

El Ciclo del Desarrollo

Pam Levin-Landheer

TAJ Vol. 12, 2, Abril 1982

Traducido por Nerea Basauri Barruetabeña

Revisado por Yarima Etxeberria Ibáñez

Resumen

El crecimiento humano es un ciclo de desarrollo compuesto de etapas que comienzan en la infancia y se repiten a lo largo de la vida. En el presente artículo se describen las etapas, ser, hacer, pensar, desarrollar la identidad, adquirir capacidades, regenerarse y reciclarse, junto con los estados del yo correspondientes, las pistas y los síntomas que las identifican, así como las transacciones clave que proporcionan una dieta de caricias óptima para un crecimiento sano. El ciclo del desarrollo se compara y se contrasta con teorías alternativas del desarrollo, para concluir que es una herramienta importante para anticipar y resolver los muchos aspectos transicionales de la vida.

Los ciclos del desarrollo

Topsy era una niña esclava de pelo desaliñado que, en sus años de formación, se hizo famosa porque nadie la educó, “simplemente creció”. Sin embargo “creció” para convertirse en una mujer creativa y competente que volvió a su Africa natal a educar a niños (Stowe, 1852). Eric Berne era un niño de ojos chispeantes que se convirtió, con la ayuda de su familia, en un hombre de una importancia tan notable que su influencia queda aún por cuantificar. Topsy pasó por su infancia y hacia la madurez como bien pudo mientras que Eric Berne hizo la misma transición con una parentalización considerable, educación y formación rigurosa; y sin embargo, *los dos crecieron*.

Entonces, ¿cuál es el patrón fundamental común al crecimiento tanto de una Topsy como de un Eric Berne? ¿Cuáles son los patrones de crecimiento que compartimos; las formas primitivas que tenemos en el fondo de nuestra memoria ancestral? Si por un momento borramos nuestra raza y color, clase y pasado, género y circunstancias, ¿qué proceso compartimos con todos los miembros de nuestra especie?

Como las etapas evolutivas en la naturaleza, los patrones de la vida adulta son cíclicos, estacionales y se basan en la continuación de las etapas del crecimiento de la infancia. A lo largo del tiempo, volvemos a determinados temas y asuntos. Creemos a través de los cambios emocionales y físicos propios de cada etapa de la infancia, y a ellas volvemos una y otra vez.

A primera vista, es posible que en la vida adulta quitemos importancia a estos episodios y los veamos tan sólo como un regreso temporal a un comportamiento infantil o que pasemos por alto la similitud de los temas. Sin embargo, si se consideran como parte de una constelación de pistas conductuales y físicas en el tiempo, son indicaciones de nuestra necesidad de llevar a cabo tareas evolutivas asociadas a una etapa en particular.

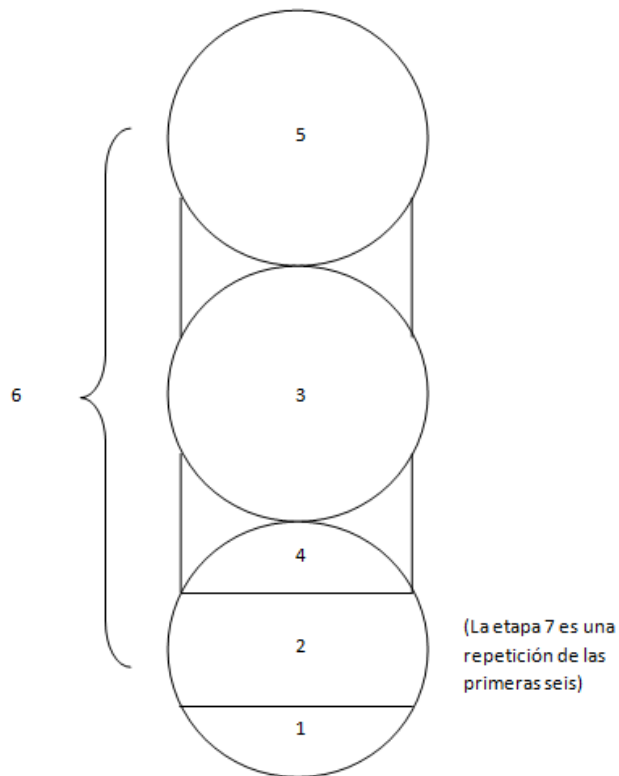
Cada etapa dentro de nuestro ciclo vital es el escenario sobre el que, durante un día, un año o una vida entera, representamos la obra teatral que es nuestra vida. Cada una es una escena durante la que respondemos a ciertas necesidades específicas, utilizando métodos y técnicas que pueden ser satisfactorias o no. Pasamos por conflictos, resolvemos asuntos y, en el mejor de los casos, desarrollamos los recursos internos que nos ayudarán a pasar adecuadamente a la siguiente etapa.

