

# 1. AZ EMBERI ÉLETCIKLUS<sup>1</sup>

ERIK H. ERIKSON

## BEVEZETŐ MEGJEGYZÉSEK

Az emberi életciklus pszichoszociális elemzésére kidolgozott elgondolásaim FREUD úttörő jelentőségű klinikai megállapításain alapulnak, aki a neurotikus zavarok eredetét a korai életszakaszok eseményeiben fedezte fel. Mindaz, amit elméletéhez hozzátettem, egyetlen kérdésből eredt: ha tudjuk, mi minden mehet rosszul az élet korai szakaszaiban, meg tudjuk-e mondani azt is, mi az, ami jól mehet, illetve aminek jól kell mennie? Az idők során nem csupán az egyre nagyobb számú klinikai eset tanulmányozása nyújtott lehetőséget feltevéseim ellenőrzésére, hanem „normális” gyerekek felnövekedésének „longitudinális” vizsgálata, néhány „primitív” kultúra gyermeknevelési szokásainak tanulmányozása, valamint jómagam és hallgatóim életrajzi vizsgálódásai. A feltevések értékének efféle becslését hangsúlyozottan interdiszciplináris módszernek tekintem, amely közvetlenül nem vezethető le egyszerű mérési eredményekből. Semmilyen tudományos hasznát nem látom annak, ha olyasmit próbálunk mindenáron megmérni, ami természete szerint nem mérhető. Természetesen ez nem jelenti azt, hogy elvileg lehetetlennek tartom, hogy az itt tárgyalt egészek (Gestalten) vagy konfigurációk bizonyos aspektusait számszerűsíthető fogalmakká írják át jól definiált feltételek esetén.

Elméletem leghangsúlyosabb eleme az *emberi lehetőségek kibontakozásának tétele*, valamint e fejlődés *játéktere* (Spielraum), vagyis az adottságok kifejlődéséhez szükséges kölcsönhatások hatósugarának növekedése. Ugyanilyen nyomatékkal hangsúlyozom a fejlődés egymást követő szakaszainak mindegyikében szervesen benne gyökerező *konfliktusokat*, és az új szakaszok beköszöntével felbukkanó *válságokat is*. E *krízisek* (a krízis szó itt fordulópontot vagy sorsdöntő eseményt jelöl) nem pusztán az egyén további fejlődésének elakadásához vezethetnek, hanem – s ebben az összefüggésben ez az igazán fontos – annak a belső elhárító pajzsnak a kiépüléséhez is, amely kivédi, hogy az ember tudatában legyen feszültségeinek és követelő környezeti szükségleteinek. Ennek révén látszik valaki a többiek szemében „normálisnak”, vagyis megfelelően szabályozottnak.

Tehát amikor olyan fogalmakat használok, mint például az *autonómia* vagy *szégyen* és a *kétség*, azt a feltételezést fogalmazom meg, hogy egyetlen emberi lény sem létezhet úgy más emberek között, hogy ne tanult volna meg szégyenkezni vagy kételkedni, kiegyensúlyozott fejlődés esetén mégis a képességeknek az autonómia érzés támogatásával kell kibontakozniuk. A külvilág

1. ERIKSON, E. II.: The Human Life Cycle. In: *International Encyclopedia of Social Sciences*. New York, 1968, Crowell–Collier, 286–292. p. (Fordította B. Kádár Judit)

tiltásai a kétség érzését alakítják ki a gyermekben, mivel szakadatlanul gyanússá és veszélyessé teszik azt a teret, amelyre izom- és mozgásfejlődése, valamint a másokkal való együttműködése érdekében szüksége van. Az izom- és mozgásfejlődés, a kognitív, pszichoszociális, produktív, ideológiai és etikai fejlődés gondos tanulmányozásakor szem előtt kell tartanunk azt a kérdést is, vajon az emberi generációk egymásra hatása számára biztosított tér elegendő-e ahhoz, hogy hozzájáruljon a belső szabadság növekedéséhez? A gyermek fejlődési terének korlátozása ugyanis a szülőkkel szemben is méltánytalanság, hiszen olyan korlátozásokat kényszerülnek gyermekükkel szemben érvényre juttatni, melyeket nem ők választanak.

Ez a fajta megközelítés egyaránt képes felderíteni azt a korai térélményt, amely a nagyobb gyerek és a felnőtt számára már internalizált formában létezik (belső tér), és azt a teret, amelyben egy adott pillanatban az egyének és korcsoportjaik a számukra jelentős összes személlyel és intézménnyel kapcsolatba lépnek (szociális tér), amely egyszersmind a gazdaság és a politika küzdőtere is.

