

埃里克森心理发展理论对家庭教育的启示

唐彦宁

重庆师范大学 重庆 401331

【摘要】：美国发展心理学家与精神分析专家爱利克·埃里克森（Erik. H. Erikson, 1902~1994），他是一个传奇人物。他仅接受过高中水平的教育，却担任哈佛大学的教授。他构建的心理社会发展阶段论意义重大，对学术领域和社会领域的影响至今。随着社会经济的发展，我国对家庭教育的重视愈加强烈。《中华人民共和国家庭教育促进法》在2021年10月23日第十三届全国人民代表大会常务委员会第三十一次会议通过。家庭教育以立法的形式登上舞台，使得我国特色的家庭教育法律逐步完善。这部法律的正式颁布也让家庭教育有章可循，有法可依。足可以见，当代社会对家庭教育的重视。但由于传统道德观念的束缚，家庭教育在实施上还是存在一些困难和问题，不少家庭仍觉得力不从心、无从下手。本文以埃里克森心理发展理论为指导，从家庭角度提出建议供家庭教育参考。

【关键词】：心理社会发展理论；家庭教育；父母

The Enlightenment of Eriksson's Psychological Development Theory to Family Education

Yanning Tang

Chongqing Normal University Chongqing 401331

Abstract: Erik. H. Erikson (1902~1994), an American developmental psychologist and psychoanalyst, is a legend. He has only received high school education, but he is a professor at Harvard University. The stage theory of psychosocial development constructed by him is of great significance and has had an impact on the academic and social fields so far. With the development of social economy, our country pays more and more attention to family education. The family education promotion law of the people's Republic of China was adopted at the 31st meeting of the Standing Committee of the 13th National People's Congress on October 23, 2021. Family education came onto the stage in the form of legislation, which gradually improved the family education law with Chinese characteristics. The formal promulgation of this law also provides family education with rules and laws to follow. It can be seen that contemporary society attaches great importance to family education. However, due to the shackles of traditional moral concepts, there are still some difficulties and problems in the implementation of family education, and many families still feel unable to do anything. Guided by Eriksson's theory of psychological development, this paper puts forward suggestions for family education from the perspective of family.

Keywords: Psychosocial development theory; Family education; Parent

1 埃里克森心理社会发展理论

埃里克森的心理社会发展理论一共有八个阶段，这八个阶段密切相连，且每一阶段都有两级相对的特点，具体可参考表1。每个阶段的发展都是建立在前一阶段的发展基础上。成功地解决了前一阶段的问题会为下一阶段的问题做好准备。

表1 阶段表

阶段	时期	获得	避免	体验
第一阶段	婴儿期（0~2岁）	信任	不信任	希望
第二阶段	儿童期（2~4岁）	自主独立	羞怯怀疑	意志
第三阶段	学龄初期（4~7岁）	主动	内疚	目的
第四阶段	学龄期（7~12岁）	勤奋	自卑	能力
第五阶段	青春期（12~18岁）	同一性	角色混乱	重视
第六阶段	成年早期（18~25岁）	亲密	孤独	爱情

第七阶段	成年期（25~60岁）	繁殖	停滞	关怀
第八阶段	成熟期（60岁以上）	完美	失望	智慧

1.1 童年阶段

童年阶段包括婴儿期、儿童期、学龄初期、学龄期。婴儿期指零到两岁的儿童，处于这个时期的儿童他们的主要矛盾是基本信任和不信任的心理冲突。而家庭需要帮助儿童解决的在这个时期的主要发展任务是形成基本信任感。与其有显著关系的人通常情况下是母亲或其他主要抚养婴儿的人。儿童期指两到四岁的儿童，他们的主要危机是处理自主独立与羞怯怀疑的矛盾。家庭在这一时期需要帮助儿童培养起自主性，如，自己上厕所、穿衣服、吃饭等。学龄初期指的是四到七岁的儿童，他们这一时期会面临主动与内疚的矛盾，这一时期儿童的显著关系也主要表现在家庭，家庭教育的重心是培养其主动性。学龄期指的是七到十二岁的儿童，在这一时期，他们往往会面临勤奋与自卑的冲突。父母和家庭成员要以身作则，给儿童树立

良好的勤劳形象来帮助儿童解决这一时期遇到的矛盾。

1.2 青春期阶段

青春期阶段是对后世产生影响最大的一个阶段，这个阶段的年龄在十二到十八岁，面临的危机是“同一性”与“角色混乱”。青少年们在这一阶段往往会被“我是谁？我以后会成为什么样的人？”这类的问题感到困惑，从而产生角色混乱。我们往往认为青春期是一个叛逆的时期，其原因之一正是因为这一时期的青少年正在建立自我同一性，如果不能建立起自我同一性，他们就会陷入角色混乱，会陷入痛苦之中。如果不能顺利地解决这一时期的发展危机，青少年的人格中就会存在不确定性，对未来的长远发展也是不利的。虽然此阶段的青少年已经有了自己独立的社交圈，但家庭的教育仍是非常重要的，家庭在这一阶段要为青少年的发展提供保障和支持。

