

به نام خدا

جزوه درس روانشناسی رشد

فصل ۶

نام استاد : ولی محمدی

نیمسال دوم تحصیلی

سال ۹۸-۹۹

نظریه اریکسون درباره شخصیت نوباوه و کودک نوپا

فروید ، بنیانگذار جنبش روانکاوی ، معتقد بود که سلامت روانی و ناسازگاری را می توان در سالهای آغازین زندگی ردیابی کرد .از جمله در کیفیت روابط کودک با والدین . اما توجه محدود فروید به سوق دهی یا هدایت غرایز و بی توجهی او به تجربه های فراتر از نوباوگی و اوایل کودکی ، شدیداً مورد انتقاد قرار گرفت . چند روانکاو مشهور (نوفرویدی ها)، از جمله اریکسون نکات عمده نظرات او را پذیرفتند . نظریه اریکسون به نام نظریه روانی – اجتماعی معروف است .

اریکسون هر یک از مراحل فروید را به صورت نوعی تعارض درونی توصیف کرد که بسته به تجربه های کودک با والدین و یا مراقبان ، به صورت منفی و یا مثبت حل می شود . در صورتی که والدین از نیازهای کودک حمایت کنند ، سال اول زندگی به احساس اعتماد و دو سال بعدی به حس خودمختاری می انجامد . و این تجربه ها مثبت نگرش های اولیه ای هستند که رشد روانی سالم را در طول عمر ، پایه ریزی می کنند .

اعتماد در برابر بی اعتمادی بنیادی

فروید سال اول را مرحله دهانی نامید و ارضای نیاز کودک به غذا و تحریک دهانی را حیاتی دانست . اریکسون تاکید فروید بر تغذیه را پذیرفت اما بیان کرد که پیامدقابل توجه ، به کمیت غذا یا تحریک دهانی بستگی ندارد ، بلکه به کیفیت رفتار والدین یا مراقبان بستگی دارد . برای مثال مادری که فرزند خود را هنگام تغذیه در آغوش می گیرد ، صبورانه منتظر می ماند تا شیر کافی بخورد . هرچند اریکسون معتقد است هیچ مادری نمی تواند به طور کامل نیازهای فرزندش را برآورده کند چرا که عوامل متعددی بر پاسخدهی مادر تاثیر می گذارند . مانند احساس خشنودی ، شرایط موجود زندگی و یا شیوه های فرزندپروری . اما وقتی که توازن پرستاری ، دلسوزانه و محبت آمیز باشد ، تعارض روانی سال اول زندگی (اعتماد در برابر بی اعتمادی بنیادی) به صورت مثبت حل می شود . در این صورت کودک با اطمینان کامل به خود جرات می دهد و دنیای اطراف خود را کشف و جستجو می کند در صورتی که کودک بدبین نمی تواند روی محبت و مهربانی دیگران حساب کند بنابراین با کناره گیری از افراد از خود محافظت و مراقبت می کند .

خود مختاری در برابر شرم و تردید

از نظر فروید سال دوم زندگی (مرحله مقعدی) ، انرژی غریزی به ناحیه مقعد انتقال می یابد . که در این سال کودک از نگهداشتن و رها کردن ادرار و مدفوع با اراده خودش لذت می برد . در این دوره قوانین حاکم بر جامعه ایجاب می کند که عمل دفع در شرایط و مکان مناسب انجام شود . بنابراین ، فروید آموزش استفاده از توالت را که طی آن کودکان باید تکانه های مقعدی خود را با ضرورت های اجتماعی منطبق کنند ، را برای رشد شخصی بسیار مهم می داند .

