

Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung nach Erikson

Der Psychoanalytiker Erik H. Erikson (1902 - 1994) erweiterte in seinen Arbeiten die klassische Psychoanalyse um die psychosoziale und die psychohistorische Dimension. Erikson erforscht u.a. die Abhängigkeit der Ich-Identität von historisch-gesellschaftlichen Veränderungen. In seinem Stufenmodell übersetzt er die Phasenlehre Freuds ins Soziale und beschreibt acht Lebenskrisen, von frühkindlichen Verhaltensweisen zum Erwachsensein. Die kindliche Identität entfaltet sich im Spannungsfeld zwischen den Bedürfnissen des Kindes und den Anforderungen der sozialen Umwelt. Die Interaktion des Kindes mit seiner Umwelt ist somit zentral für seine Entwicklung. Jede der acht Stufen stellt einen bestimmten Konflikt dar, dessen Bewältigung das Fundament bildet, um die Krise der folgenden Phase zu bearbeiten.

Phase 1: Vertrauen vs. Ur-Mißtrauen (Säuglingsalter)

In dieser ersten Phase entwickelt sich das Identitätsgefühl des Kindes und sein Gefühl der Zugehörigkeit zur Gesellschaft. Sobald das Kind gelernt hat, dass die Mutter es vorübergehend verlassen kann, aber immer wieder zurückkommt, erwirbt es Urvertrauen in die menschliche Gemeinschaft und bildet das Gefühl heraus, selbst in einer Ordnung aufgehoben und von sinnvollen Handlungen umgeben zu sein. Werden dem Kind Forderungen nach körperlicher Nähe, Sicherheit, Geborgenheit, Nahrung etc. verweigert, entwickelt es Bedrohungsgefühle und Ängste, da eine weitgehende Erfüllung dieser Bedürfnisse lebenswichtig ist. Zum anderen verinnerlicht es das Gefühl, seine Umwelt nicht beeinflussen zu können und ihr hilflos ausgeliefert zu sein. Ein Ur-Misstrauen kann sich etablieren. Es können infantile Ängste des „Leergelassenseins“ und „Verlassenwerdens“ entstehen.

Phase 2: Autonomie vs. Scham und Zweifel (Kleinkindalter, ca. 2.-3. Lebensjahr)

Die Entwicklung der kindlichen Autonomie baut auf dem erworbenen Grundvertrauen auf. Die Bedingung für Autonomie wurzelt in einem festen Vertrauen in die Bezugspersonen und in sich selbst, dem Gefühl, nach seinem Willen handeln zu dürfen, ohne dass die grundlegende Geborgenheit in Gefahr gerät. Die Einschränkung der explorativen Verhaltensweisen des Kindes führt zu einem Zweifel an der Richtigkeit der eigenen Wünsche und Bedürfnisse. So kann eine grundlegende Scham entstehen, wenn das Kind in seiner Autonomie als Individuum nicht anerkannt wird.

Phase 3: Initiative vs. Schuldgefühl (Spielalter, ca. 4.-5. Lebensjahr)

In dieser Phase öffnet sich die symbiotische Beziehung zwischen Mutter und Kind, und das Kind entwickelt ein Gefühl für soziale Rollen und Institutionen. Außerdem verlangt das Kind in dieser Phase nach körperlicher und geistiger Weiterentwicklung. Wird kein Boden für diese Entwicklung bereitet, kann ein Schuldgefühl in bezug auf diese neue Eigeninitiative entstehen. Gegebenenfalls verinnerlicht das Kind die Überzeugung, dass es selbst und seine Bedürfnisse dem Wesen nach schlecht seien. Wenn die Loslösung von der Mutter und die Einübung sozialer Rollen nicht gelingt, können die Entwicklung des Kindes gelähmt und sogar psychosomatische Krankheiten ausgelöst werden.

Phase 4: Leistung vs. Minderwertigkeitsgefühl (Schulalter, ca. 6.-12. Lj.)

