

شخصیت شما چگونه شکل گرفته است؟ "فروید"، پایه‌گذار مکتب "روانکاوی"، معتقد بود که 4 مرحله روانی-جنسی، از تولد تا نوجوانی، نقش اساسی در شکل‌گیری شخصیت انسان دارند. در این مقاله، نظریه فروید را بررسی می‌کنیم تا ببینیم تجربه‌های کودکی شما چگونه بر شخصیت امروztان تأثیر گذاشته‌اند. تا پایان همراه ما باشید.

چرا فروید مراحل رشد روانی-جنسی را مطرح کرد؟

در سال 1905، فروید کتابی با نام "سه رساله در باب نظریه جنسی" منتشر کرد. در این نوشته، او نظریه‌ی "رشد روانی-جنسی" خودش را مطرح کرد. فروید در این کتاب نوشت که کودکان از همان ابتدای تولد، میل و انرژی جنسی دارند. او 4 مرحله در نظر گرفت که این انرژی جنسی، که نام دیگرش را "لیبیدو" گذاشت، در هر مرحله بر روی نقطه خاصی از بدن متمرکز می‌شود. کودک باید تعارضات جنسی هر مرحله را ابتدا حل کند تا بتواند به خوبی وارد مرحله‌ی بعدی شود. اگر والدین نیازهای کودک را بیش از حد در هر مرحله ارضا کنند یا جلوی او را بگیرند، کودک در آن مرحله "تثبیت" می‌شود و بر شخصیتش تأثیر می‌گذارد. این تثبیت باعث می‌شود بخشی از انرژی روانی همچنان درگیر آن مرحله مانده و انرژی کمی برای مراحل بعد باقی بماند.

فروید بر اساس خاطرات کودکی خود و بیمارانش که همیشه منشأ مشکلاتشان به کودکی باز می‌گشت، این نظریه را عنوان کرد.

نظریه‌ی رشد روانی-جنسی، همکاران و عامه‌ی مردم را تکان داد زیرا تا قبل از آن، باور عرف این بود که کودکان نیاز جنسی ندارند. فروید این باور را به چالش کشید و توانست با این مراحل، توضیح دهد چرا شخصیت انسان‌ها شکل می‌گیرد. اگرچه با مخالفت‌های بسیاری روبرو شد اما نظریه‌اش همچنان اهمیتش را تا امروز حفظ کرده است.

4 مرحله رشد روانی-جنسی فروید مرحله دهانی

مرحله‌ی دهانی (oral stage) اولین مرحله در رشد روانی-جنسی است که از ابتدای تولد تا حدود دو سالگی ادامه دارد. در این مرحله، لذت جنسی کودک بر روی دهانش متمرکز است. کودک در این سن از مکیدن، گاز گرفتن و بلعیدن لذت می‌برد. البته که مکیدن برای نوشیدن شیر از سینه‌ی مادر است اما فروید بیشتر بر جنبه‌ی ارضای شهوانی کودک از انجامش تأکید داشت.

کودک کاملاً به مادر وابسته است چراکه مادر تنها منبع ارضای نیازهای اوست. مادر اولین عشق کودک است. دنیای کودک در این خلاصه شده که مادر چگونه به نیازهای او پاسخ می‌دهد. اگر مقاله‌ی "3 ساختار شخصیت در دیدگاه فروید" را مطالعه کرده باشید، می‌دانید که کودک فقط ساختار نهاد را در درونش دارد و به دنبال ارضای بی‌چون و چرای نیازهایش است.

رفتار مادر با نوزاد در این مرحله، تأثیر بنیادینی در دید او نسبت به جهان دارد. اگر مادر به نیازهای نوزاد کامل و به اندازه پاسخ دهد، او به این باور می‌رسد که جهان مکانی امن و ارضاکننده است و اگر برعکس، مادر نسبت به نیازهای نوزاد به هر دلیلی بی‌تفاوت باشد، جهان جلوه‌ی زشتی در نظر او پیدا می‌کند.