اریکسون قبول داشت که روش آموزش استفاده از توالت برای سلامت روانی کودک ضروری است اما در این دوره اظهارات مشهور "نه" و "خودم آن را انجام می دهم" نشان می دهد که کودک وارد دوره خودمختاری و خودمرداری شده است . تعارض مهم این مرحله ، خودمختاری در برابر شرم و تردید ، در صورتی به صورت مطلوب حل می شود که والدین رهنمود و انتخاب های معقولی را برای کودک فراهم کنند . یک کودک دوساله متکی به خود ، نه تنها به استفاده از توالت ، بلکه به غذاخوردن با قاشق و کمک کردن به جمع آوری اسباب بازی ها ترغیب می شود . وقتی که کودک نمی تواند این مهارت های تازه را درست انجام دهد از سوی والدین مورد انتقاد ، سرزنش و حمله قرار نمی گیرد . طبق نظر اریکسون والدینی که بیش کنترل و یا کم کنترل هستند کودکی را تربیت می کنند که احساس شرمندگی می کند و یا نسبت به توانایی خود در کنترل تکانه هایش و عمل کردن ماهرانه ، دچار تردید می شود . این افراد در بزرگسالی یا بیش از حد به دیگران وابسته هستند یا همواره نسبت به توانایی خود برای برخورد با چالش های جدید تردید دارند .

رشد هیجانی و هیجان های اصلی

هیجان ها در سازمان دادن دستاوردهایی که اریکسون بسیار مهم می داند ، از جمله روابط اجتماعی ، کاوش محیط و پی بردن به خود نقش قدرتمندی دارند .

سه هیجان اصلی شادی ، خشم و ترس ، بیش از همه نظر پژوهشگران را جلب کرده است . نوباوگان تقریباً در هنگام تولد علائم همه هیجان های اصلی را نشان می دهند.

تغییرات در سه هیجان اصلی که با رشد کودک اتفاق می افتد :

شادی

شادی ابتدا به صورت لبخندهای نشاط آور و بعداً به صورت خنده های پورشور به جنبه های متعدد رشد کمک می کند . زمانی که مهارت تازه ای کسب می کنند لبخند می زنند .لبخند ، والدین را نیز ترغیب می کند که به فرزند خود توجه و محبت نشان دهند و از این رو ، کودک به دفعات بیشتری لبخند می زند . کودکان در پایان ماه اول ، به دیدنی های جالب لبخند می زنند اما این دیدنیها باید خیره کننده و درخشان باشد و به یک دفعه و ناگهانی در میدان دید کودک قرار بگیرد . صورت انسان در ۲ تا ۳ ماهگی می تواند خنده عمیقی را در کودک فراخواند که به آن لبخند اجتماعی گفته می شود . (شروع لبخند اجتماعی بین ۶ تا ۱۰ هفتگی)

در ۳ تا ۴ ماهگی کودک به محرک های خیلی فعال و برانگیزاننده می خندد .وقتی که کودک دنیای خود را بیشتر درک می کند به رویدادهایی که جزئیات ظریف تر دارند می خندد.

خشم و ترس

در ۲ ماه اول ، جلوه های زودگذر خشم هنگام گریه کردن نوزاد نمایان می شود .این جلوه ها از ۴ تا ۶ ماهگی تا سال دوم زندگی ، به تدریج از نظر فراوانی و شدت ، افزایش می یابد .ترس نیز مانند خشم در نیمه دوم سال اول نمایان می شود .اما رایجترین جلوه ترس ، ترسی است که کودک به بزرگسال ناآشنا در ۶ تا ۸ ماهگی نشان می دهد که به آن اضطراب از غریبه ها (ترس از غریبه ها) .

پیدایش هیجان های خودآگاه

انسان ها علاوه بر هیجان های اصلی ، از احساس های سطح بالاتری مانند : شرم ، خجالت ، گناه ، رشک و غرور برخوردار هستند . . به این احساس ها هیجانات خودآگاه گفته می شود . که در پایان سال دوم نمایان می شوند . و این زمانی است که درک خود پدیدار می شود . هیجان های خود آگاه ، علاوه بر آگاهی از خویشتن ، توسط توصیه های تربیتی والدین نیز شکل می گیرد . اینکه مثلاً چه وقت باید احساس غرور، خجالت و یا احساس گناه کرد.مثلاً خجالت نمی کشی که اسباب بازی را از دوستت به زور می گیری ؟

هیجان های خودآگاه به کودک کمک می کند ، رفتارها و اهدافی را فراگیرد که از لحاظ اجتماعی و فرهنگی

ارزشمند است . اما این فرایند اجتماعی شدن و تظاهرات هیجانی آن از فرهنگی به فرهنگ دیگر می تواند متفاوت باشد .