Creer a través de cada etapa en la infancia o en la vida adulta es una oportunidad. Podemos utilizar tal ocasión para desarrollar un aspecto de nuestro poder o de nuestras capacidades como seres humanos. Las etapas y los poderes que podemos desarrollar en cada una de ellas son los siguientes:

- Primera etapa: el poder de Ser
- Segunda etapa: el poder de Hacer
- Tercera etapa: el poder de Pensar
- Cuarta etapa: el poder de Identificarse
- Quinta etapa: el poder de tener Capacidades
- Sexta etapa: el poder de Regenerarse
- Séptima etapa: el poder de Reciclarse

Durante la infancia, nos familiarizamos por primera vez con el esquema de las seis etapas. Mediante la experiencia, descubrimos de qué se trata esa fase de la vida en particular. Tomamos decisiones que, para bien o para mal, se integran en nuestro plan de vida. Desarrollamos el estado del yo que corresponde a esa etapa, creando un aspecto de nuestro carácter que se convierte en parte de nuestra personalidad completa.

El siguiente diagrama relaciona las etapas con la formación de los estados del yo



Una vez establecidas estas bases, entramos en la séptima etapa o etapa adulta. En ésta seguimos reciclándonos a través de las seis primeras etapas, realizando las mismas tareas evolutivas de la infancia pero en niveles más sofisticados. Durante esta etapa adulta, desarrollamos más profundamente cada característica y representamos la historia de nuestra vida. Por ello, en la edad adulta repetimos los patrones de crecimiento establecidos durante la infancia, las etapas de desarrollo normales y nuestro plan de vida. (Cómo repetimos éstas se tratará en la Séptima Etapa).

Ya sea para formar por vez primera nuestra personalidad en la infancia o para enriquecer en la vida adulta lo que ya se ha formado, necesitamos determinados intercambios fundamentales en nuestras relaciones con los demás para obtener la seguridad, la confianza y la estimulación necesarias para llevar a cabo las tareas inmediatas. Estas transacciones clave son específicas de cada etapa y proporcionan los nutrientes necesarios para un crecimiento sano, tal y como los aminoácidos proveen de los nutrientes esenciales para que las células del cuerpo crezcan.

A continuación describimos cada etapa, su estado del yo correspondiente, el poder que adquirimos mediante las tareas asociadas, así como las transacciones fundamentales que alimentan el crecimiento.

Las Etapas

PRIMERA ETAPA: EL PODER DE SER (EL NIÑO NATURAL)

Las necesidades orales (ser cuidado, alimentado y tocado) nunca desaparecen sino que aparecen de forma recurrente y periódica a lo largo de la vida. Como un bebé en los primeros seis meses de vida, que es cuando desarrollamos nuestro Niño Natural, volvemos a entrar en esta etapa cuando necesitamos desarrollar nuestro Poder de Ser. Dejamos de hacer cosas, de pensar y nos limitamos a existir. Durante este tiempo, es posible que queramos comer con frecuencia y dormir durante periodos más largos de tiempo. Es posible que tengamos la boca más sensible, que nos cueste pensar y concentrarnos. Buscamos reconocimiento por lo que somos más que por lo que hacemos. Deseamos que nos toquen y nos alimenten; que reconozcan nuestra existencia más que nuestros actos o logros. A menudo deseamos dejar de pensar o hacer cosas durante un tiempo y que alguien se ocupe de nosotros. Deseamos estar físicamente cerca de otra persona y desarrollar o renovar lazos afectivos, sensuales y de gran intensidad emocional.

Una empresaria de éxito, abierta y con gran espíritu de equipo, de 52 años de edad, describe así su experiencia en la Primera Etapa: “Estoy delegando mis responsabilidades cuanto puedo. Ahora no me apetece ir a fiestas ni viajar. Quiero pasar unos meses *tranquilos* en casa con mi marido. No quiero tener que pensar en nada si puedo evitarlo. Es mi momento para hibernar.”

