

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG



Persönlichkeitsentwicklung nach Erikson

Unser ganzes Leben lang durchlaufen wir Menschen verschiedene aufeinander aufbauende Phasen. Jede Phase birgt eine Krise in sich, die wir bewältigen müssen. Je nachdem wie wir die Krise bestehen, können wir uns positiv oder negativ weiterentwickeln.

Der amerikanische Psychoanalytiker Erikson unterscheidet acht Lebenskrisen:

1. Urvertrauen versus Misstrauen: Im ersten Lebensjahr lernt der Säugling, entweder seiner Umwelt zu vertrauen oder zu misstrauen. Bei Misstrauen reagiert der Mensch mit Unsicherheit, Angst und Rückzug. Diese Erfahrung erwirbt er für sein ganzes Leben.

2. Autonomie versus Scham und Zweifel: Im zweiten und dritten Lebensjahr entdeckt das Kind verschiedene Fähigkeiten an sich. Hat es die Möglichkeit, seine Fähigkeiten auszuprobieren, so erwirbt es Selbständigkeit (= Autonomie). Wird es dagegen kritisiert und bestraft, (z.B. für selbstbewusstes Verhalten, das sich als Trotzen äußert), so zweifelt es an sich selbst. In dieser Zeit wird die Reinlichkeitserziehung sehr wichtig. Wird hier das Kind von den Eltern überfordert, so entwickelt es eine Schamhaltung.

3. Initiative versus Schuldgefühl: Im vierten und fünften Lebensjahr zeigt das Kind immer mehr Eigeninitiative (z.B. im Kindergarten). Eltern können diese Ablösung von Zuhause begrüßen und somit die Initiative verstärken oder durch Verbote einengen, ihm fehlenden Selbstwert zeigen und somit Schuldgefühle erzeugen.

4. Kompetenz versus Minderwertigkeitsgefühle: Im sechsten bis elften Lebensjahr interessiert sich das Kind dafür, wie die Dinge funktionieren. Erfährt sich hier das Kind als dumm oder störend, so entwickelt es ein Minderwertigkeitsgefühl.

Es neigt dann zu Entschlusslosigkeit, Trägheit und Langeweile, hat das Gefühl zu Versagen. Diese Erfahrung macht es vor allem außerhalb des Elternhauses (Grundschule).

5. Identitätsfindung versus Rollendiffusion: Der Jugendliche (12 bis 18 Jahre) erfährt eine neue Welt. Er verhält sich in verschiedenen Situationen unterschiedlich und probiert somit verschiedene Rollen aus. Dies hilft ihm zur Antwort auf seine Frage, wer er eigentlich ist (Identitätsfindung). Entwickelt er hierzu keine Antwort, so lernt er nicht, "seine Rolle" zu finden. Das Selbstbewusstsein schwankt, der Jugendliche nimmt sein Selbst als bruchstückhaft wahr, ist verwirrt. Er wechselt daher ständig seine Rollen bzw. landet in einer "negativen" Rolle, die von der Gesellschaft abgelehnt wird (z.B. Rocker, Punker).

6. Intimität versus Isolation: Der junge Erwachsene sucht den Kontakt zu anderen Personen, insbesondere zum anderen Geschlecht (Partnerschaft und Bindung). Daraus kann sich eine Intimität in sexueller, gefühlsmäßiger und moralischer Hinsicht entwickeln. er kann vom "Ich" zum "Wir" kommen, ohne sich selbst aufzugeben. Scheitert jedoch die Kontaktaufnahme, so wird sich der Erwachsene in die Isolation zurückziehen. Er leugnet seine Bedürfnisse nach Nähe, kann eine pathologische Exklusivität und Extravaganz entwickeln.

7. Schaffenskraft versus Stagnation: Im mittleren Erwachsenenalter (ca. 30 bis 50 Jahre) richtet sich das Interesse über die eigene Person hinaus auf die Familie, auf die Gesellschaft, auf zukünftige Generationen. Man will sich und seine Fähigkeiten an die Nachkommen weitergeben. Erlebt man dabei die Enttäuschung, dass der eigene Beitrag bei den anderen nicht ankommt, so erfolgt ein Rückzug auf sich selbst, z.B. ein Sich-beschränken auf den rein materiellen Besitz. der Mensch hat selbstbezogene Interessen, fehlende Zukunftsorientierung und eine ablehnende Grundhaltung.

8. Ich-Integrität versus Verzweiflung: Ab ca. sechzig Jahren steht der Erwachsene vor einem Entwicklungsabschnitt, den er als Abstieg erlebt: Verlust der Berufstätigkeit und somit von sozialer Anerkennung, körperlicher und geistiger Abbau. Er muss sich jetzt auf den Tod hin orientieren. Hieraus kann Verzweiflung folgen bis zur Selbstverachtung, wenn das Leben insgesamt als unbefriedigend erlebt wurde. Sieht er jedoch sein Leben als erfüllt an, so empfindet er sich als eine Ich-Integrität - das Gefühl von Ganzheit und grundlegender Zufriedenheit: "Ich habe es geschafft, es war gut so, ich werde es weiter schaffen"

(Quelle: pfliegewiki.de)