

Psychosocial Developmental Theory

艾瑞克森心理社會期發展論



Erik Erikson

- Expanded on Freud's theories.
- Believed that development is life-long.
- Emphasized that at each stage, the child acquires attitudes and skills resulting from the successful negotiation of the psychological conflict.

艾瑞克森(Erikson) 心理發展論

- 個體在身心發展的不同階段中，往往會表現不同的行為特質

艾瑞克森(Erikson) 心理發展論

八個階段，其行為特徵：

- ◆ 嬰兒期：0~3歲，腦部發育迅速，基本信任感的建構。
- ◆ 幼兒前期：3~5歲，自主性，自我意識的建構。
- ◆ 幼兒後期：5~6歲，遊戲期，責任感與主動創造性的建構。
- ◆ 兒童期：6~12歲，勤勉，自我意識、競爭和自我懷疑的建構。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展論

八個階段，其行為特徵(續)：

- ◆ 青少年期：12~20歲，自我認同，認同與角色的建構。
- ◆ 成年期：20~35歲，親愛，人生意義的建構。
- ◆ 中年期：35~65歲，關心，更好環境的建構。
- ◆ 老年期：65~死亡，統整，真正智慧的建構。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(1)

- (一)心理社會發展是連續而累積的，前一階段如何解決會影響下一階段解決的能力；
- (二)心理社會發展包含一連串橫跨一生中的各種不同發展議題；
- (三)心理社會發展是有次序性及階段性的；
- (四)心理社會發展主要反應在發展任務上；
- (五)心理社會發展階段主要關心的是發展(任務)的內涵。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(2)

- (一)發展階段
- (二)發展的任務
- (三)心理社會危機
- (四)解決心理社會危機的核心過程
- (五)重要關係的範圍
- (六)因應-人們生產出來以面對挑戰並構造生活中各種關係的新行為。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(3)

- (一)發展階段
- Erikson根據他的想法，依照人生危機性質的不同，把人的一生活劃分為八個階段，每個階段均有其衝突存在，而所謂的成長，便是克服這些衝突的過程。在人格發展歷程中，個體在不同時期學習適應不同的困難，化解不同的危機，而後逐漸上升，最後完成其整體性的自我。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(4)

- (二)發展的任務
- ◆包含友誼、自我評價、具體運算、技能學習、團隊遊戲。
 - ◆發展任務界定了在一個特定社會中每一個年齡階段上健康的、正常的發展。
 - ◆這些任務形成一個序列：成功地完成一個階段的任務，導致發展及成功地完成下一個階段任務的更大可能性。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(5)

- (三)心理社會危機
- 個體出生後，便開始與環境接觸互動，在互動中，一方面由於自我成長的需求，希望從環境中獲得滿足，另一方面又受到社會的要求與限制，使個體在社會適應中產生心理上的困難，稱之為心理社會危機。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(6)

- (四)解決心理社會危機的核心過程
- ◆教育是解決國小兒童勤奮與自卑的危機的過程。
 - ◆學校是對兒童在各種學習任務上的成功或失敗給予不斷地注意的環境，學校經驗對兒童個人的勤奮感的形成具有關鍵作用。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(7)

- (五)重要關係的範圍
- ◆每一個發展階段中重要關係的範圍。
 - ◆每一個人在每一個生活階段都有一個重要關係的網絡，這種關係的網絡因人而異，但每一個人都會有一個不斷增加的重要關係網路以進入更廣闊社會領域。

艾瑞克森(Erikson) 心理發展理論的基本概念(8)

(六)因應-

- ◆人們生產出來以面對挑戰並構造生活中各種關係的新行為。
- ◆主要適應自我品質和核心病症包含解決壓力的積極努力和創設對每一個發展階段的考驗的新解決方法。

13

艾瑞克森(Erikson) 心理發展論

期別	年齡	發展危機
1.	0-1歲	信任v. s. 不信任
2.	1-3歲	自主行動v. s. 羞怯懷疑
3.	3-6歲	自動自發v. s. 退縮愧疚
4.	6-青春期	勤奮進取v. s. 自貶自卑
5.	青年期	自我統合v. s. 角色混亂
6.	成年期	友愛親密v. s. 孤僻疏離
7.	中年期	精力充沛v. s. 頹廢遲滯
8.	老年期	完美無缺v. s. 悲觀失望

14

艾瑞克森(Erikson) 心理發展論

- 嬰兒期 (0~1歲)：信任與不信任
- 幼兒期 (1~3歲)：自主與羞愧懷疑
- 學齡前期 (3~6歲)：自動自發與罪惡感
- 學齡期 (6~12歲)：勤勉與自卑
- 青少年期 (12~20歲)：認同與角色混淆
- 成年期 (20~40歲)：親密與孤獨
- 中年期 (40~65歲)：愛心關懷與頹廢遲滯
- 老年期 (65歲以上)：統合與絕望

15

嬰兒期 (0~1歲)： 信任與不信任

- 此階段的嬰兒發展乃是對於這世界的信任或不信任感。
- 因此，為協助嬰兒建立信任感，在嬰兒哭鬧的時候應提供安慰、飢餓的時候應給予哺餵。
- 若此階段的嬰兒未能得到這些生理方面的滿足感，便易衍生出對世界的不信任感與無安全感，不能與人合作、協調，害怕嘗試新事物，較無主動性等等。

16

幼兒期 (1~3歲)： 自主與羞愧懷疑

- 此階段的幼兒由於肌肉的成熟，開始能夠較精確的控制肌肉活動，為訓練幼兒大小便的重要時期。
- 訓練幼兒使用廁所、談話、進食、表達負面情緒與自我控制和應付環境的能力等等過程中，若無法應付挑戰，或是照顧者嚴厲的訓練，則幼兒易產生自我懷疑，並且對自我感到羞恥。

17

學齡前期 (3~6歲)： 自動自發與罪惡感

- 學齡前的兒童由於活動能力及語言技巧的增加，而且發展出想像的能力，使得此時期的兒童渴望學習，並樂於將所學所想付諸行動，努力表現。
- 此階段若兒童被允許自由選擇從事自己所喜愛的活動，則會對自己發展出積極正向的觀點，也會以積極正向的態度對待外界他人。

18

學齡期（6~12歲）： 勤勉與自卑

- 此階段的兒童會在工作中學習得到勤奮與勝任感，學習服從紀律、培養堅忍勤勉的精神，學習努力完成學業而獲得成就。
- 此階段學校教師及同學為兒童之重要關係人，兒童以建立勤勉性為發展重點，發展順利者能學得學習、待人、處事基本能力；發展障礙則將導致其對自己產生自卑及充滿較多的失敗感。

19

青少年期（12~20歲）：認同與 角色混淆

- 此階段兒童開始進入青春期的，由於身體快速成長及生理上的成熟，在認知能力的增長與社會期待之下，青少年經歷了過去沒有的心理革命，開始自問「我是誰？」，並關注他人眼中的自己是什麼樣的人。
- 若能夠滿意的回答這些問題，即可產生一種認同感，代表了解自己、了解人生的意義與方向；反之則將會導致角色混淆且對自我的不了解，因而迷失了人生的方向。

20

成年期（20~40歲）： 親密與孤獨

- 此階段朋友、異性、夥伴為重要關係人，成人以建立親密感為發展重點，發展順利者能有成功的感情生活、奠定事業基礎，會覺得付出與無私的愛是值得的；
- 反之則孤獨寂寞、無法與人親密相處，甚至無法與生活中的重要他人形成連結，將導致與人產生疏離及維持表面形式化的人際關係。

21