

# THUYẾT NHÂN CÁCH PHÁT TRIỂN TÂM LÝ XÃ HỘI

---

ERIK ERIKSON

Nt Phạm Bích Thùy, MtgH

# THUYẾT PHÁT TRIỂN TÂM LÝ XÃ HỘI

---

Thuyết nhân cách của Erik Erikson còn được gọi là **Lý thuyết Phát triển Tâm lý Xã hội**. Thuyết này nhấn mạnh sự phát triển của con người qua tám giai đoạn trong cuộc đời, từ khi sinh ra đến khi trưởng thành và già lão.

Trong mỗi giai đoạn, chúng ta đều đối diện với một cuộc khủng hoảng tâm lý-xã hội cụ thể. Cách mỗi người giải quyết các khủng hoảng này sẽ ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách và khả năng thích nghi xã hội của người ấy.



# ERIK ERIKSON (1902-1994)

- Là nhà tâm lý học người Mỹ gốc Đức. Mẹ ông là người Do Thái, còn cha ruột không được xác định rõ. Năm 1933, dưới chế độ Đức Quốc xã, Erikson di cư sang Mỹ. Ông trở thành công dân Mỹ và đổi tên thành Erik Erikson, với hàm ý “người tự tạo nên chính mình”.
- Là học trò của Anna Freud, ông kết hợp phân tâm học với yếu tố xã hội, Erik nổi tiếng với lý thuyết phát triển tâm lý xã hội. Ông nghiên cứu sâu về các nền văn hóa bản địa ở Mỹ, để hiểu rõ cách môi trường văn hóa ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách.
- Ông đã giảng dạy tại nhiều trường đại học danh tiếng như Harvard, Yale, và University of California, Berkeley và đạt giải Pulitzer với *Gandhi's Truth*.

# HỌC THUYẾT ERIK ERIKSON

✓ Erikson chọn nền tảng của Freud rồi mở rộng nó ra trong suốt tuổi trưởng thành và đến tuổi già.



✓ Erikson cho rằng sự phát triển nhân cách được quyết định bằng sự tương tác giữa kế hoạch trưởng thành bên trong và nhu cầu xã hội bên ngoài.

- ✓ Ông cho rằng chu kỳ đời sống gồm 8 giai đoạn, cố định về mặt sinh học.
- ✓ Chuỗi giai đoạn trong thuyết của Erikson dựa trên nguyên tắc biểu sinh; nghĩa là mỗi sức mạnh tâm lý xã hội đều có thời gian uy lực của chính mình hoặc là giai đoạn có ý nghĩa đặc biệt quan trọng.



## GIAI ĐOẠN TLXH

## ĐỘ TUỔI

## THỬ THÁCH PHẢI VƯỢT QUA

Tin tưởng > < Hoài nghi

0 – 1

Hope

Phát triển ý thức rằng thế giới là “nơi an toàn”

Tự quản > < Hở thẹn

1 – 3

Will

Thừa nhận con người độc lập, có thể làm quyết định

Sáng kiến > < Tội lỗi

3 – 6

Purpose

Phát triển khả năng thử làm việc mới và giải quyết vấn đề

Chuyên cần > < Tự ti

6 – 12

Competence

Học hỏi kỹ năng cơ bản và học làm việc với người khác

Thống nhất > < Nhầm lẫn

12 – 18

Fidelity

Phát triển ý thức lâu bền, liên kết về cái tôi

# 8 GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN TÂM LÝ XÃ HỘI

<u>GIAI ĐOẠN TLXH</u>	<u>ĐỘ TUỔI</u>	<u>THỬ THÁCH</u>
<b>THÂN MẬT &gt; &lt; CÔ LẬP</b>	<b>18 – 40</b> <b>Love</b>	Ràng buộc với người khác trong mối quan hệ yêu đương.
<b>QUẢNG ĐẠI &gt; &lt; ÍCH KỸ</b>	<b>40 – 65</b> <b>Care</b>	Góp phần chăm sóc những người nhỏ hơn, yếu hơn, chăm sóc con cái...
<b>LIÊM CHÍNH – THANH THẢN &gt; &lt; THẤT VỌNG</b>	<b>65 –</b> <b>Wisdom</b>	Khẳng định mình hơn, là mình hơn, thấy cuộc sống đáng giá và hài lòng về chính mình, về cuộc sống, bình an. Tỏ ra khôn ngoan và kiên nhẫn.

