren oinarrizko indarra: Xedea
  + Umeek ikasten dute jolasten helburu batekin (e.b., irabazi, ikasi). Helburuak ezarri eta tinkotasunez jarraitzen dituzte
  + Kontzientziaren garapena eta “ona” eta “txarra” ezaugarri moralen garapena
* Jolasaren adinaren oinarrizko patologia: Inhibizioa, gehiegizko ekimenaren edota erruduntasunaren ondorioz (helburuak bilatzeko zailtasuna)

**3.4. Eskola Aroa: Ardura vs Gutxiagotasuna**

* 6‐12 urte
* Haurraren mundu soziala handitzen da
* Jakiteko desira handiagoa da eta konpetentziari lotuta doa
* Lanerako ardura(ezaugarri sintonikoa): saiatua, lana egiteko eta amaitzeko borondatea
* Gutxiagotasun sentimendua (ezaugarri distonikoa): Bere lana ez baldin bada nahikoa bere helburuak lortzeko
* Aurreko faseetako hutsuneek lagundu dezakete gutxiagotasun sentimendu honetan
* Eskola Aroaren oinarrizko indarra: Konpetentzia
* Adin honetako problemak konpontzeko abilezi fisiko eta kognitiboak erabilpenaren segurtasuna
* Gizartean parte hartze kooperatiboaren oinarriak jartzen dira
* Eskola aroaren oinarrizko patologia: Gogogabezia
* Umea ez da gai sentitzen konpetentziak aurrera eramateko.
* Gaitasun egoki bat ematen ez bada, haurra itzul daiteke aurreko faseetara eta fantasiatan bere baitan bildu

**3.5. Nerabezaroa: Identitatea vs Nahasmena**

* 12‐18 urte
* Nerabeak egoaren identitatearen sentipen sendoa lortu behar du (nor naiz ni galderaren erantzuna bilatu).
* Identitatea eta identitate nahasketaren arteko gatazkak puntu gorena adin honetan
* Mendebaldeko gizarteetan nerabeei baimentzen zaie rol desberdinekin esperimentatzea
* Identitate sexuala, ideologikoa eta profesionala lortu behar dira
* Egokitzapen fasea, saiatu/kale egin prozesuaren bitartez
* Nerabeek nor diren jakin nahi dute
* Bulneragarritasun eta potentzialtasun handiko uneak
* Identitatea (elementu sintonikoa) lortzen da:
  + Haurtzaroko identitatearen baieztapen edo ukapenaren bitartez
  + Testuinguru historiko eta sozialak
* Nerabeek sarri taldearen balio eta jarrerak lehenesten dituzte
* Lortzen den identitatea positiboa zein negatiboa izan daiteke
* *Demagun nerabea fededuna izan dela. Gurasoek aginduta izan da hau. Nerabezaroan erabaki ea sineslea den ala ez.*
* *Ezberdina da adibidez izatea nerabea iraken ala Afrikako tribuetan.*
* *Nerabeek lehentzen dute lagun taldea.*
* Identitate nahasmena (elementu distonikoa). problema multzoa:
  + Norberaren irudi zatitua
  + Intimotasuna lortzeko zailtasunak
  + Urgentzia sentipena
  + Kontzentrazio falta lanetan
  + Familia edo komunitatearen arauen errefusa (partziala, osoagoa… nerabearen arabera).
* Nahasmen maila bat beharrezkoa da
* Nahasmen gehiegik aurreko faseetara itzultzea eragin dezake
* Identitatearen lorpena ematen bada, lortuko da ere:
  + Printzipio ideologikoren batean fedea (bizitza gidatzeko balio dute).
  + Portaera libreki erabakitzeko gaitasuna
  + Aholkuak eman ditzaketen helduen eta lagunenganako konfiantza
  + Segurtasun erlatiboa lanbidearen aukeraketan
* Nerabezaroko oinarrizko indarra: **Leialtasuna**
* Hartutako ideologiarekiko leialtasuna
* Oinarrizko patologia: **Rolaren errefusa** *(pertsonak ez du lortu ideologia bat laguntzen diona bizitzen eta ez du lortu identitate oso bat, zatikatua da)*
* Identitate gauzagarrian auto‐irudi eta balio desberdinak integratzeko zailtasunak