1.3 成年阶段

成年阶段主要包括成年早期、成年期、成熟期。成年早期主要是指十八到二十五岁的成人。在这一时期，他们会面临亲密与孤独的冲突，如果无法获得亲密感，他们就会产生孤独感。成年中期指二十五到六十岁，面临的主要危机是繁殖与停滞的矛盾，这一时期的发展任务是获得繁衍感，避免停滞感。个体繁衍和抚育后代，自身前几十年所受到的教育也会在潜移默化中对培养下一代产生影响。成年晚期至六十岁以上，人在这一时期已经经历了许多事情，人生也走完了大半，此时他们面临着自我调整与绝望的矛盾冲突。只有通过调整 and 适应，才能达到超脱的境界，安稳地度过余生。

2 埃里克森心理社会发展理论对家庭教育的启示

家庭教育是儿童发展的重要推动力，但也可能成为儿童发展的阻力。物质社会的发展不断提高父母对子女的期望，今天的儿童与上一代人当儿童时相比差异明显，他们对高科技产品司空见惯、他们成熟得更早、平等意识和自我意识更加强烈。这种情况下，家庭教育也面临更大的挑战。埃里克森的心理社会发展理论对家庭教育的实践具有重要意义。家庭教育主要聚集于前五个阶段，这个阶段也是健全儿童人格形成的关键时期。只要我们充分了解孩子在不同发展阶段的不同特点，尊重孩子的自然发展规律，根据他们的天赋才能进行教学和引导，针对具体问题进行具体分析，我们自然会成为有智慧的父母。新精神分析学派埃里克森提出的著名的社会心理发展八阶段理论，被许多人认为是最有价值的人格理论，也为我们的家庭教育提供了理论基础和方向。

埃里克森的心理社会发展理论把人的发展过程分为八个时期，每个阶段都有不同的发展特点和矛盾。为了能够顺利地解决好各个阶段的矛盾冲突，促进儿童的健康发展，作为家庭教育主要参与者的父母，应该对孩子进行分龄教育。分龄教育即按照年龄阶段有区别地对儿童进行教育。

2.1 建立信任感

婴儿主要发展需求是满足其生理需要，克服不信任感，发展信任感。处于这一阶段的婴儿生活完全依赖于成人，他们会以哭闹的形式来表达自己的情绪和需要，到他们发出需求的信号时，如果能够及时得到父母或者其他家人的回应，他们就会有安全感，形成基本的信任。除此之外，父母的抚摸，拥抱，言语和眼神交流也尤为重要，婴儿年龄虽小，但他们完全能够感受到来自父母的爱意。这个阶段家庭成员要尽量满足婴儿的生理和心理需要，这样才能为以后孩子有爱心、能够信任他人打好基础。有人说，婴儿哭泣不要去抱，等他不哭了，再去抱，这样可以减少婴儿哭闹的频率，让婴儿明白哭闹是解决不了问题的。这种说法实际上是不符合婴儿阶段发展需求的，这样的做法对婴儿依恋关系的建立、安全感和信赖感的培养都会产生负面影响。但如果换一个年龄阶段，这样的做法也可能就说科学的，比如处于儿童期的孩子就是适用的。这更加说明了分龄教育的重要性。家庭成员一定要依据儿童的年龄和个性，对其进行教育和培养。切不可完全依靠自己对孩子抱有的希望去要求儿童。就如按照“别人家的孩子”来培养和要求自己的孩子。

2.2 培养自主意识

处于儿童期的孩子，根据心理社会发展理论，他们的好奇心增强，渴望探索新奇的世界，他们也会有很多自己的想法和做法，例如，想要摆脱父母喂饭的手、拒绝父母帮助想要自己站上桌子等，这些外在行为的表现正是因为这个阶段的儿童在努力地表现出自己的独立意识。但当他们因自己的能力不足或者无法完成的时候，他们就会用自己的方式表达无助和失望，比如自己用筷子无法夹起一块想吃的食物时，他们的表现可能会是摔筷子、哭闹等等。这个阶段，父母要在保证其不受到外界伤害的前提下，应该尽可能多地给孩子一些自由活动的空间和时间，不用事事都替孩子完成，也不要孩子自己做尝试的时候在旁边指手画脚，一直唠叨不停。这也是部分母亲在育儿时，不经意间由于自己内心的担心表现出来的行为，殊不知这种无意识的习惯性行为会对孩子的发展造成一定的不良影响。人民日报曾分享过八个黄金教育法则，第一个就是鱼缸法则，即小鱼在鱼缸里喂养多年仍然还是很小，但把它们养在鱼塘中，它们就会长得很大。这个法则的寓意则是在告诉父母，孩子需要自由的成长空间，这样他们才能去思考和探索。此阶段，父母只用在孩子需要时及时地给予帮助，进行耐心的知道，反馈给孩子积极的回应，在这个过程中，孩子便会逐步形成基本的主体性，建立起自主感。

2.3 锻炼主动性

学前期的儿童在此阶段，生理上达到了第一个成熟期，也叫做游戏期，他们对游戏的兴趣极高。他们会尝试各种体验，去试探哪些事情是被允许的，哪些事情会招来父母的责骂。这时，如果大人能够激发孩子的好奇心，鼓励孩子积极的探索活

