

El 'desarrollo psicosocial' de los niños y los adultos según Erik Erikson¹

En 1950 Erik Erikson, psicoanalista estadounidense, propone la teoría de las ocho edades del hombre que marca **las bases de la psicología evolutiva**. En ella argumenta que, desde el nacimiento hasta la vejez, pasamos por ocho conflictos que permiten el desarrollo psicosocial y personal. Cuando nos enfrentamos al conflicto y lo resolvemos satisfactoriamente «crecemos mentalmente». Sin embargo, **si no logramos superar estos conflictos, es posible que no fomentemos las habilidades necesarias para afrontar lo que viene en un futuro.**

Las cuatro primeras etapas están centradas en la niñez, mientras que las cuatro últimas abordan desde la adolescencia a la vejez.

Etapas 1. Confianza versus desconfianza (0 – 18 meses de edad)

Durante esta fase el bebé crea **confianza hacia su entorno y sus padres**. Esta va a depender del vínculo que construya con ellos, sobre todo con la madre, ya que suele ser con la que más tiempo pasa el niño.

Esto es lo que se conoce como “**vínculo del apego**” y **va a determinar el desarrollo psicosocial del niño a lo largo de su vida**. Si los padres no le ofrecen un entorno seguro y no satisfacen sus necesidades básicas y afectivas, el menor crecerá entre sentimientos de frustración y sospecha, así como sin esperar nada de los demás, ni del mundo.

Etapas 2. Autonomía versus vergüenza y duda. (18 meses – 3 años)

En este periodo **el niño comienza a ser más independiente**, aprende a caminar y a hablar, **empieza a controlar los esfínteres**, sabe expresar lo que le gusta y

¹ <https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/psicologia-infantil/desarrollo-psicosocial-erikson/>

lo que no le gusta. Este mayor «poder» sobre su cuerpo y sobre lo que le rodea hace que empiece a obtener un sentido de autonomía.

Durante esta etapa es importante brindar ocasiones en las que poder tomar decisiones, por ejemplo, que elija su ropa del día entre dos opciones, establecer los primeros límites y normas en el hogar o proponerle pequeños retos adaptados a su edad. Al superar con éxito esta fase **los menores desarrollan una mayor autoestima**, más sana y fuerte.

Etapa 3. Iniciativa *versus* culpa (3 – 5 años)

Esta es la etapa en la que **crece el interés por todo lo que le rodea y por relacionarse con sus iguales**. El juego adquiere una gran importancia y a través de él explorará sus habilidades y capacidades. Los niños sienten curiosidad por absolutamente todo. Todo lo tocan, lo miran y lo tratan como un juguete, así que aquí aparecen las típicas roturas de jarrones, pintadas en la pared y demás ingeniosidades que muchas veces cuesta creer cómo pueden aparecer en mentes tan jóvenes.

La culpa es buena, en el sentido de que sirve para reconocer que algo se ha hecho mal, sin embargo, este sentimiento en exceso es uno de los mayores nutrientes del miedo.

Etapa 4. Laboriosidad *versus* inferioridad (5 – 13 años)

En este periodo **aparecen las comparaciones con los demás**, el querer hacer infinidad de actividades y planes. Los niños ya son capaces de reconocer sus habilidades y las de sus compañeros y quieren ponerlas a prueba continuamente. Insisten en enfrentarse a tareas más desafiantes, quieren apuntarse a todas las actividades habidas y por haber, surgen los “te echo una carrera hasta...” y los enfados cuando pierden un juego o una competición.

Es importante **ofrecerles una estimulación positiva** por parte de padres y también profesores y amigos, reconocer los logros y ayudarles a calibrar desde el realismo hasta dónde pueden llegar en sus desafíos para que no se afiancen en el sentimiento de inferioridad.

Etapa 5. Exploración de la Identidad *versus* difusión de la identidad (13 – 21 años)

Durante esta fase el adolescente se pregunta continuamente una sola cosa: «¿Quién soy?» Es el momento en que **comienza a moldear su propia personalidad**, elige a quién quieren parecerse y qué rol quiere desempeñar en la sociedad. Para ello, la vida social adquiere un papel muy importante.

Etapa 6. Intimidad *versus* aislamiento (21 – 40 años)

El entorno y la vida social empiezan a dejar de ser tan importantes, durante estas edades se empiezan a trazar ciertas líneas invisibles sobre aspectos que la persona ya no está dispuesta a sacrificar por agradar al resto. **Se priorizan las relaciones más íntimas que requieren un compromiso mutuo.**

Etapa 7. Generatividad *versus* estancamiento (40 – 60 años)

Este es el momento en que **la persona empieza a dedicar más tiempo a su familia**. Se intenta ser productivo para poder ofrecer un buen futuro a los seres queridos, se busca ser y sentirse útil de esta forma. Pero a la vez nos persigue la eterna pregunta de «¿Qué hago aquí, realmente sirve para algo?».

Etapa 8. Integridad del yo *versus* desesperación (a partir de los 60 años)

La forma de vivir se altera completamente, el individuo ya no es tan productivo como antes y no se puede evitar echar la vista al pasado. Esta mirada hacia tiempos anteriores puede evocar nostalgia y desesperación o, por el contrario, sensación de que ha merecido la pena lo logrado. Tener una visión u otra **nos hará afrontar los cambios físicos de la vejez y los duelos propios de esta etapa** de una forma más o menos positiva.

El desarrollo psicosocial del ser humano es determinante, no solo en lo que concierne a las cuestiones sociales, sino que **va a impactar sobre aspectos**

claves de su identidad y personalidad, como la independencia, la autoestima, o la seguridad en uno mismo. Es por ello muy importante proporcionar a los niños las oportunidades de interacción social que permitan **una sana evolución de la inteligencia emocional** y de las competencias interpersonales.

Úrsula Perona

Psicóloga infantil

Colaboradora de Sapos y Princesas