



WB UPPER PRIMARY TET

এরিকসনের মনোসামাজিক তত্ত্ব

(Psychosocial Development Theory)

এরিক এরিকসনের (Erik Erikson) মনোসামাজিক বিকাশ তত্ত্ব (Psychosocial Development Theory)

মনোবিজ্ঞানের একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ তত্ত্ব। এরিকসন বিশ্বাস করতেন, মানুষের বিকাশ কেবল শৈশবেই থেমে থাকে না, বরং জন্ম থেকে মৃত্যু পর্যন্ত সারাজীবন ধরে চলতে থাকে।

তিনি সমগ্র মানবজীবনকে ৮টি পৃথক পর্যায়ে (Stages) ভাগ করেছেন। প্রতিটি পর্যায়ে একজন মানুষকে একটি নির্দিষ্ট মনোসামাজিক দ্বন্দ্ব বা সংকটের (Psychosocial Crisis) মুখোমুখি হতে হয়। এই সংকটের সফল সমাধানের মাধ্যমে ব্যক্তি নির্দিষ্ট মনস্তাত্ত্বিক গুণ বা শক্তি (Virtue) অর্জন করে।

এরিকসনের তত্ত্বের মূল বৈশিষ্ট্যসমূহ:

- সামাজিক পরিবেশের গুরুত্ব: ক্রয়েডের মতো কেবল জৈবিক বা কামজ তাড়না নয়, এরিকসন ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব গঠনে সমাজ ও পরিবেশের ভূমিকা জোরদার করেছেন।
- সংকট ও সমাধান (Crisis & Resolution): প্রতিটি ধাপে ইতিবাচক ও নেতিবাচক দুটি দিক থাকে। সঠিক ভারসাম্যের মাধ্যমে সংকট পার হলে ব্যক্তিত্বের ইতিবাচক বিকাশ ঘটে।
- আজীবন বিকাশ: এটি একটি জীবনব্যাপী (Life-span) বিকাশমূলক তত্ত্ব।

মানসিক বিকাশের ৮টি পর্যায় (একনজরে দেখে নাও) (At a Glance)

১. বিশ্বাস বনাম অবিশ্বাসের দ্বন্দ্ব (Trust vs. Mistrust)

- বয়স: জন্ম থেকে ১.৫ বছর (শৈশবকাল)
- মূল বিষয়: শিশু যদি মা-বাবা বা লালনপালনকারীর কাছ থেকে ভালোবাসা, নিরাপত্তা ও সঠিক যত্ন পায়, তবে তার মধ্যে পৃথিবীর প্রতি বিশ্বাস গড়ে ওঠে। বিপরীত হলে অবিশ্বাস জন্মায়।
- অর্জিত গুণ (Virtue): আশা (Hope)

২. স্বায়ত্তশাসন বনাম লজ্জা ও সংশয় (Autonomy vs. Shame & Doubt)

- বয়স: ১.৫ বছর থেকে ৩ বছর (প্রাথমিক শৈশব)
- মূল বিষয়: এই বয়সে শিশু নিজে নিজে কাজ করা (যেমন: হাঁটা, খাওয়া, শৌচাগার ব্যবহার) শেখে। স্বাধীনতা পেলে স্বায়ত্তশাসন গড়ে ওঠে, কিন্তু অতিরিক্ত নিয়ন্ত্রণ বা সমালোচনা করলে শিশু নিজের দক্ষতার ওপর লজ্জা ও সংশয় বোধ করে।
- অর্জিত গুণ (Virtue): ইচ্ছা/মনোবল (Will)

৩. উদ্যোগ বনাম অপরাধবোধ (Initiative vs. Guilt)

- বয়স: ৩ বছর থেকে ৬ বছর (প্রাক-বিদ্যালয় পর্যায়)
- মূল বিষয়: শিশুরা খেলাধুলা ও নতুন কাজের মাধ্যমে উদ্যোগ নেয়। অভিভাবকরা উৎসাহিত করলে তাদের আত্মবিশ্বাস বাড়ে, কিন্তু অতিরিক্ত বাধা বা শাস্তি দিলে শিশুর মনে অপরাধবোধ জন্মায়।
- অর্জিত গুণ (Virtue): উদ্দেশ্য/লক্ষ্য (Purpose)