In dieser Phase entwickelt das Kind den Drang zu eigener Produktivität. Es lernt, sich Anerkennung zu verschaffen, indem es etwas leistet, und entwickelt Lust, sich mit Eifer einer Aufgabe zuzuwenden. Kinder in diesem Alter wollen zuschauen und

mitmachen, beobachten und teilnehmen; wollen, dass man ihnen zeigt, wie sie sich mit etwas beschäftigen und mit anderen zusammen arbeiten können. Das Bedürfnis des Kindes, etwas Nützliches und Gutes zu machen, bezeichnet Erikson als Werksinn bzw. Kompetenz. Ohne Unterstützung kann sich aber statt dem positiven Gefühl etwas zu leisten ein Gefühl von Unzulänglichkeit und Minderwertigkeit herausbilden. Wenn dem Kind keine „Werkzeuge“ gegeben sind, um seine Produktivität auszuleben, leidet darunter sein Zutrauen und Hoffnung. Das Kind wird damit in seiner Entwicklung zurückgeworfen, es verliert das Vertrauen in seine Fähigkeiten.

Phase 5: Identität vs. Ablehnung (Adoleszenz, ca. 11./12.- 15./16. Lj.)

Die Kindheit ist beendet mit der Entwicklung von produktiven Fertigkeiten (soweit in der vorherigen Phase gelungen) und mit Eintritt der sexuellen Reife. Hier beginnt nun die Jugendzeit. Die physischen Veränderungen wirken erneut stark verunsichernd und die Heranwachsenden sind stark orientiert an der Außenwahrnehmung. Auf der Suche nach einem neuen Ich-Gefühl muss der Jugendliche viele Kämpfe der früheren Jahre noch einmal durchkämpfen. Identität entsteht in dieser Phase durch die Zuversicht, dass Selbst- und Fremdwahrnehmung ungefähr übereinstimmen.

Phase 6: Intimität und Solidarität vs. Isolierung (frühes Erwachsenenalter)

Die Ausbildung einer eigenen starken Identität in den vorherigen Phasen ist Voraussetzung, um in dieser Entwicklungsstufe damit zu beginnen, intime Beziehungen aufzubauen. Wird zu wenig Wert auf den Aufbau intimer Beziehungen im Kindheits- und Jugendalter gelegt, kann das dazu führen, sich von Freundschaften, Liebe und Gemeinschaften zu isolieren. Erst wenn diese Stufe erfolgreich abgeschlossen wurde, ist der junge Erwachsene fähig zur Liebe. Damit meint Erikson die Fähigkeit, Unterschiede und Widersprüche zwischen Menschen in den Hintergrund treten zu lassen. Ist das Ich nicht stark genug, um die Fähigkeit zur Liebe zu entwickeln, können die Beziehungen zu anderen Menschen entweder in Selbst-Bezogenheit und sozialer Isolierung oder in Selbstaufopferung und Verschmelzung bestehen.

Phase 7: Generativität vs. Selbstabsorption (Erwachsenenalter)

Mit Generativität bezeichnet Erikson die Fähigkeit, eigene Kinder großzuziehen, und sich auch durch soziales Engagement, sowie in den Bereichen Kunst, Wissenschaft und Lehre für zukünftige Generationen einzusetzen. Wurden die vorherigen Phasen nicht gut durchlebt, und die Fähigkeit zur Fürsorge nicht erlangt, kann es zu einer Stagnation kommen, in der man sich nur um sich selbst kümmert. Fixierungen in dieser Phase zeigen sich in übermäßiger Bemutterung, in Leere und Langweile oder generell in zwischenmenschlicher Verarmung.

Phase 8: Integrität vs. Verzweiflung (reifes Erwachsenenalter)

Der letzte Lebensabschnitt stellt den Menschen vor die Aufgabe, auf sein Leben zurückzublicken. Setzt sich der Mensch in dieser Phase nicht mit Alter und Tod auseinander (und spürt nicht die Verzweiflung dabei), kann das zur Anmaßung und Verachtung dem Leben gegenüber führen.

Quellen: Erik H. Erikson: Kindheit und Gesellschaft, Stuttgart 2005 (1957).
Erik H. Erikson: Identität und Lebenszyklus, Frankfurt am Main 1973.