

Erik Erikson (1902-1994), psycholoog, vond dat het ego de functie heeft van het voortdurend integreren van allerlei tegenstellingen die zich kunnen voordoen, zowel intrapsychisch (binnen de persoon zelf) als in interactie met de sociale omgeving.

Hij beschreef verschillende stadia die mensen doorlopen in hun (psychosociale) ontwikkeling. In elke fase staat een ontwikkeltaak centraal. Erikson beschreef dit in zijn levenslooptheorie.

Wat de theorie interessant maakt, is dat er in elke fase enkele dimensies als het ware tegenover elkaar staan, waarbij de persoon een weg af kan leggen op de lijn van de ene naar de andere dimensie.

Zo staat in de eerste 18 levensmaanden de ontwikkeling van basisvertrouwen versus basiswantrouwen centraal. Tijdens de basisschoolleeftijd gaat het om vlijt versus gevoel van minderwaardigheid. De veronderstelling is dat steeds een van de twee dimensies meer psychische gezondheid (vitale kracht) oplevert. Basisvertrouwen zou uiteindelijk bijdragen aan het vermogen hoop te hebben, en vlijt aan het ervaren van competentie.

In elke fase zit een vorm van conflict. Elk mens doorloopt de fasen in interactie met de omgeving en verwerkt dit in zichzelf op verschillende wijze. De mate waarin daarbij de vitale kracht van een fase wordt bereikt, heeft invloed op de nakomende fasen. Bij een stagnatie zou dan gericht gewerkt kunnen worden aan de ontwikkel-/levenstaak waar de stagnatie betrekking op heeft.

Beschrijving van de fasen:

Leeftijd fase	Levenstaak	Waarde	Psychosociaal ontwikkelgebied
Zuigeling, 0-18 maanden; oraal-sensorisch stadium	Fundamenteel vertrouwen versus fundamenteel wantrouwen	Hoop	Krijgen, geven, terugkrijgen. Basisvertrouwen ontstaat als de omgeving consistent voorziet in de levensbehoeften.
Peuter, 18 mnd – 3 jaar; anaal-musculair stadium	Autonomie versus twijfel en schaamte	Wil	Vasthouden, laten gaan. Autonomie / zelfstandigheid ontwikkelt zich als de omgeving onafhankelijkheid en exploratief gedrag mogelijk maakt.
Kleuter, 3-6 jaar; locomotorisch – genitaal stadium	Initiatief versus schuldgevoel	Doelgerichtheid	Erachteraan gaan, spelen, ondernemingszin. Als er voldoende ruimte is, naast veiligheid en structuur, kan initiatief worden ontwikkeld.
Basisschoolleeftijd, 6-12 jaar	Vlijt versus minderwaardigheid	Competentie, vertrouwen in eigen kunnen	Iets afmaken, samen ergens aan werken. Met voldoende aanmoediging en positieve bekrachtiging kan een positief zelfbeeld en vertrouwen in eigen kunnen

			worden ontwikkeld.
Adolescentie, 12-(ca)20 jaar, seksuele rijping	Identiteit versus identiteitsverwarring	Trouw	Lichamelijke groei, geslachtelijke rijping staan centraal. Het vinden van een eigen identiteit in relatie tot de omgeving versus het ontstaan van rolverwarring.
Vroege volwassenheid begin 20 - midden 30	Aansluiting bij anderen, intimiteit versus isolement	Liefde	Opbouw van wederkerige en intieme relatie(s).
Middelbare volwassenheid, midden 30 tot 55/65 jaar	Openstaan voor verandering, generativiteit versus stagnatie	Zorg	Ontwikkeling en doorgeven aan volgende generaties van wat men belangrijk en waardevol vindt aan normen, waarden, geloof, beroepsmatige ontwikkeling en ontwikkeling op creatief en geestelijk gebied.
Late volwassenheid, 55/65 tot de dood	Zelfvertrouwen, ego-integriteit versus wanhoop	Wijsheid	Het kunnen opmaken van de balans en vaststellen dat het goed geweest is, dat het eigen leven van betekenis is geweest, leidt tot acceptatie en rust. Valt de balans negatief uit, dan leidt dit tot wanhoop omdat het leven al bijna voorbij is en niets ongedaan gemaakt kan worden.