Pistas comunes: la vuelta a la Primera Etapa se caracteriza por frases como éstas “No me queda energía emocional, necesito recargarme”, “No puedo evitar tocarme la boca”, “Tengo la boca tan sensible” o “Me duelen las encías”. Cuestiones como la dependencia y la suficiencia de recursos aparecen en primera línea. Por ejemplo, es posible que nos sintamos inútiles y que nos preocupe si podemos confiar en los demás. Es posible que nos cuestionemos si encajamos, que dudemos de si podemos obtener satisfacción, sensualidad o vitalidad. Nos preguntamos: “¿Tengo suficiente comida, dinero, amor o sexo para dar y mantener mi existencia?”. En nuestros sueños, el énfasis se pone en los sentimientos y las sensaciones. Las imágenes oníricas tienden a ser borrosas y nubladas, con vagas y, a menudo, irreconocibles formas de luces y sombras.

La Primera Etapa es significativa para aquellas personas en las circunstancias siguientes:

En los primeros seis meses de vida.

Cansadas, heridas, vulnerables, enfermas o estresadas.

En períodos de rápido crecimiento o cambio.

Que han perdido a alguien.

Que cuidan de un bebé o están embarazadas.

En el principio de un proceso (un trabajo nuevo o relación).

Transacciones clave:

Una dieta de caricias nutritiva durante la Primera Etapa incluye contacto físico placentero, íntimo y cálido, así como mensajes que digan “Tienes el derecho de estar aquí”, “Puedes contar conmigo”, “Me gusta que seas niño/niña”, “No tienes

que darte prisa, tómate tu tiempo”. Es necesario decidir que está bien estar aquí; que está bien que nos alimenten, nos toquen y nos cuiden.

En este momento, somos como una semilla recién plantada- crecemos bajo tierra y no se aprecia nuestro crecimiento. La Primera Etapa es un momento para coger fuerza, energía constructiva que nos permita generar la chispa que en último término dará lugar a la acción. Actuar en estos momentos sería desperdiciar la oportunidad. Muy al contrario, ahora es el momento de absorber.

SEGUNDA ETAPA: EL PODER DE HACER (EL PEQUEÑO PROFESOR)

La necesidad de explorar el mundo y alimentar nuestros sentidos mediante la acción directa está presente a lo largo de toda nuestra vida. Como un bebé que gatea entre los 6 y 18 meses de edad, cuando por primera vez desarrollamos nuestro Pequeño Profesor, volvemos a una fase de intensa curiosidad para desarrollar nuestro Poder de Hacer. No podemos esperar a ver cómo es el mundo. Deseamos levantarnos e ir, movernos, oler, gustar, tocar, ver, explorar. Deseamos variedad en la estimulación, porque el mundo parece nuevo y necesitamos desarrollar nuestra percepción sensorial mediante la acción, en lugar de reflexionar sobre ella. Queremos seguir nuestros propios instintos sin limitaciones. Encontramos nuevos parámetros y posamos los pies en el suelo de manera diferente.

Un médico internista dice “He estado estudiando desde que tenía cinco años y tengo ya casi 28. Me he aislado demasiado. No sé cómo es el resto del mundo. Voy a postponer mi desición sobre la especialidad o la residencia. Me haré un viaje a pie por México, Australia, Nueva Zelanda, Japón, Tibet y Suiza. Necesito saber qué hay ahí fuera para poder averiguar cómo encajo yo en todo esto”.

Pistas comunes: “No me concentro durante mucho tiempo” o “No me pondré objetivos por un tiempo” son expresiones típicas de la Segunda Etapa en la que destacan las cuestiones relacionadas con el *hacer*. Por ejemplo, es posible que nos bloqueemos al empezar o dejar de hacer algo; que tengamos conflictos relacionados con vivir según unos objetivos o simplemente no tenerlos. Nuestra capacidad de movernos pasa a ser una cuestión primordial; tanto que podemos llegar a temer quedarnos inmóviles. Desplegamos una gran curiosidad e intuición. Desarrollamos nuevas motivaciones para vivir. Buscamos el placer, evitamos el dolor y sobre todo disfrutamos con actividades que implican variedad, movimiento y sentir la tierra, como caminar por un lugar nuevo. Nuestros sueños pueden contener temas de movimiento, actividad y experiencia sensorial.

La Segunda Etapa es significativa para personas:

- Entre los 6 y 18 meses.
- Que dejan de ser amamantadas.
- Que están en un nuevo ambiente físico.
- Que participan en un proceso creativo.