Az 1.1. táblázatban néhány elemi pszichoszociális modalitást mutatunk be a hozzájuk tartozó életszakaszoknak megfelelően.

## AZ ÉLETCIKLUS

Miközben megfigyeljük az életet, egyszersmind meg is merülünk benne; ez a körülmény, megfoszt bennünket attól a lehetőségtől, hogy korunk és körülményeink korlátozott nézőpontjain képesek legyünk felülemelkedni.

1.1. táblázat. Elemi modalitások

1. szakasz:  
kapni; adni viszonzásul
2. szakasz:  
megtartani; elengedni
3. szakasz:  
létrehozni = utánajárni; valamivé válni = játszani
4. szakasz:  
létrehozni (megalkotni)  
dolgokat; együtt létrehozni dolgokat
5. szakasz:  
lenni valakinek; megosztani a létezését valakivel
6. szakasz:  
elveszteni és megtalálni magunkat másokban
7. szakasz:  
alkotni; gondoskodni
8. szakasz:  
lenni a létezés és  
a teremtvé levés által; szembesülni a nemléttel

A vallásos világmagyarázatok zömükben mindent átható rendezőelvek szerint tekintenek az emberi életútra. Az egyik vallás az újjászületések szakadatlan spiráljaként szemléli a földi létet, a másik az üdvözülés és kárhozat válaszútjait látja benne.

Az eltérő életmódok háttérében az életszemlélet többé-kevésbé nyíltan megfogalmazott változatai állnak. A megfontolt ember az életre tekintve kaputatókat és ereszkedőket láthat, melyek között az érettség biztonságos fennsíkja terül el; a versengő a látványos siker és a váratlan felejtés tükrében szemléli életét. A tudós az élő szervezetet látja, amely a születéstől a pusztulás felé halad, vagy tágabb értelemben az egyént mint a genetikai lánc egyik tagját, vagy azokat a kulturális mintákat, melyek az életfolyamat kitüntetett fordulópontjait az átmenet rítusaival erősítik meg.

Az életút mintázódási elvének megválasztásakor figyelembe kell vennünk tehát, milyen eszmei örökség áll mögöttünk – a magam öröksége a pszichoanalízis. A klinikai munka során az életfolyamatra és a nemzedékek egymást követő sorára vonatkozó fogalmaink elkerülhetetlenül tudásunk, tapasztalatumk és meggyőződésünk ötvözetéből kerekednek ki – hogyan is nyújthatnánk máskülönben értelmezést és útmutatást? A pszichiátriai iskolák különféle irányzatainak létezése feltehetőleg éppen abból fakad, hogy a klinikai elméletnek és gyakorlatnak totális emberképet kell nyújtania.

Freud a szigorúan tudományos világképért szállt síkra, de (gyakran személyesen vallott értékeivel is ellentmondásba kerülve) nem kerülhette el korának jellemző szemléleti vonzódásait. A pszichoanalízis legelső dokumentumai a koragyermekkor „patogén” eseményeinek aprólékos rekonstrukciói voltak. Az első pszichoanalitikus tanulmányokból kibontakozó szemléletet a teológiai magyarázattal analóg módon *originalistának* nevezhetjük, mivel képviselői szisztematikus erőfeszítéssel próbáltak bizonytalan eredetektől és homályos okokból komplex jelentéstartalmakat levezetni. A szilárdan pozitívista alapelvek ellenére többnyire burkolt fatalizmus volt az eredmény. Minden olyan elméletnek azonban, amely az élettörténet és az esettörténet tényeit egységes rendszerben kívánja kezelni, meg kell találnia az egyensúlyt a genetikus rekonstrukció „visszatekintő”, valamint a progresszív növekedés és fejlődés tanításának „előretekintő” szemlélete között, a tudattalan mélységeit kutató „lefelé tekintő” és az erőteljes társadalmi tapasztalatokat figyelembe vevő „felfelé tekintő” nézőpontok, valamint a belső valóságot feltáró „befelé tekintő” és a történelmi valóság hatásait elemző „kifelé tekintő” törekvések között.