**Theo thuyết phát triển tâm lý xã hội của Erik Erikson, nếu một cá nhân thất bại trong việc vượt qua thử thách ở một giai đoạn nhất định, họ sẽ đối mặt với những hệ lụy về mặt tâm lý và xã hội.**

**Những hệ lụy này có thể ảnh hưởng đến khả năng xử lý các thử thách/khủng hoảng ở giai đoạn tiếp theo và gây ra những vấn đề lâu dài trong nhân cách và mối quan hệ xã hội.**





**Nếu không được xử lý, những hệ lụy này có thể tích tụ và ảnh hưởng tiêu cực đến tất cả các khía cạnh của cuộc sống, từ sự nghiệp đến những mối quan hệ cá nhân và cảm giác hạnh phúc.**

**Tuy nhiên, các thất bại này không phải là “chung cuộc” mà có thể được giải quyết hoặc cải thiện thông qua trị liệu, giáo dục, và hỗ trợ xã hội.**



# SƠ SINH (0-1 TUỔI): TIN TƯỞNG VS. NGHI NGỜ

Trẻ phát triển cảm giác tin tưởng khi người chăm sóc tỏ ra đáng tin cậy, sự chăm sóc và tình cảm. Thiếu điều này sẽ dẫn đến mất tin tưởng

## Thử thách:

Trẻ cần cảm nhận được sự an toàn, tin cậy từ cha mẹ / người chăm sóc.

**Kết quả tích cực:** Hình thành lòng tin và sự an tâm.



**Kết quả tiêu cực:** Nghi ngờ, lo âu, hoặc thiếu cảm giác an toàn.



# HỆ LỤY KHI KHÔNG VƯỢT QUA ĐƯỢC THỬ THÁCH CỦA GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN

---

- Thiếu cảm giác an toàn và tin tưởng vào người khác.
- Hình thành tâm lý lo âu, sợ hãi, và cảm giác bất an trong các mối quan hệ.
- Gặp khó khăn trong việc gắn kết hoặc dựa dẫm vào người khác trong suốt cuộc đời.

# NHỮ NHI (1-3 TUỔI): TỰ CHỦ VS. NGHI NGỜ/BẤT LỰC

Trẻ em cần phải phát triển một cảm giác tự chủ trong các kỹ năng thể chất và tính độc lập. Thành công dẫn đến cảm giác tự chủ, thất bại dẫn tới cảm giác xấu hổ và nghi ngờ.

**Kết quả tích cực:**  
Cảm giác tự tin và kiểm soát bản thân.

## Thử thách:

Trẻ phát triển khả năng tự kiểm soát và tự lập (như đi, ăn, vệ sinh).

**Kết quả tiêu cực:**  
Xấu hổ, nghi ngờ khả năng của mình.

# HỆ LỤY

---

- Cảm giác xấu hổ và nghi ngờ khả năng tự lập của bản thân.
- Phát triển tính cách phụ thuộc, thiếu quyết đoán.
- Lo lắng về việc bị phán xét, thiếu tự tin trong việc kiểm soát cuộc sống cá nhân.

# MẪU GIÁO (3-6 TUỔI): SÁNG KIẾN VS. CẢM GIÁC TỘI LỖI

Khám phá những khả năng mới, trò chơi, hoạt động. Bị cấm cản sẽ có cảm giác bất lực và tội lỗi

## Thử thách:

Trẻ bắt đầu lên kế hoạch và thực hiện các hoạt động, đồng thời đối mặt với những giới hạn xã hội.

**Kết quả tích cực:** Khả năng sáng tạo và tự tin.



**Kết quả tiêu cực:** Cảm giác tội lỗi hoặc sợ sai lầm.



# HỆ LỤY

---

- Thiếu sự sáng tạo, e ngại khi thử nghiệm hoặc đưa ra ý tưởng mới.
- Dễ cảm thấy tội lỗi hoặc sợ làm sai, dẫn đến hành vi thụ động.
- Khó khăn trong việc thiết lập mục tiêu hoặc chịu trách nhiệm.

# TUỔI THIẾU NIÊN (6-12 TUỔI): CHĂM CHỈ VS. TỰ TI

Trẻ em cần đối phó với nhu cầu xã hội và học tập mới. Thành công dẫn đến một cảm giác có thẩm quyền, trong khi thất bại dẫn đến cảm giác thua thiệt

## Thử thách:

Trẻ cần cảm nhận giá trị thông qua các thành tựu và sự công nhận từ người khác.

**Kết quả tích cực:**  
Ý thức về năng lực và giá trị bản thân.

**Kết quả tiêu cực:**  
Cảm giác kém cỏi hoặc tự ti.



# HỆ LỤY

---

- Cảm giác không có giá trị, tự ti, và sợ thất bại.
- Tránh xa các hoạt động đòi hỏi sự nỗ lực, dẫn đến kém thành tựu.
- Dễ dàng từ bỏ hoặc không theo đuổi các mục tiêu cá nhân.

# TUỔI VỊ THÀNH NIÊN (12-18): XÁC ĐỊNH BẢN SẮC VS. MƠ HỒ VAI TRÒ

Thanh thiếu niên cần phát triển một cảm giác về chính mình và bản sắc cá nhân. Thành công dẫn đến khả năng ở lại thật với chính mình, thất bại dẫn đến sự nhầm lẫn vai trò và ý thức mờ nhạt về bản thân.

**Thử thách:** Thanh thiếu niên khám phá bản thân và định hình giá trị, niềm tin, mục tiêu cuộc sống.

**Kết quả tích cực:** Bản sắc cá nhân rõ ràng và vững chắc.



**Kết quả tiêu cực:**

Nhầm lẫn hoặc mâu thuẫn về vai trò và giá trị.