در این مرحله دو شیوه‌ی رفتار کردن وجود دارد:

جذب دهانی

در ابتدا شیوه‌ی جذب دهانی رخ می‌دهد که تحریک دهان توسط دیگران یا غذا، برای کودک لذت‌بخش است. کسانی که در این مرحله تثبیت شده‌اند، یعنی نیازشان به تحریک دهانی بیش از حد یا کمتر از مقدار لازم ارضا شده باشد، در بزرگسالی تمایل بسیاری به فعالیت‌های دهانی مانند خوردن، نوشیدن، سیگار کشیدن، آدامس جویدن و یا بوسیدن دارند. آنها با این کارها دارند به صورت ناخودآگاه، نیازشان در مرحله‌ی دهانی را جبران می‌کنند.

اگر کودکان در این مرحله بیش از حد ارضا شوند، یعنی بیشتر از حد معمول پستان مادر یا انگشتان خودشان را بمکند، در بزرگسالی تبدیل به افراد ساده‌لوح، خوشبین و به طور غیرمعمول وابسته می‌شوند. دلیلش این است که در آن سن هرچیزی که می‌خواستند را دریافت کردند و دنیا را به صورت ناهشیار، جایی می‌دانند که همه دوستشان داشته و نیازهای آنها را برطرف می‌کنند. آنها همچنین برای برطرف کردن نیازهای خود به دیگران وابسته مانده و هرچیزی بهشان گفته شود را باور می‌کنند و بی‌اندازه به دیگران، اعتماد دارند. به این افراد "شخصیت منفعل" گفته می‌شود زیرا همیشه منتظر هستند دیگران به آنها رسیدگی کنند.

آزارگر دهانی

دومین رفتار دهانی، که به آن "پرخاشگر دهانی" نیز گفته می‌شود، زمانی رخ می‌دهد که دندان‌های کودک به طرز دردناکی دارند بیرون می‌زنند. همانطور که گفته شد، مادر تمام دنیای کودک است پس کودک او را مسئول درد دندان خود می‌داند. اگر در این مرحله کودک مورد بی‌توجهی یا ناکافی بودن غذا قرار گیرد، در آن تثبیت می‌شود. این افراد در بزرگسالی ممکن است به آدم‌های بدبین و اهل خصومت و پرخاشگری تبدیل شوند. آنها احتمالاً اهل جر و بحث باشند و با دیگران با بی‌رحمی رفتار کرده و در کلامشان مدام

زخم‌زبان می‌زنند. همچنین به دیگران حسادت کرده و سعی می‌کنند بر آنها تسلط یابند.

مرحله‌ی دهانی هنگامی که نوزاد از شیر گرفته می‌شود، پایان می‌یابد. اگر نیازهای دهانی نوزاد به قدر کافی ارضا شده باشند، می‌تواند به سلامت وارد مرحله‌ی بعدی شود و اگر نشده باشد، مقداری از لیبدو یا همان انرژی جنسی در آن مرحله باقی می‌ماند و بر شخصیتش تاثیر می‌گذارد.
مرحله مقعدی

در دو سال اول زندگی، والدین و دیگر بزرگسالان هیچ انتظاری از کودک ندارند و تسلیم نیازهای او هستند. اما در حدود دو سالگی، این مسئله تغییر می‌کند. ناگهان والدین از کودک می‌خواهند که یاد بگیرد خودش از توالیت استفاده کند. فروید باور داشت که تجربه‌ی آموزش استفاده از توالیت، تاثیر بسزایی بر رشد شخصیت ما داشته و آغازگر دومین مرحله از رشد روانی-جنسی ما، یعنی "مرحله مقعدی" (anal stage) است.