动，他们的就会产生愉悦感，主动性也会进一步发展，想象力和创造力在此基础上也能获得可持续发展。相反，如果父母采取否认、压抑、嘲笑甚至责骂孩子的一些行为，就会让他们认为自己的想法不好，甚至幼稚，很容易让孩子感到沮丧甚至内疚。这时，家长要鼓励孩子主动的尝试游戏，并积极参与孩子的游戏，在游戏中扮演一些角色，让孩子来成为游戏中的主导，家长予以配合，采取描述性的鼓励话语，描述性的鼓励能让孩子明确地知道自己的优点，这会促进孩子主动性的发展，也会让他们变得更加自信。在这一阶段，孩子可能会出现各种行为问题，父母的情绪稳定，积极的情绪暂停，跟孩子建立好连接、尊重孩子、宽容又不失原则、教授相应的技能至关重要。芬兰的富尔曼先生和他的团队提出了“儿童技能教养法”。这是一套有趣的，并且行之有效的教养法。这种教养法的关键，就在于把孩子需要解决的问题转化为要给孩子培养什么技能。家长也可以以此为借鉴进行学习。

2.4 鼓励勤奋品质

学龄期的儿童，逐步开始从家庭步入校园。在此期间，儿童的智力和能力迅速发展，社会活动范围扩大，儿童的生活圈子开始由家庭拓宽到学校、学习团体等社会机构。但家庭教育并不是就此结束，相反，在此阶段，家庭教育仍然对儿童发展起着重要作用。家庭是社会的缩影，社会背景下的政治、经济、文化都会通过家庭的形式折射到个人发展上来，成为个体成长的一部分。在这个阶段，勤奋是应该被鼓励的，如果一个儿童勤奋学习的表现得到了同龄人、老师和家长多方面的认可，他们会认为勤奋对他有益的，从而逐步养成勤奋的好习惯，他们会从勤奋中寻找成功的机会。相反，如果勤奋学习的表现被同龄人、家长，和老师批评、无视或者不认可，一些孩子会质疑勤奋是不是一种优秀的品质，会认为勤奋对自己毫无用处，甚至还会放弃追求勤奋，还会伴随着自卑感。这一阶段也是儿童获取知识，德、智、体、美、劳等方面素质全面发展的重要时期，同时也面临着获得勤奋感与克服自卑感的矛盾。虽然此阶段儿童的依恋重心有所转移，但家庭教育仍然扮演着十分重要的角色，家长不应该把这个阶段发展任务全部交由老师和学校，而是应该积极主动地参与此阶段孩子的教育。家长要经常

与老师沟通学生在校表现和生活情况。儿童是发展中的人，是一个复杂的个体，不仅需要学校教育，更需要家庭教育与之配合。家长也不能忽略了与儿童的沟通，这个阶段的儿童已经有了小学生的新身份，他们有自己的想法，也完全能够清晰地表达出自己的想法和意愿，面对子女的自卑表现，家长要加强与子女的沟通，以鼓励教育为主，为孩子的成长提供充分的精神和情感支持，作为子女坚强的后盾。在这一阶段，给孩子积极的反馈、描述式的鼓励也是相当重要，对增强孩子的自信、自制力、抗压力都很有帮助。

2.5 引导角色认同

青春期这个阶段通常被认为是很危险的，青春期常常会和叛逆一词放在一起。很多父母面对这时期的孩子都是十分头痛，原本乖巧温顺的孩子到了这个年龄可能会变得爱发脾气、不愿与父母交谈、交一些社会上的朋友等。在这一阶段青少年的本身内心通常充满了矛盾，青春期孩子会面临新的社会要求和社会冲突，他们想知道自己的身份和社会角色、他们也想知道自己到底是谁，自己该干些什么事情。这些都会让他们感到困扰和混乱，他们的观念也在不断发生转变，不仅对外界有了新的认识。还对自己有了更理性的认知。家长对于孩子青春期的叛逆，千万不要采取简单粗暴的方式，这样做的后果往往是于希望的结果是相反的。有方法的父母往往会在鼓励的同时加以引导，良好的家庭氛围显得尤为重要。智慧的父母往往会放下父母的架子，与孩子平等的交流，在沟通中去了解孩子的想法和需求。青春期的孩子敏感又易怒，所以更需要父母耐心的沟通和陪伴。如果父母老是以过来人的姿态去施加给孩子一些他们不愿接受的想法，最终会使家庭关系紧张，家庭成员之前缺乏信任。

3 总结

人的发展并不是到青春期就结束了，它会持续人的一生，这是一个持续不断的发展过程。随着年龄的增长、知识经验的不断增长，儿童逐渐变为成人，角色也开始从被教育的个人变为去培养教育下一代的个体。人类社会的循环也是如此，人类也就是在一代又一代人的教育中逐步发展的。

参考文献：

- [1] 刘晓巍,赵菲.从父母权力到教育能力[J],中国教育学报,2021(8):20-26.
- [2] 张静静.基于埃里克森的人格发展观看教育[J],科教文汇,2017(11):27-29.