৪. উদ্যোগিতা বনাম হীনমন্যতা (Industry vs. Inferiority)

- বয়স: ৬ বছর থেকে ১২ বছর (বিদ্যালয় পর্যায়)
- মূল বিষয়: শিশু স্কুলে নতুন কৌশল ও বিদ্যা শেখে। কাজে প্রশংসা পেলে সে উদ্যোগী/উদ্যমী হয়। ব্যর্থতা বা অন্যদের সাথে নেতিবাচক তুলনা তাকে হীনমন্যতায় ভোগায়।
- অর্জিত গুণ (Virtue): দক্ষতা (Competence)

৫. পরিচয় বনাম পরিচয় বিভ্রান্তি (Identity vs. Role Confusion)

- বয়স: ১২ বছর থেকে ১৮ বছর (কৈশোরকাল)
- মূল বিষয়: এই পর্যায়ে কিশোর-কিশোরীরা "আমি কে?" এবং "সমাজে আমার ভূমিকা কী?" তা খোঁজার চেষ্টা করে। সঠিক দিকনির্দেশনা পেলে স্বাভাবিক বা পরিচয় তৈরি হয়, তা না হলে পরিচয় বিভ্রান্তি দেখা দেয়।
- অর্জিত গুণ (Virtue): আনুগত্য/নিষ্ঠা (Fidelity)

৬. ঘনিষ্ঠতা বনাম একাকীত্ব (Intimacy vs. Isolation)

- বয়স: ১৮ বছর থেকে ৪০ বছর (প্রাথমিক প্রাপ্তবয়স্ককাল)
- মূল বিষয়: এই ধাপে মানুষ গভীর ভালোবাসার সম্পর্ক, বন্ধুত্ব ও বৈবাহিক সম্পর্ক তৈরি করে। সফলতা ঘনিষ্ঠতা আনে, আর ব্যর্থতা বা সম্পর্ক গড়তে না পারা একাকীত্ব বা বিচ্ছিন্নতা তৈরি করে।
- অর্জিত গুণ (Virtue): ভালোবাসা (Love)

৭. উৎপাদনশীলতা বনাম স্থবিরতা (Generativity vs. Stagnation)

- বয়স: ৪০ বছর থেকে ৬৫ বছর (মধ্য প্রাপ্তবয়স্ককাল)
- মূল বিষয়: ভবিষ্যৎ প্রজন্মের জন্য কিছু রেখে যাওয়া, ক্যারিয়ার তৈরি ও পরিবারের যত্ন নেওয়ার মাধ্যমে উৎপাদনশীলতা আসে। সমাজে অবদান রাখতে না পারলে জীবনে স্থবিরতা বা একঘেয়েমি চলে আসে।
- অর্জিত গুণ (Virtue): যত্ন/যত্নশীলতা (Care)

৮. সততা বনাম হতাশা (Integrity vs. Despair)

- বয়স: ৬৫ বছর থেকে মৃত্যু পর্যন্ত (বার্ধক্যকাল)
- মূল বিষয়: জীবনের শেষভাগে এসে মানুষ পেছনের দিকে ফিরে তাকায়। জীবন অর্থপূর্ণ ছিল মনে হলে মনের মধ্যে পূর্ণাঙ্গ সততা ও সন্তুষ্টি (Integrity) আসে। আর অপূর্ণতা বা ভুল সিদ্ধান্ত বেশি মনে পড়লে হতাশা জন্ম নেয়।
- অর্জিত গুণ (Virtue): প্রজ্ঞা/জ্ঞান (Wisdom)