آغاز خودگردانی هیجانی

خودگردانی هیجانی به راهبردی اشاره دارد که برای تنظیم کردن حالت هیجانی خود و رساندن آن به سطح شدت مطلوب به کار می بریم تا بتوانیم به هدف هایمان برسیم . کودکان در چند ماه اول زندگی ، توانایی محدودی برای تنظیم حالت های هیجانی خود دارند .

خودگردانی هیجانی چگونه ایجاد می شود :

- ۱- رشد سریع مغز ، به تدریج تحمل کودک برای تحریک را زیاد می کند .
- ۲- والدین و مراقبان از طریق بازی و ترغیب کردن کودک به توجه به اشیا این توانایی را افزایش می دهند .
- ۳- در پایان سال اول زندگی ، توانایی کودک در جابجا شدن ، به آنها امکان می دهد که با نزدیک شدن به موقعیت های گوناگون یا عقب نشینی از آنها ، احساس های خود را به نحو موثرتری تنظیم کنند .
- ۴- والدین درس هایی را در مورد نحوه ابراز احساسات جامعه پسند به آنها می دهند .
- ۵- کودک در سال دوم از طریق رشد زبان و صحبت کردن برای تسلی بخشی به خود به صورت صحبت کردن در مورد هیجاناتی مانند وحشت ، خوشحالی با دیگران احساسات خود را کنترل می کند . و از این طریق دیگران از جمله والدین به کمک آنها خواهند آمد مانند " مامان من می ترسم "

سرشت و رشد

وقتی کسی را شاد و خوشحال ، و دیگری را فعال و پرنرژی و دیگران را آرام ، محتاط یا مستعد طغیان های خشم وصف می کنیم به سرشت اشاره داریم. تفاوت های پایدار در کیفیت و شدت واکنش های هیجانی ، سطح فعالیت ، توجه و خودگردانی هیجانی ناشی از سرشت هستند . تحقیقات طولی نشان داده است که سرشت ، مهمترین عاملی است که احتمال دچار شدن کودک به مشکلات روانی یا مصون ماندن از عوارض بسیار استرس زای زندگی خانوادگی را افزایش می دهد . هر چند باید توجه کرد که

سرشت ، ثابت و تغییرناپذیر نیست . روش های تربیتی می توانند سبک های هیجانی کودک را به مقدار زیاد تغییر دهند .

ساختار سرشت

سه تیپ شخصیت کودکان براساس تقسیم بندی توماس چس

۱-**کودک راحت** : این کودکان سریع با برنامه های روزمره (خوابیدن ، تغذیه) در کودکی خو می گیرند ، در مجموع سرحال هستند ، و به راحتی با تجربه های تازه سازگار می شوند . (۴۰ درصد)

۲-**کودک دشوار** : این کودکان از نظر برنامه های روزمره نامنظم هستند ، به کندی تجربه های تازه را می پذیرند و به صورت منفی و شدید واکنش نشان می دهند . (۱۰ درصد)

۳-**کودک کم جنب و جوش** : این گروه از کودکان نافعان هستند ، واکنش های ملایم و کند به محرک های محیطی نشان می دهند ، خلق منفی دارند و با تجربه های تازه به کندی سازگار می شوند . (۱۵ درصد)

۳۵ درصد از کودکان در هیچ یک از این طبقات قرار نگرفتند .