در این مرحله مرکز لذت شهوانی بر روی مقعد کودک متمرکز می‌شود. عمل دفع، برای کودک لذت جنسی دارد که با شروع آموزش استفاده از دستشویی، کودک باید یاد بگیرد این لذت را به تعویق بیندازد. این اولین بار است که نیاز غریزی در نهاد ما با مانعی روبرو می‌شود. پدر و مادر از فرزندشان می‌خواهند که در مکان و زمان معینی اینکار را انجام دهد و همین یعنی محدود کردن نهاد.

از هر والدی که سوال کنید، خواهد گفت که زمانی که قصد داشته نحوه‌ی استفاده از توالیت را به کودکش آموزش دهد، بسیار تنش‌زا بوده است. کودک یاد می‌گیرد که می‌تواند با اطاعت کردن یا نکردن از والدین، آنها را کنترل کند و این احساس کنترل، برایش جذاب است. اگر آموزش دستشویی رفتن به کودک موفق‌آمیز نباشد، به این دلیل که والدین بیش از حد توقع دارند یا کودک توانایی‌اش را ندارد، کودک ممکن است با یکی از این دو روش واکنش نشان بدهد:

پرخاشگر مقعدی

در این روش کودک با دفع کردن در زمان‌ها و مکان‌های نامناسب، از فرمان والدین سرپیچی می‌کند. اگر او از این روش بارها و به طور مکرر استفاده کند، ممکن است شخصیت "پرخاشگر مقعدی" را در خود پرورش دهد. از نظر فروید کسانی که این شخصیت را پرورش می‌دهند در بزرگسالی به رفتارهای سادیستی و آزاردهنده دست زده و افرادی ظالم می‌شوند. چنین فردی احتمالاً نامنظم خواهد بود و دیگران را به عنوان اشیایی در نظر می‌گیرد که باید صاحبشان شود.

نگهدارنده‌ی مقعدی

روش دومی که ممکن است کودک در برابر ناکامی در یاد گرفتن استفاده از توالیت اتخاذ کند، نگهداشتن مدفوع است. نگه داشتن مدفوع برای کودک از لحاظ شهوانی به دلیل روده‌ی پر، لذت‌بخش بوده و یک وسیله‌ی خوب برای به بازی گرفتن والدین است. اگر کودک چند روز مدفوع خود را نگه دارد، پدر و مادر را نگران می‌کند و همین باعث می‌شود آنها بیشتر از قبل به او توجه کنند. درواقع نگه داشتن مدفوع ابزاری برای جلب توجه کودک می‌شود.

این رفتار اگر مدام در این مرحله تکرار شود، شخصیت "نگهدارنده‌ی مقعدی" را شکل می‌دهد. آنها در بزرگسالی افرادی لجباز و خسیس خواهند شد که عادت دارند همه‌چیز را نگه داشته و چیزی را، حتی اگر به دردش نخورد، دور نریزد. این افراد احتمالاً مقرراتی، به طور وساسی تمیز، لجوج و بیش از حد با وجدان و مسئولیت‌پذیر هستند.

همانطور که دیدیم، این مرحله نقطه‌ی آغاز استقلال کودک و کنترلش بر محیط افراد است. اگر این مرحله نیز به سلامت سپری شود، کودک به مرحله‌ی بعدی، که بسیار مرحله‌ی سرنوشت‌سازی از نظر فروید است، می‌رود و اگر نشود، یکی از دو شخصیتی که ذکر شدند را در خود پرورش داده و به اصطلاح در مرحله‌ی مقعدی تثبیت می‌شود.
مرحله آلتی

در حدود چهار یا پنج سالگی، لذت جنسی از مقعد به اندام‌های تناسلی جابه‌جا می‌شود و این شروع مشکلات جدید است. بار دیگر کودک باید با جنگ بین تکانه‌های نهاد و درخواست‌های والدین و جامعه، روبرو شود.