শিক্ষাক্ষেত্রে এরিকসনের তত্ত্বের তাৎপর্য

- ব্যক্তিত্ব অনুধাবন: শিক্ষক ও অভিভাবকরা প্রতিটি বয়সে শিশুর মনস্তাত্ত্বিক সংকট বুঝে তাকে সঠিক সহায়তা করতে পারেন।
- আত্মবিশ্বাস গঠন: প্রাথমিক স্কুলে শিশুদের কাজের প্রশংসা করে হীনমন্যতা কাটানো সম্ভব।
- কৈশোরের দিকনির্দেশনা: মাধ্যমিক ও উচ্চ মাধ্যমিক স্তরের শিক্ষার্থীদের লক্ষ্য স্থির করতে ও সঠিক পরিচয় গড়ে তুলতে এই তত্ত্ব সাহায্য করে।

এরিক এরিকসনের মনসামাজিক বিকাশ তত্ত্বের ওপর পরীক্ষার উপযোগী
(বিশেষ করে WB TET, CTET, SLST ও D.El.Ed/B.Ed-এর জন্য)
৩০টি গুরুত্বপূর্ণ One-Liner SAQ নিচে দেওয়া হলো:

- মনসামাজিক বিকাশ তত্ত্বের (Psychosocial Development Theory) প্রবক্তা কে?
— এরিক এরিকসন।
- এরিকসনের মতে মানববিকাশের প্রক্রিয়াটি কতগুলো পর্যায় বা ধাপে বিভক্ত?
— ৮টি পর্যায়।
- এরিকসনের তত্ত্বকে কেন 'মনসামাজিক তত্ত্ব' (Psychosocial Theory) বলা হয়?
— ব্যক্তিত্বের বিকাশে জৈবিক ভাঙনোর চেয়ে সমাজ ও সামাজিক পরিবেশের মিথস্ক্রিয়াকে বেশি গুরুত্ব দেওয়ার জন্য।
- মনসামাজিক তত্ত্বের ১ম পর্যায় কোনটি এবং এর সময়কাল কত?
— বিশ্বাস বনাম অবিশ্বাস (Trust vs. Mistrust); সময়কাল: জন্ম থেকে ১.৫ বছর (১৮ মাস)।
- 'বিশ্বাস বনাম অবিশ্বাস' পর্যায়ের সফল সমাধানের মাধ্যমে কোন্ মানসিক শক্তি বা Virtue অর্জিত হয়?
— আশা (Hope)।
- শিশু যখন নিজে নিজে হাটা, খাওয়া বা শৌচাগার ব্যবহারের স্বাধীনতা চায়, তখন সে কোন্ পর্যায়ের থাকে?
— স্বায়ত্তশাসন বনাম লজ্জা ও সংশয় (Autonomy vs. Shame & Doubt)।
- 'স্বায়ত্তশাসন বনাম লজ্জা ও সংশয়' পর্যায়ের অর্জিত Virtue কোনটি?
— ইচ্ছা বা মনোবল (Will)।
- প্রাক-বিদ্যালয় পর্বে (৩-৬ বছর) শিশুদের মধ্যে কোন্ মনসামাজিক দ্বন্দ্ব দেখা যায়?
— উদ্যোগ বনাম অপরাধবোধ (Initiative vs. Guilt)।
- 'উদ্যোগ বনাম অপরাধবোধ' পর্যায় থেকে শিশু কোন্ গুণ অর্জন করে?
— উদ্দেশ্য বা লক্ষ্য (Purpose)।
- বিদ্যালয় পর্বে (৬-১২ বছর) শিশু যে সংকটের সম্মুখীন হয় তার নাম কী?
— উদ্যোগিতা বনাম হীনমন্যতা (Industry vs. Inferiority)।