Que empiezan a desarrollar una destreza sensorial nueva como la música o el lenguaje.

Como preludio para establecer un nivel nuevo de independencia.

Que se ocupan de un bebé que gatea.

Transacciones clave: Una dieta nutritiva de caricias en la Segunda Etapa incluye dar constantemente afecto físico, especialmente a aquellos a los que nos unen lazos afectivos (amante, pareja, padres, terapeuta). Necesitamos también otros mensajes que digan “Puedes ser curioso e intuitivo”, “Está bien que empieces algo”, “Está bien que explores y experimentes”. “Puedes hacer algo y a la vez recibir apoyo”. “Puedes recibir atención y aprobación y seguir actuando como realmente deseas”.

En la Segunda Etapa somos como una semilla que empieza a brotar. Nuestra energía bulle y explota como si fuera nueva energía y podemos observar nuestro crecimiento casi cada día. Esta etapa es tiempo para la acción; para buscar incluso aunque no sepamos lo que estamos buscando. Al intentar saber lo que todavía no entendemos, establecemos nuestra forma de hacer las cosas. Es necesario decidir que está bien que salgamos al mundo, que exploremos, que alimentemos nuestros sentidos y que, aún así, seguiremos recibiendo apoyo.

TERCERA ETAPA: EL PODER DE PENSAR (ESTADO DEL YO ADULTO)

En la Tercera Etapa, como un niño entre dieciocho meses y tres años de edad, cuando el estado Adulto se está formando por vez primera, necesitamos establecer un nuevo sentido de independencia, individualidad y diferenciación. Deseamos hacernos nuestro propio espacio al margen de los demás. Deseamos ser diferentes, únicos. Necesitamos crear una posición distinta y puede que nos volvamos rebeldes. “No” y “No lo hare” son nuestros lemas preferidos. Ponemos a prueba la realidad y empujamos a los demás a hacerlo mientras desarrollamos nuevos niveles de pensamiento. Nos preocupará averiguar y establecer “¿cómo de importante soy?”. Deseamos conocer nuestros límites y los de las situaciones. Es posible que experimentemos negatividad y ambivalencia. Nos preocupa saber el control que tenemos sobre nosotros mismos, una situación o una relación. Queremos lo que es “nuestro” en contraposición a lo que es “tuyo” y de “tí”. Tal vez pidamos a los demás que piensen por nosotros y nos sintamos furiosos si lo hacen a medida que adquirimos nuevos niveles de habilidad conceptual y desarrollamos nuevas áreas de pensamiento.

Un hombre de 28 años, bien integrado en una empresa informática en la que trabajaba desde que salió de la Universidad, dice “Este empleo era perfecto para mí en aquel momento pero ahora no puedo imaginarme quedarme aquí. Ya no encuentro mi lugar aquí; lo único que importa son las normas de la empresa, la política de la empresa y sus tradiciones intocables. No quiero encajar en el molde. Estoy pensando en ponerme por mi cuenta”.

Pistas comunes: Frases como “Estoy enfadado, aunque no estoy enfadado por nada en particular. Son características de esta etapa “Estoy enfadado por todo en general” o “Esto es mío”. También cuestiones relacionadas con la diferencia, la

responsabilidad y la reflexión; especialmente la resistencia, la contrariedad, el olvido, el descuento, la tozudez, la pereza y la avaricia. Los sueños a menudo tratan sobre estar atrapado o no ser capaz de liberarse para ir a donde se desea ir.

La Tercera Etapa es significativa para aquellas personas:
De un año y medio a tres años de edad.
Que salen de una relación de dependencia (con un amante, pareja, mentor o amigo).
Que aprenden nueva información.
Que desarrollan una posición personal nueva o se posicionan claramente.
Que han modificado un acuerdo.
Que cuidan de un bebe que gatea.

Transacciones clave: En el proceso de la separación, necesitamos oír mensajes que afirmen que “Puedes decir a la gente que estás enfadado”, “Me alegro de que estés creciendo”, “Puedes pensar por ti mismo”, “No tienes que dudar, puedes estar seguro de lo que necesitas”. “Puedes pensar en tus sentimientos y puedes tener sentimientos sobre lo que piensas”.

Es un momento para todo aquello que es individual: una flor recién florecida, una hoja o una rama como no hay ninguna. Con toda nuestra fuerza, avanzamos para no decir únicamente “yo soy yo”, sino que es necesario decidir que está bien empujar y probar, encontrar los límites, decir “no” y convertirnos en seres diferenciados.

