



Erik Erikson

SERIE LEERMEESTERS

Bij Phoenix Opleidingen hebben we een eigen kijk op onszelf, de ander en de wereld, en op wat dat betekent voor de ontmoeting. Die kijk is geïnspireerd door vele denkers en schrijvers, filosofen en psychologen, dichters en doeners, wetenschappers en practitioners. In de Vuurvogel staan we regelmatig stil bij een van deze leermeesters.

Het mag geen wonder heten dat Erik Erikson (15 juni 1902, Frankfurt) werd gegrepen door het thema identiteit. Erikson werd in Duitsland aanvankelijk alleen opgevoed door een joodse moeder van Deense komaf. De man met wie Karla Abrahamsen later trouwde en die de rol van vader op zich nam, was dus niet zijn biologische vader. Dat bleef lange tijd voor Erikson verzwegen. Toen hij de waarheid leerde kennen, voelde hij zich verward. Erik Erikson, een lange, blonde, Noors uitziende jongen, geplaagd op school, wist naar eigen zeggen niet hoe hij zichzelf in de gemeenschap moest plaatsen.

Erikson stapte aanvankelijk in de psychoanalytische sporen van Freud. Hij ontmoette Freud en ging in psychoanalyse bij zijn dochter Anna. Gaandeweg kwam er wat licht tussen zijn denkbeelden en die van Freud. De Freudiaanse psychoanalyse richt zich op de psyche van de mens, op de onbewuste interne processen: doel is het bewust maken van het id (het instinctieve deel van de geest) en van het superego (ons morele

kompas), dat het id in toom tracht te houden. Dat straatje was voor Erikson te nauw: hij dichtte ook een belangrijke rol toe aan de betekenis van de sociale omgeving.

Erikson gaat ervan uit dat de mens zich tijdens het gehele leven blijft ontwikkelen. Die ontwikkeling verloopt in acht opeenvolgende stadia. Tijdens elk van deze stadia vormen we op een onbewust niveau basisideeën over onszelf en onze relatie met onze sociale wereld. Deze basisideeën ontstaan onder meer onder invloed van de sociale

omgeving. Erikson gaat ervan uit dat de basisideeën het resultaat zijn van een zogenoemde crisis tijdens iedere ontwikkelingsfase. Het resultaat van elke ontwikkelingsfase heeft invloed op ons zelfbeeld en daarmee op onze relaties in het latere leven. Een evenwichtige uitkomst uit zo'n crisis (bijvoorbeeld leren over vertrouwen of wantrouwen) levert veel profijt op in het latere leven.

In een groeiproces verkent de mens volgens Erikson steeds twee uiterste basisaannames, die we bij Phoenix

De acht ontwikkelingsstadia van Erik Erikson

- Vertrouwen – Wantrouwen (1,5 jaar)
- Autonomie – Schaamte en twijfel (1,5 – 3 jaar)
- Initiatief – Schuld (3 – 6 jaar)
- Constructiviteit – Inferioriteit (6 – 12 jaar)
- Identiteit – Rolverwarring (adolescentie)
- Intimiteit – Isolement (vroegge volwassenheid)
- Generativiteit – Stagnatie (middelbare leeftijd)
- Ego-integriteit – Wanhoop (ouderdom)



aanduiden met het woord polariteiten. Een peuter kan bijvoorbeeld, onder invloed van wat onzekere of vermanende ouders, eerder neigen tot wantrouwen dan tot vertrouwen. Een kind dat zindelijk wordt ontwikkelt meer autonomie of raakt juist vertwijfeld en bevangen door schaamtegevoelens. Een jongvolwassene die voor het eerste een serieuze relatie aangaat, moet zijn weg vinden tussen de polariteiten intimiteit en isolement.

Om op een gezonde manier in de wereld te staan, heeft de mens beide polariteiten nodig, waarbij het gunstig is als de linkerzijde van het spectrum sterker aanwezig is dan de rechter. Bijvoorbeeld: autonomie is een mooi uitgangspunt, maar gevoelens van schaamte en twijfel hebben ook hun functie. Intimiteit is vervullend, maar alleen zijn is soms ook nodig.

Het gedachtengoed van Erik Erikson is nauw verweven met het dna van Phoenix. Wij erkennen en herkennen dat mensen mede gevormd zijn door alles wat ze eerder hebben meegemaakt. En dat het leven herkansingen biedt en we oude 'beslissingen' omtrent onszelf, de ander en de wereld dus kunnen bijstellen. De theorie van Erikson is gegrond in een positieve, liefdevolle en optimistische visie op de mens. Erikson vind je bij Phoenix dan ook terug in onze literatuur, trainingen en in de oefeningen die we doen, al was het maar omdat Eric Berne, de vader van de door ons veelgebruikte Transactionele Analyse, Erik Erikson als directe leermeester had. 🐦