

Erik Erikson's Psychosocial Development

Erik Erikson proposed that personality develops in a predetermined order through 8 stages from **birth to death**, each featuring a **social crisis** that influences our **identity** and **ego strength**. Successfully resolving each crisis leads to the development of **virtues**. Failure to resolve them can impact **identity** and **self-esteem**.

1 — BIRTH TO 18 MONTHS



TRUST vs. MISTRUST

Infants learn to trust their caregivers, developing **hope** if care is consistent or **mistrust** if it is not.



VIRTUE: HOPE

A sense of security and trust in others and the world.

2 — 18 MONTHS TO 3 YEARS



AUTONOMY vs. SHAME & DOUBT

Toddlers, through toilet training and self-care, develop independence and **willpower**, or shame if they are restricted.



VIRTUE: WILLPOWER

A sense of control over one's body and choices.

3 — 3 TO 5 YEARS



INITIATIVE vs. GUILT

Preschoolers learn to plan and achieve goals, developing **purpose** and self-confidence, or guilt if they are overly controlled.



VIRTUE: PURPOSE

A sense of direction and the courage to pursue goals.

4 — 5 TO 12 YEARS



INDUSTRY vs. INFERIORITY

School-age children learn to read, write, and complete tasks, developing **confidence**, or feel inferior if they fail to master these skills.



VIRTUE: COMPETENCE

A sense of accomplishment and capability.

5 — 12 TO 18 YEARS



IDENTITY vs. ROLE CONFUSION

Adolescents explore their independence and develop a sense of self, leading to fidelity to their **identity**.



VIRTUE: FIDELITY

A clear sense of who I am and what I believe.

6 — 18 TO 40 YEARS



INTIMACY vs. ISOLATION

Young adults navigate intimate relationships, forming **loving**, **committed relationships** or facing isolation.



VIRTUE: LOVE

The ability to form deep, meaningful relationships.

7 — 40 TO 65 YEARS



GENERATIVITY vs. STAGNATION

Adults focus on work, parenthood, and contributing to the world, developing a sense of **care**.



VIRTUE: CARE

A concern for guiding and helping others.

8 — OVER 65 YEARS



EGO INTEGRITY vs. DESPAIR

Seniors reflect on their life, aiming to achieve a sense of **wisdom** and **satisfaction**, or despair if they regret their past.



VIRTUE: WISDOM

A sense of fulfillment and peace with life.

KEY TAKEAWAY

Each stage is a **step** in building a **strong personality** and **identity**. Successfully resolving each **crisis** helps us grow, **adapt** and **handle** future challenges.



एरिक एरिक्सन का मनोसामाजिक विकास



एरिक एरिक्सन ने प्रस्तावित किया कि व्यक्तित्व एक पूर्वनिर्धारित क्रम में जन्म से मृत्यु तक की 8 अवस्थाओं के माध्यम से विकसित होता है, जिनमें प्रत्येक में एक **सामाजिक संकट** होता है जो हमारी **पहचान** और **अहमू शक्ति** को प्रभावित करता है। प्रत्येक संकट का सफल समाधान **गुणों** के विकास की ओर ले जाता है। इनका समाधान न कर पाने पर **पहचान** और **आत्मसम्मान** प्रभावित हो सकते हैं।

विकास की 8 अवस्थाएँ

1 — जन्म से 18 महीने



विश्वास एवं अविश्वास

शिशु अपने देखभाल करने वालों पर विश्वास करना सीखते हैं, यदि देखभाल नियमित हो तो आशा विकसित होती हैं या यदि ऐसा न हो तो अविश्वास उत्पन्न होता है।



गुण: आशा

दूसरों और दुनिया के प्रति सुरक्षा और विश्वास की भावना।

2 — 18 महीने से 3 वर्ष



स्वायत्तता एवं लज्जा और संदेह

छोटे बच्चे शौच प्रशिक्षण और आत्म-देखभाल के माध्यम से स्वतंत्रता और इच्छाशक्ति विकसित करते हैं, या यदि उन्हें रोका जाए तो लज्जा अनुभव करते हैं।



गुण: इच्छाशक्ति

अपने शरीर और निर्णयों पर नियंत्रण की भावना।

3 — 3 से 5 वर्ष



पहल एवं अपराधबोध

पूर्व-विद्यालयदी बच्चे योजना बनाना और लक्ष्यों को प्राप्त करना सीखते हैं, जिससे उद्देश्य और आत्मविश्वास विकसित होता हैं, या अत्यधिक नियंत्रण होने पर अपराधबोध उत्पन्न होता हैं।



गुण: उद्देश्य

दिशा की भावना और लक्ष्यों का पीछा करने का साहस।

4 — 5 से 12 वर्ष



उद्योग एवं हीनता

विद्यालय आयु के बच्चे पढ़ना, लिखना और कार्य पूर्ण करना सीखते हैं, जिससे आत्मविश्वास विकसित होता है, या इन कौशलों में निपुण न होने पर हीनता महसूस करते हैं।



गुण: कुशलता

उपलब्धि और क्षमता की भावना।

5 — 12 से 18 वर्ष



पहचान एवं भूमिका भ्रम

किशोर अपनी स्वतंत्रता का अन्वेषण करते हैं और आत्म-बोध विकसित करते हैं, जिससे उनकी पहचान के प्रति निष्ठा उत्पन्न होती हैं।



गुण: निष्ठा

मैं कौन हूँ और मैं क्या मानता हूँ इसकी स्पष्ट समझ।

6 — 18 से 40 वर्ष



निकटता एवं एकाकीपन

युवा वयस्क घनिष्ठ संबंधों को विकसित करते हैं, जिससे प्रेमपूर्ण और प्रतिबद्ध संबंध बनते हैं, या एकाकीपन का सामना करते हैं।



गुण: प्रेम

गहरे और अर्थपूर्ण संबंध बनाने की क्षमता।

7 — 40 से 65 वर्ष



उत्पादकता एवं ठहराव

वयस्क कार्य, अभिभावकत्व और दुनिया में योगदान पर ध्यान केंद्रित करते हैं, जिससे देखभाल की भावना विकसित होती हैं।



गुण: देखभाल

दूसरों का मार्गदर्शन और सहायता करने की चिंता।

8 — 65 वर्ष से अधिक



अहं अखंडता एवं निराशा

वृद्ध व्यक्ति अपने जीवन पर विचार करते हैं, बुद्धि और संतोष प्राप्त करने का प्रयास करते हैं, या अतीत पर पछतावे के कारण निराशा अनुभव करते हैं।



गुण: बुद्धि

जीवन के प्रति संतोष और शांति की भावना।



मुख्य निष्कर्ष

प्रत्येक अवस्था एक चरण हैं जो **मजबूत व्यक्तित्व** और **पहचान** के निर्माण में सहायता करता है। प्रत्येक संकट का सफल समाधान हमें **विकसित होने**, **अनुकूलन** करने और भविष्य की **चुनौतियों** का सामना करने में सहायता करता हैं।