از این سه نوع سرشت یا تیپ شخصیتی ، تیپ دشوار بیشترین توجه را به خود جلب کرده است ، زیرا این تیپ کودکان را در معرض خطر مشکلات سازگاری قرار می دهد که هم کناره گیری مضطربانه و هم رفتار پرخاشگرانه در اوایل و اواسط کودکی از خود بروز می دهند . کودکان کم جنب و جوش ، برخلاف کودکان دشوار ، در سالهای اولیه زندگی مشکلات زیادی نشان نمی دهند . آنها در اواسط کودکی ، بعد از اینکه وارد مدرسه و گروه های همسالان می شوند ، که از آنها انتظار می رود فعالانه و به سرعت پاسخ دهند ترس بیش از حد نشان می دهند .

ثبات سرشت

اگر سبک های هیجانی کودکان در طول زندگی آنها ثابت نبود ، به سختی می توانستیم بگوییم که سرشت واقعا وجود دارد . در واقع یافته های بررسی های متعدد ، از ثبات سرشت حمایت می کنند . کودکانی که در فراخنای توجه ، سطح فعالیت ، تحریک پذیری ، مردم آمیزی ، یا کمروبی ، نمره کم یا زیاد می گیرند ، اگر چند ماه بعد یا چند سال بعد و گاهی حتی در بزرگسالی دوباره ارزیابی شوند ، احتمالا به طور مشابهی واکنش نشان می دهند .

با این حال ، وقتی شواهد موجود ، در کل به دقت بررسی می شود ، ثبات سرشت از یک مقطع سنی به مقطع بعدی ، کم یا متوسط است . وقتی کودکان را دوباره ارزیابی می کنند معلوم می شود

که تعداد کمی از آنها بدون تغییر مانده اند ، در حالی که تعداد زیادی از آنها تغییر کرده اند . در واقع برخی از ویژگی ها ، مانند کمرویی و مردم آمیزی، فقط در کودکان دو انتهای منحنی در بلند مدت ثابت می ماند ، یعنی آنهایی که در ابتدا خیلی کمرو و یا خیلی مردم آمیز بوده اند .

سرشت در مدت نوباوگی ثبات بسیار کمی دارد ، زیرا با رشد مغز و مراقبت دلسوزانه ، رفتارهای اولیه به سرعت تغییر می کنند . برای مثال کودکانی که در ماههای آغازین ، بسیار بی قرار هستند وقتی در تنظیم هیجانات خود پیشرفت می کنند ، بسیاری از آنها که تندخو و تحریک پذیر به نظر می رسیدند ، آرام می شوند . در نتیجه ، پیش بینی بلند مدت سرشت ، از سال دوم به بعد امکان پذیر می شود ، زمانی که شیوه های پاسخدهی بهتر تثبیت شده باشد .

در عین حال ، تغییراتی که خیلی از بچه ها در دوران کودکی نشان می دهند ، حاکی است که تجربه می تواند صفات سرشتی را که پایه زیستی دارند ، تغییر دهد . هرچند که به ندرت کودکان از یک انتهای منحنی به انتهای دیگر آن تغییر می کنند ، یعنی یک کودک نوپای کمرو هرگز بسیار مردم آمیز نمی شود .

تاثیرات ژنتیکی

منظور از سرشت ، مبنای ژنتیکی تفاوت های فردی در سبک هیجانی است . پژوهش ها نشان می دهند که دو قولوهای یک تخمکی از نظر صفات سرشتی و شخصیتی ، بیشتر از دوقولوهای یک تخمکی ، به هم شباهت دارند . ارزیابی های توارث پذیری نشان می دهند که وراثت نقش متوسطی در سرشت و شخصیت دارد . تقریباً نیمی از تفاوت های فردی به تفاوت های موجود در ساخت ژنتیکی ما مربوط می شود . وجود تفاوت های قومی و جنسی در سرشت اوایه نیز بر نقش وراثت دلالت دارد . برای مثال کودکان چینی و ژاپنی از کودکان قفقازی ، فعال تر ، تحریک پذیر تر و پرسرو صداتر هستند .