در مرحله‌ی "آلتی" که به آن "فالیک" (phallic stage) نیز گفته می‌شود، کودک به کشف کردن و دستکاری اندام‌های تناسلی خود و همبازی‌هایش متمایل می‌شود. کودک از لمس ناحیه‌ی تناسلی خود، لذت می‌برد. در این مرحله، کودک درباره‌ی نحوه‌ی تولد بچه‌ها و اینکه چرا پسرها آلت مردی دارند و دخترها ندارند، کنجکاو می‌شود. ممکن است از کودکی در این سن بشنوید که علاقه دارد با والد جنس مخالف خود ازدواج کند که به آن جلوتر خواهیم پرداخت.

مرحله‌ی آلتی آخرین مرحله‌ی "پیش‌تناسلی" یا همان کودکی بوده و حل کردن تعارضاتش بسیار پیچیده است. قبول تعارضات جنسی‌ای که فروید برای این مرحله عنوان کرد، برای بسیاری سخت است زیرا مرتبط با میل جنسی به محارم بوده که در بسیاری از فرهنگ‌ها گناه محسوب می‌شود. در ادامه به تعارضات این مرحله می‌پردازیم:

تعارض اساسی در مرحله‌ی آلتی، میل ناخودآگاه کودک به والد جنس مخالف است. در این سن، کودک به والد غیرهمجنس خودش میل و گرایش پیدا کرده و والد همجنس را رقیب عاطفی خود در نظر می‌گیرد و تمایل به نابودی او دارد.

فروید وقتی این تعارض را شناسایی کرد، نام "عقده‌ی ادیپ" را روی آن گذاشت که در روانکاوی موضوع مهمی است. نام این عقده، از روی افسانه‌ی یونانی‌ای گذاشته شده است که در آن، "ادیپوس" جوان بدون آنکه بداند پدرش را کشته و با مادرش ازدواج می‌کند. داستان ادیپوس به نوبه‌ی خود جالب است و در یک مقاله‌ی دیگر درباره‌ی آن حرف خواهیم زد.

عقده ادیپ در پسران

فروید این عقده را بر اساس مشاهدات تجربیات کودکی خودش به دست آورد. عقده‌ی ادیپ، در پسران و دختران تفاوت‌هایی دارد. پسرها در این مرحله نسبت به مادر خودش کشش و میل جنسی پیدا می‌کنند که همراه با خیال‌پردازی و رفتار جنسی آشکار نسبت به مادر است.

مادر موضوع عشق پسر بچه می‌شود اما از نظر پسر، مانعی بزرگ بر سر این عشق وجود دارد؛ پدر. او متوجه می‌شود که پدرش ارتباط خاصی با مادرش دارد که کسی حق شرکت در آن را نداشته و این باعث ایجاد احساس حسادت و خشم در پسر می‌شود.

پسر بچه به دلیل تفکر کودکانه که به آن "تفکر جادویی" نیز می‌گویند، تصور می‌کند دیگران به فکرش آگاه هستند و پدرش از قصد او آگاه شده و در صدد انتقام است. پسر دچار ترس و وحشت می‌شود و این ترس را در قالب تناسلی تعبیر می‌کند و می‌ترسد پدر آلتش را که منبع لذت و تمایلات جنسی اوست، قطع کند. به این ترس که فروید باور داشت تمام پسران تجربه می‌کنند، "اضطراب اختگی" گفته می‌شود.

ترس پسر از اخته شدن توسط پدر به قدری شدید است که مجبور می‌شود میل جنسی‌اش به مادر را سرکوب کند. میل جنسی به مادر به ناهشیار فرستاده شده و پسر محبت قابل‌قبولی به مادر را جایگزین آن می‌کند. پسر همچنین شروع به "هماندسازی" با پدر می‌کند.