- 11) শিশুদের সহপাঠীদের সাথে নেতিবাচক তুলনা করলে তাদের মধ্যে কোন্ মানসিকতার সৃষ্টি হয়?
— হীনমন্যতা (Inferiority)।
- 12) 'উদ্যোগিতা বনাম হীনমন্যতা' পর্যায়ে সাফল্য থেকে অর্জিত **Virtue** কোনটি?
— দক্ষতা (Competence)।
- 13) কৈশোরকালের (১২-১৮ বছর) মূল মনসামাজিক সংকট কোনটি?
— পরিচয় বনাম পরিচয় বিভ্রান্তি (Identity vs. Role Confusion)।
- 14) "আমি কে?"— এই প্রশ্নের উত্তর শিশু/কিশোর কোন্ পর্যায়ে খোঁজার চেষ্টা করে?
— পরিচয় বনাম পরিচয় বিভ্রান্তি পর্যায়ে।
- 15) 'পরিচয় বনাম পরিচয় বিভ্রান্তি' পর্যায়ে অর্জিত মানসিক শক্তি কী?
— আনুগত্য বা নির্ভা (Fidelity)।
- 16) এরিকসনের মতে '**Identity Crisis**' বা পরিচয় সংকট জীবনের কোন্ ধাপে দেখা যায়?
— ৫ম ধাপে (কৈশোরকালে)।
- 17) প্রাথমিক প্রাপ্তবয়স্ককালে (১৮-৪০ বছর) কোন্ দ্বন্দ্বটি প্রবল হয়ে ওঠে?
— ঘনিষ্ঠতা বনাম একাকীত্ব (Intimacy vs. Isolation)।
- 18) 'ঘনিষ্ঠতা বনাম একাকীত্ব' ধাপে সফলতা মিললে কোন্ গুণটি বিকাশ লাভ করে?
— ভালোবাসা (Love)।
- 19) মধ্য প্রাপ্তবয়স্ককালের (৪০-৬৫ বছর) মনসামাজিক সংকটের নাম কী?
— উৎপাদনশীলতা বনাম স্থবিরতা (Generativity vs. Stagnation)।
- 20) পরবর্তী প্রজন্মের কল্যাণ ও সমাজের উন্নতি সাধনের ভাবনা কোন্ পর্যায়ে মূল বিষয়?
— উৎপাদনশীলতা বনাম স্থবিরতা।
- 21) 'উৎপাদনশীলতা বনাম স্থবিরতা' পর্যায়ে **Virtue** কোনটি?
— যত্নশীলতা বা দেখভাল (Care)।
- 22) বার্ধক্যকালের (৬৫ বছর থেকে মৃত্যু) মনসামাজিক দ্বন্দ্ব কোনটি?
— সততা বনাম হতাশা (Integrity vs. Despair)।
- 23) জীবনের শেষভাগে এসে নিজের অতীত জীবন নিয়ে সন্তুষ্টির অনুভূতিকে এরিকসন কী বলেছেন?
— সততা বা পূর্ণাঙ্গতা (Ego Integrity)।
- 24) 'সততা বনাম হতাশা' পর্যায়ে থেকে কোন্ মানসিক গুণ অর্জিত হয়?
— প্রজ্ঞা বা জ্ঞান (Wisdom)।
- 25) এরিকসনের মতে প্রতিটি পর্যায়ে ব্যক্তির সামনে আসা দ্বন্দ্বগুলিকে কী বলা হয়?
— Psychosocial Crisis (মনসামাজিক সংকট)।
- 26) মনসামাজিক সংকটের ইতিবাচক ও নেতিবাচক সমাধানের সুমম ভারসাম্যকে কী বলে?
— Virtue (মনোস্তাত্ত্বিক শক্তি বা গুণ)।
- 27) এরিকসনের এই তত্ত্বটি জীবনের কোন্ সময়সীমাকে কভার করে?
— সমগ্র জীবনকাল (Life-span development)।
- 28) এরিকসন কার ফ্রয়েডীয় তত্ত্বকে সংশোধন করে নিজের তত্ত্ব প্রকাশ করেছিলেন?
— সিগমন্ড ফ্রয়েড (Sigmund Freud)-এর মনোবৈজ্ঞানিক তত্ত্ব (Psychosexual Theory)।
- 29) এরিকসনের লেখা বিখ্যাত বইটির নাম কী যেখানে তিনি আত্মপরিচয়ের সংকটের কথা তুলে ধরেন?
— *Childhood and Society* (1950)।
- 30) শ্রেণীকক্ষে শিক্ষার্থীদের মধ্যে হীনমন্যতা দূর করতে শিক্ষকের ভূমিকা কোন্ পর্যায়ে সাথে সম্পর্কিত?
— ৪র্থ পর্যায়ে (উদ্যোগিতা বনাম হীনমন্যতা)।