تاثیرات محیطی

گرچه تاثیرات ژنتیکی بر سرشت ، مشخص است ، هیچ تحقیقی نشان نداده است که کودکان سبک های هیجانی خود را بدون حمایت محیط حفظ می کنند . در عوض وراثت و محیط معمولاً به کمک هم ثبات سرشت را تقویت می کنند ، زیرا نگرش کودک نسبت به دنیا ، بر تجربه هایی که با آن مواجه می شود ، تاثیر می گذارد .

تفاوت در پرستاری و مراقبت ، در تحقیقاتی که رابطه والد – کودک را با هم مقایسه می کنند بارها مشاهده شده است . این تحقیقات توصیه می کنند که برخی از تفاوت های موجود در سرشت اولیه ، توسط اعتقاد و سنت های فرهنگی ترغیب می شوند . وقتی از مادران ژاپنی در مورد روش فرزندپروری

آنها سوال می شود ، می گویند : بچه ها به صورت موجوداتی مستقل پا به دنیا می گذارند که باید یادگیرند از طریق تماس جسمانی به مادرانشان تکیه کنند .در مقابل مادران آمریکایی درست برعکس این اعتقاد را دارند و معتقدند که باید عادت وابستگی را از سر بچه انداخت و او را به استقلال عادت داد.در نتیجه مادران ژاپنی بیشتر تسلی می دهند و مادران آمریکایی بیشتر تحریک می کنند بنابراین این شیوه های فرزندپروری تفاوت های سرشتی بین فرزندان آنها را تقویت می کند .

فرایند مشابهی به تفاوت های جنسی در سرشت کمک می کند .به این صورت که عقاید کلیشه ای مربوط به جنسیت ، در نحوه ای که والدین با فرزندان خود برخورد می کنند ، تاثیر می گذارد . برای مثال والدین پسرها را بیشتر ترغیب می کنند که از لحاظ جسمانی فعال باشند و دخترها را به کمک خواستن ترغیب می کنند . این روش های برخورد ، تفاوت های سرشتی بین دخترها و پسرها را تقویت می کند .بنابراین سرشت و شخصیت را می توان فقط به صورت وابستگی متقابل بین عوامل ژنتیکی و محیطی درک کرد .

سرشت و فرزند پروری : مدل میزان انطباق

کودکان به خاطر سرشت های متفاوت ، به فرزندپروری منحصر به فردی نیاز دارند . اگر سرشت کودک در یادگیری یا کنار آمدن با دیگران ، اختلال ایجاد کند ، والدین و مربیان باید رفتار ناسازگارانه او را با ملایمت اما با ثبات ، اصلاح کنند .

میزان انطباق به ما کمک می کند که بدانیم چرا کودکان دارای سرشت های دشوار ، در معرض خطر مشکلات سازگاری بعدی قرار دارند . چرا که این کودکان غالبا طوری تربیت شده اند که با سرشت آنها سازگاری ندارد .

کودکان دشوار و کمرو از والدین با محبت و پذیرایی که توقع معقول اما قاطعی برای تسلط یافتن بر تجربه های جدید دارند ، بهره مند می شوند . با این حال میزان انطباق تا اندازه ای به ارزشهای فرهنگی بستگی دارد .برای مثال در خانواده های طبقه پایین پرتوریکویی ، با کودکان دشوار دلسوزانه و با حوصله برخورد می شود ، این کودکان در معرض خطر مشکلات ناشی از ناسازگاری قرار ندارند . در کشورهای غربی کودکان کمرو ، از لحاظ اجتماعی بی لیاقت پنداشته می شوند و این نگرش باعث می شود که والدین از کمک کردن به آنها برای نزدیک شدن به موقعیت های جدید ، مایوس شوند . اما در فرهنگ چین افراد بزرگسال ، کودکان کمرو را به صورت مثبت ارزیابی می کنند .