هماندسازی یعنی فرد به صورت ناخودآگاه سعی می‌کند شبیه فرد دیگری رفتار و فکر کند. پسر با اینکار، مقداری ارضای جنسی غیرمستقیم را تجربه می‌کند زیرا پدر کسی است که مادر را توانسته به دست بیاورد پس فکر می‌کند اگر شبیه پدر شود، مادر را می‌تواند به دست می‌آورد. نتیجه‌ی همانندسازی پسر با پدر این می‌شود که او طرز رفتار، باورها و معیارهای اخلاقی پدر را درونی کرده و تعارضات ادیپی را حل می‌کند.

عقده ادیپ در دختران

وقتی فروید درباره‌ی عقده‌ی ادیپ صحبت می‌کرد، موضوع اصلی بحثش پسران بودند اما با گذر زمان، درباره‌ی این عقده در دختران نیز صحبت کرد. برخی باور دارند چندان صریح و جامع درباره‌ی این عقده در دختران حرف نزده و برخی دیگر برعکس اعتقاد دارند آن را به خوبی توجیه کرده است. نام عقده‌ی ادیپ در دختران، "عقده الکترا" گذاشته شده است که نامش از یک افسانه‌ی یونانی دیگر آمده که در آن الکترا برادرش را به کشتن مادرش که از او نفرت داشت، ترغیب می‌کند.

همانطور که در مرحله‌ی دهانی گفتیم، برای دختر هم اولین موضوع عشق، مادر بوده زیرا او منبع اصلی غذا، محبت و امنیت در دوران نوزادی است. در مرحله‌ی آلتی، موضوع عشق دختر از مادر به پدر تغییر می‌کند. فروید این تغییر را اینگونه توجیه کرد که دختر متوجه می‌شود پسرها آلت مردی دارند و او ندارد. دختر مادرش را، که زن است، بابت وضعیت ظاهراً پست خود سرزنش می‌کند و عشقش به مادر کمتر می‌شود.

او به پدر به خاطر اینکه آلت مردی دارد حسادت کرده و عاشق او می‌شود زیرا پدر اندام جنسی با ارزشی دارد که دختر ندارد. فروید این ماجرا را بدین شکل توضیح داد: ((دخترها عمیقاً احساس می‌کنند که از اندام جنسی که ارزش برابری با اندام جنسی مرد داشته باشد بی‌بهره‌اند؛ آنها خود را از این نظر حقیر احساس می‌کنند)).

بنابراین در دختران "رشک آلت مردی" پرورش می‌یابد. در حالی که پسر می‌ترسد آلت مردی خود را از دست بدهد، دختر باور دارد آن را از قبل از دست داده است. فروید باور داشت که عقده‌ی ادیپ زنانه هیچ‌وقت نمی‌تواند کامل حل شود که باعث تشکیل "فراخود" نامناسب در زنان می‌شود. فراخود همان بخشی از وجود ماست که مرتبط با اخلاقیات است و پسرها با همانندسازی با پدر، فراخود قدرتمندی پیدا می‌کنند که باعث می‌شود اخلاقی باشند اما طبق نظر فروید، دخترها نه.

عشق زن به مرد همیشه با حسادت به آلت مردی آمیخته شده است که می‌تواند با داشتن بچه‌ی پسر، تا اندازه‌ای آن را جبران کند. دختر در نهایت میل جنسی به پدر را سرکوب کرده و با مادر همانندسازی می‌کند اما فروید به جزئیات این واقعه نپرداخته است.

شخصیت آلتی

تعارضات آلتی و میزان حل شدن آنها در تعیین واکنش افراد در بزرگسالی و نگرش آنها نسبت به جنس مخالف، اهمیت زیادی دارد. اگر

تعارضات به شکل مناسبی حل نشوند، می‌توانند باعث حالت مداوم اضطراب اختگی و رشک آلت مردی شوند. افرادی که در مرحله‌ی آلتی تثبیت می‌شوند، دچار خودشیفتگی شده و مدام در پی جلب توجه جنس مخالف هستند و در برقراری یک ارتباط پخته مشکل دارند.