**3.6. Helduaro goiztiarra: Intimitatea vs Isolamendua**

* 19‐30 urte
* Nerabezaroan lortutako identitatea beste pertsona batenarekin bat egin, norberak bere indibidualtasuna mantenduta
* **Intimitatea (ezaugarri sintonikoa):**

elkarrenganako konfiantza konpartitzeko borondatea; berdinetik berdinerako erlazio

baten baitako sakrifizioak, akordioak eta konpromisoa suposatzen duena

* **Isolamendua (ezaugarri distonikoa):** gaitasun eza norbere identitatea arriskatzeko benetako intimitate baten bitartez
* Gehiegizko fusioak egoaren identitatearen zentzua muga lezake
* Helduaro goiztiarraren oinarrizko indarra: **Maitasuna**
  + Afektu heldua gizonezko/emakumezko desberdintasunen gainetik dagoena
  + Intimitatea suposatzen duen arren, isolamendu maila bat ere behar du, bikotekide bakoitza bere identitatea mantentzeko
* Helduaro goiztiarraren patologia: **Esklusibotasuna**
  + Patologikoa kooperatzeko, lehiatzeko edo amore emateko gaitasuna blokeatzen duenean

**3.7. Helduaroa: Sorkuntza vs Geldialdia**

* 31-59
* Sorkuntza: gizaki, produktu eta ideia berrien sorkuntza
* Irakasteko premia (ezaugarri sintonikoa), eta ez bakarrik norbere seme‐alabei
* Geldialdia (ezaugarri distonikoa): pertsonak beren baitan sartuegi daudenean, auto‐errukian erortzen dira eta horrela geldialdia elikatzen da
* Geldialdi neurri bat beharrezkoa da
* Helduaroaren oinarrizko indarra: **Zaintza**
  + Maite ditugun pertsona, produktu eta ideiak zaintzeko handituz doan konpromisoa
  + Ez da derrigortutako zerbait, desira natural bat baizik
* Helduaroko oinarrizko patologia: **Errefusa**
  + Prestasun falta pertsona edo talde batzuk zaintzeko : egoismoa, probintziakeria, elitismoa.
  + Pertsona mota batzuk gu baino gutxiago izatearen ideia (arrazismoa, etab)

**3.8. Zahartzaroa: Integritatea vs Etsipena**

* **Integritatea (ezaugarri sintonikoa)**
* Osotasun eta koherentzia sentimendua, niaren zentzua mantentzeko gaitasuna, indar fisiko zein kognitiboen galeraren aurrean
* **Etsipena (ezaugarri distonikoa)**
* Bizitzaren osagaien (bikotea, lagunak, osasun fisikoa, bizkortasuna, independentzia eta baliagarritasun soziala) galera etengabetik datorren sentimendua
* Zahartzaroaren oinarrizko indarra: **Jakinduria**
  + Bizitzarekiko interes sendoa heriotzaren aurrean
  + Kezka aktiboa baina grinarik gabekoa
* Zahartzaroaren oinarrizko patologia: **Mespretxua**
  + Nahasmen, inpotentzia eta beheranzko egoera batean egotearen aurrean sentitzearen (eta kanpotik horrela jasotzea ere) ondorioa

**Eriksonen ereduari kritikak**

* Eriksonek helduaro goiztiarretik aurrerako bizitza‐ziklook soilik bikote heterosexualentzat pentsatu zituen
* Gaur egun proposatzen da bizitza‐ziklook aplika daitezkeela berdin‐berdin bikote homosexual zein guraso bakarrei