Ebben az írásban arra törekszem, hogy a klinikai elméletekben és gyakorlatban gyakran rejtve maradó **pszichoszociális** megfontolásokat explicit módon tárjam fel. Mondandóm egyaránt vonatkozik az egyénre, aki elvileg a készségek kibontakozásának olyan előre meghatározott lépcsőfokain halad végig, amelyek képessé teszik a társas interakciók mind nagyobb körében való egyre differenciáltabb részvételre, és a társadalom szervezetére, amely elvben elébe megy ezeknek a fejlődő képességeknek, s többnyire támogatja a belőlük feltáruló lehetőségek sorát.

A „ciklus” fogalma az egyéni életnek arra a kettős tendenciájára utal, hogy miközben önmagát mint a tapasztalás koherens mintáját szüntelenül

„lekerekíteni” igyekeznek, egyszersmind kapcsolóelemet is alkot a nemzedékek láncolatában, amelyből és amelynek erőt és gyengeséget kölcsönöz.

Ebben a kölcsönhatásban sarkalatos szerepet játszanak az emberi élet **krízisei** (a krízis szó ehelyütt nem a katasztrófa fenyegetését jelenti, hanem fordulópontot, illetve olyan sorsdöntő életszakaszt, melyet növekvő sérülékenység és feszültség jellemez, s amely ennek következtében egyaránt forrása az alkotó erőnek és a meghasonlottságnak).

## AZ ÉLET NYOLC SZAKASZA

Az emberi lény meghosszabbodott gyermekkorának, mint egy második anyaméhnek kell megadnia mindazt a pszichoszociális védelmet és stimulációt, amely lehetővé teszi, hogy a felnövekvő gyermek képes legyen különálló készségeit fejlődése egymást követő lépéseiben egyesíteni. Azt feltételezzük, hogy a fejlődés minden egyes szakaszát a szükségletek és késztetések egy-egy újabb konstellációja, a lehetséges társas interakciók mind tágabb köre s a felnövekvő személy számára hagyományos szocializációs mintákat közvetíteni hivatott társadalmi intézmények jellemzik. Mivel a prolongált gyermekkor és a szocializáció társadalmi intézményeinek kifejlődése közös fejlődésmenetet mutat, evolúciós szempontból két alapvető különbséget kell tekintetbe vennünk ember és állat között.

ERNST MAYR (1964) kifejezésével élve az ember „a legmagasabb rangú” állat, amely a legváltozatosabb környezeti körülmények között képes alkalmazkodni és kultúrát alkotni. Az emberi faj újszülöttjét hosszúra nyúlt gyermekkorának kell felkészítenie arra, hogy egy „pszeudofaj” tagjává váljék (ERIKSON 1965) – egy törzs, egy kultúra, egy kaszt tagjává, melyek mindegyike úgy viselkedik, mintha az embert alkotó isteni terv és teremtés egyetlen igazi megtestesülése volna. Másfelől az emberi késztetések háttérében olyan ösztön-energiák állnak, melyek az állatok ösztöneivel ellentétben sokkal kevésbé függenek össze valódi ösztönmintázatokkal vagy veleszületett kioldó mechanizmusokkal. A lehető legnagyobb mennyiségű ösztönenergia marad így szabadon az alapvető szociális kapcsolatok létesítésének és fenntartásának céljaira, melyek a kibontakozó energiákat a kölcsönösség, megbízhatóság és teljesítőképesség kulturális mintáihoz kötik. Freud megmutatta, milyen mértékben gyökerezik az inadaptív szorongás és harag az emberi ösztönök természetében, ám egyúttal az én erejét is bizonyította, amely a védekező mechanizmusokban éppúgy megmutatkozik, mint az alkalmazkodásban (FREUD 1936; HARTMANN 1939). Kísérletet tehetünk arra, hogy bemutassuk azokat az alapvető erőket és gyengeségeket, melyek az emberi életciklus egymást követő szakaszaiban éppoly szisztematikusan bukkannak fel, mint az emberi generációk sorában (ERIKSON 1964). Az első ábrán azokat a *pszichoszociális kríziseket* tüntettük fel, melyek a *fejlődés epigenetikus elvének*<sup>2</sup> megfelelően az alkalmazkodás sikerének vagy kudarcának forrásai az emberi életciklus különböző

---

2. A fejlődés epigenetikus elvét Erikson az embriológiából kölcsönzi. Eszerint „mindennek, ami növekszik, van egy fejlődési alapterve” (ERIKSON 1968, 92), amelynek alapján az érett szervezet meghatározott ütemterv szerint bontakozik ki a kezdeti állapotból. (A fordító)