

4 療育コラム 「心理社会的発達理論について③」

今回は、前回に引き続き、エリクソンの心理社会的発達理論の、成人期、壮年期、老年期の残りの3つについて、ご紹介していきたいと思います。

それでは早速、成人期から見ていきましょう。

成人期の心理社会的課題は【親密性VS孤立】です。

この時期は、自己を確立し、友人や社会との繋がりや、恋愛などを通して信頼の置ける他者との間で親しみを深めていく時期とされています。そのため、この時期は結婚をする人も多くなっています。

相手に自分を受け入れてもらえるか、また、受け入れてもらえなかった際にはどうするか？などの観点から、新たに自己の在り方を組み直す事を通して、確固たる自己の確立を目指し、孤独へと立ち向かっていく時期となります。

この時期に、自分で自分を受け入れながら本当に信頼できる他者と関わる事ができると、「愛情や幸福感」というかけがえのないものを得る事ができます。

一方で、これまでの時期の発達課題が未達成であると、自己を確立することができずに、他者との関りの積極的になれなかったり、その場限りの表面上の付き合いとなってしまう事で、孤立に繋がりがかねません。

続いて、壮年期について見ていきます。

壮年期の心理社会的課題は【次世代育成能力VS停滞】です。

この時期は、家庭や職場などでの自身が過去に経験した事を、子どもや孫などの次の世代や後世に伝えていく事に注力していく時期となります。

そのため、適切に伝えていけると世代性が発達し、自分の生に対して意味を見出す事に繋がります。一方で、自身の世代の事だけに注力していると、停滞が起こり、次第に自身の存在意義に疑問を抱く事に繋がっていきます。

最後に、老年期について見ていきます。

老年期の心理社会的課題は【自己統合VS絶望】です。

この時期は、多くの方が仕事を退職されたり、子育てにも一段落つき、老後のご自身の生活を考えていく時期と言えます。この時期は、その人自身の人生にとって、ひじょうに大きな意味を持っており、自分の人生の中で何か上手く行かなかった事があった場合でも、上手く折り合いを付ける事ができると、自己統合が成され、その結果人生に意味合いを見出す事ができます。

一方で、前の世代から受け継いだものを活かせなかったり、後世に何かを残す事が難しかったりすると、自身が存在した意味を見出せずに絶望し、自己の終焉である死を安らかに受け入れる事が難しくなってしまいます。

いかがでしたでしょうか？

前々回から今回まで、3回ほどかけて心理社会的発達理論について、お話をさせていただきました。

発達段階毎の課題や、その変遷について知っておく事で、どの時期にどのような事に取り組んでいけると良いのか、前段階の発達課題に躓きが無いのか、などについて振り返る際の指針としていけるように思います。

次回からは、また別のテーマでお話をしていきたいと考えております。

それでは、また次回のコラムでお会いしましょう。