آنها نیاز دارند که دیگران مدام از ویژگی‌های جذاب و بی‌همتای آنها تمجید کنند. اگر چنین تاییدی باشد، آنها احساس خوبی به خود دارند اما اگر نباشد، دچار احساس حقارت و بی‌کفایتی می‌شوند. مردانی که شخصیت آلتی دارند افرادی جسور، گستاخ، مغرور و از خود مطمئن هستند و مدام تلاش می‌کنند با پیروزی‌های جنسی، مردانگی خود را ابراز کنند.

شخصیت آلتی زنانه که با رشک یا همان حسادت آلت مردی همراه است، در زنانگی خود اغراق کرده و از استعدادها و جذابیت خود برای مغلوب کردن و فتح مردان و چیره شدن بر آنها استفاده می‌کند.

در نهایت در دید فروید، تعارضات این مرحله در همه‌ی ما به سرکوب منجر شده‌اند که همچنان به صورت ناهشیار بر روی ما تاثیر می‌گذارد هرچند که به آنها آگاه نیستیم و خاطرات مرتبط با آنها را به یاد نمی‌آوریم. دوره نهفتگی

مراحل پیش‌تناسلی یعنی به ترتیب دهانی، مقعدی و آلتی، پنج سال ابتدایی زندگی ما را شامل می‌شوند. طبق نظر فروید، اساس اصلی شخصیت ما در این پنج سال پر از تنش، شکل گرفته است. سه ساختار اصلی شخصیت یعنی نهاد، خود و فراخود تقریباً در پنج سالگی شکل گرفته و ارتباط بین آنها مستحکم شده است.

بعد از مرحله‌ی آلتی، کودک وارد دورانی بدون تنش می‌شود و والدین می‌توانند بعد از پنج سال سخت، کمی استراحت کنند. نام این دوران، "دوره‌ی نهفتگی" (latency period) است که مرحله‌ی رشد روانی-جنسی نیست. در این دوران، خبری از غریزه‌ی جنسی نیست و کودک به مدت پنج یا شش سال، مشغول فعالیت‌های تحصیلی، سرگرمی‌ها، ورزش‌ها و برقراری روابط با اعضای همجنس است. مرحله تناسلی

"مرحله‌ی تناسلی" (genital stage)، آخرین مرحله‌ی رشد روانی-جنسی است که با بلوغ آغاز می‌شود. در مرحله‌ی تناسلی، فرد از لحاظ جنسی بالغ شده و حال به دنبال برقراری رابطه‌ی جنسی است. اگر در مراحل قبلی تثبیت خاصی رخ نداده باشد، فرد قادر به اداره‌ی زندگی معمولی خود خواهد بود. طبق باور فروید، شدت تعارض در این مرحله کمتر از مراحل پیش‌تناسلی است.

نوجوان از محدودیت‌های جامعه در ارتباط با مسائل جنسی آگاه شده و سعی می‌کند در چهارچوب آن به این نیاز پاسخ دهد. انرژی جنسی که حال به صورت کامل در نوجوان بروز پیدا می‌کند، می‌تواند از طریق راه‌های جامعه‌پسندتر مثل رابطه متعهدانه و عمیق با جنس مخالف، ارضا شود. احتمالش زیاد است که تکانه‌های نهاد به زحمت کشیدن و کار کردن تغییر شکل دهد. نتیجه

فروید با مطرح کردن نظریه‌ی رشد روانی-جنسی، بر تاثیر تجربیات پنج سال ابتدایی زندگی بر شخصیت بزرگسالی تاکید کرد. از دیدگاه او، شخصیت هر فرد در همان سال‌های اولیه شکل می‌گیرد و دوران بعد از نوجوانی نقش چندانی در تحول شخصیت ندارد. این نظریه، زمینه‌ساز بسیاری از نظریه‌های رشد شخصیت بعدی شد.