# HỆ LỤY

---

- Mơ hồ, lạc lõng về bản thân và giá trị sống.
- Khó khăn trong việc đưa ra quyết định về nghề nghiệp, mối quan hệ và mục tiêu cuộc sống.
- Dễ bị áp lực từ bên ngoài hoặc rơi vào khủng hoảng nhận diện bản sắc cá nhân kéo dài.

# TUỔI TRƯỞNG THÀNH SỚM (20-40 TUỔI): THÂN MẬT VS. CÔ LẬP

Tạo lập những mối quan hệ - những người trưởng thành trẻ cần phải hình thành các mối quan hệ yêu thương và mật thiết với những người khác. Thành công dẫn đến mối quan hệ mạnh mẽ, thất bại tạo sự cô đơn và cô lập.

**Kết quả  
tích cực:**

Mối quan hệ  
lành mạnh, khả  
năng yêu  
thương.

**Thử thách:**

Tạo dựng mối quan  
hệ thân thiết, tình  
yêu và sự gắn bó.

**Kết quả  
tiêu cực:**

Cô đơn, cảm  
giác bị cô lập.

# HỆ LỤY

---

- **Sợ hoặc không thể thiết lập mối quan hệ thân mật.**
- **Cảm giác cô đơn, thiếu kết nối xã hội.**
- **Có thể dẫn đến trầm cảm hoặc hành vi tự cách ly khỏi xã hội.**

# TUỔI TRUNG NIÊN (40-65 TUỔI): SINH SẢN VS. TRÌ TRỆ

Làm việc và làm cha mẹ - người lớn cần tạo và nuôi dưỡng những điều có thể làm cho họ tồn tại lâu hơn, thường qua việc có con cái hoặc tạo ra một thay đổi tích cực có lợi cho người khác. Thành công dẫn đến cảm giác hữu ích và thành tựu, thất bại dẫn đến sự tham gia hời hợt vào thế giới.

**Thử thách:** Người lớn tuổi cần tìm kiếm ý nghĩa thông qua việc chăm sóc người khác và đóng góp cho cộng đồng.

**Kết quả tích cực:** Cảm giác thành tựu và ý nghĩa.



**Kết quả tiêu cực:**

Tự mãn, trì trệ bất mãn, cảm giác không đóng góp được gì.



# HỆ LỤY

---

- Cảm giác không có ý nghĩa, không đóng góp được gì cho xã hội.
- Tâm lý trống rỗng, mất phương hướng, hoặc cảm giác cuộc sống vô nghĩa.
- Có thể trở nên ích kỷ hoặc ám ảnh với nhu cầu cá nhân.

# TUỔI GIÀ (65 TUỔI TRỞ LÊN): MÃN NGUYỆN VS. TUYỆT VỌNG

Thành toàn cái tôi hay tuyệt vọng - suy gẫm về cuộc sống: Người cao tuổi cần phải nhìn lại cuộc sống và cảm nhận một cảm giác hoàn thành. Thành công ở giai đoạn này dẫn đến cảm giác của sự khôn ngoan, trong khi kết quả thất bại dẫn đến sự tiếc nuối, cay đắng, và tuyệt vọng.

**Kết quả tích cực:**  
Cảm giác hài lòng và bình an.

## Thử thách:

Nhìn lại cuộc sống, đánh giá thành công và thất bại.

**Kết quả tiêu cực:**  
Nuối tiếc, sợ hãi cái chết, tuyệt vọng.



# HỆ LỤY

---

- Nuối tiếc về cuộc sống đã qua, cảm giác thất bại hoặc không đạt được ý nghĩa.
- Sợ hãi cái chết và thiếu sự hài lòng về những gì đã làm được.
- Có thể dẫn đến trạng thái tuyệt vọng hoặc chán ghét bản thân.

# TÓM TẮT: ĐIỂM NỔI BẬT CỦA THUYẾT ERIK ERIKSON

---

- **Mở rộng từ Freud:** Erikson dựa trên lý thuyết phân tâm học của Sigmund Freud nhưng thay đổi trọng tâm từ những động lực sinh học (bản năng) sang các yếu tố xã hội và văn hóa.
- **Tâm lý xã hội:** Erikson nhấn mạnh vai trò của các mối quan hệ xã hội ở từng giai đoạn. Ông cho rằng các mối quan hệ xã hội đóng vai trò trung tâm trong việc định hình nhân cách.

# TÓM TẮT: ĐIỂM NỔI BẬT CỦA THUYẾT ERIK ERIKSON

---

- **Suốt đời:** Lý thuyết không chỉ tập trung vào tuổi thơ mà kéo dài suốt cuộc đời.
- **Tính liên tục:** Thành công hoặc thất bại trong một giai đoạn có thể ảnh hưởng đến các giai đoạn sau.



Tiến trình phát triển



Thank you