CUARTA ETAPA: EL PODER DE IDENTIFICARSE (EL NIÑO SUPERNATURAL*)

Como un niño de entre 3 y 6 años de edad, cuando formamos nuestro Niño Sobrenatural*(brujo, trol u ogro), periódicamente desarrollamos y actualizamos nuestra identidad. Deseamos descubrir de nuevo quiénes somos y lo que significa tener el sexo que tenemos. Experimentamos con las relaciones sociales y comienza a interesarnos el poder. Necesitamos separar la fantasía de la realidad. Como cuando tiramos una piedra en el agua para ver hasta dónde llegan las ondas, ponemos a prueba las consecuencias de nuestro propio comportamiento y ejercemos nuestro poder para averiguar qué sucede

Durante la Cuarta Etapa volvemos a estar fascinados con nuestra capacidad para influir en los demás. Es posible que forcemos desacuerdos o tengamos ganas de robar en una tienda o repitamos rumores falsos como si fueran hechos reales. Deseamos encontrar un nuevo sentido a ser hombre o mujer. Tal vez digamos “Ya no sé quién soy” o hagamos cosas sólo para ver qué sucede. Deseamos cambiar completamente nuestra organización interna. Para ello, tal vez necesitemos estar un tiempo “desconectados” para dismantelar la identidad anterior y poner los cimientos de la nueva.

* He cambiado el nombre de este aspecto de la personalidad porque, mientras brujo, ogro y trol se refieren a una función patológica, el Niño Sobrenatural se refiere a este aspecto por encima del Niño Natural y también se refiere al interés en lo mágico, característico de esta etapa.

Una enfermera de unos 50 años que había sacado a sus hijos adelante se vio inmersa en un cambio de identidad. “Mis hijos ya son mayores y estoy pensando en retirarme. Los últimos años los he disfrutado mucho porque me he dedicado a descubrir quién soy además de una supermamá o una curranta. El resultado es que estoy encantada de vender mi casa y dejar 30 años de confusión.”

Pistas comunes: Desarrollar una nueva identidad trae consigo cuestiones relacionadas con el poder y el género; la potencia y la impotencia, la fantasía y la realidad, la creación y la destrucción; curar y sanar, estar cuerdo o loco, lo mágico, ser mujer u hombre y la manera de canalizar impulsos.

La Cuarta Etapa es significativa para aquellas personas:

De entre 3 y 6 años de edad.

Que acaban de renegociar una relación social.

Que desarrollan una nueva función.

Que buscan una relación familiar, laboral o cultural

Que cuidan niños en edad preescolar.

Transacciones claves: Al crear una nueva identidad, necesitamos mensajes que digan “No tienes que fingir miedo, dolor o tristeza ni locura para que se ocupen de ti”, “Es posible tener poder y a la vez tener necesidades”. “Está bien que busques quién eres. Es importante que descubras cómo eres”. “Está bien imaginar cosas sin temer si las harás realidad o no”. “Está bien que descubras las consecuencias de tus propios actos”.

Al igual que una planta crece en relación con su entorno y al mismo tiempo ayuda en su creación, nosotros también descubrimos que, al conocer a los demás, nos encontramos a nosotros mismos. Es necesario decidir que está bien tener nuestra propia visión del mundo, ser quienes somos y poner a prueba nuestro poder.

QUINTA ETAPA: EL PODER DE TENER CAPACIDADES (ESTADO DEL YO PADRE)

Como un niño o una niña de entre 6 y 12 años, cuando formamos nuestro Estado Padre del Yo por primera vez, necesitamos periódicamente desarrollar nuevas herramientas, adquirir nuevas habilidades y elegir los principios que sean coherentes con nuestros objetivos. Para ello, discutimos y cuestionamos los principios y métodos de los demás, a menudo deseando hacer las cosas únicamente a nuestra manera. Necesitamos experimentar las diferentes maneras de hacer las cosas, cometer errores. De esta manera descubrimos lo que funciona y

hacemos que las piezas encajen de la manera que sabemos funcionará para nosotros.

Al formar estructuras parentales nuevas o al actualizar las antiguas, desechamos activamente los métodos de los demás. Hacer que sus formas no nos convengan es una parte del proceso. Es posible que nos volvamos torpes y cometamos errores al experimentar hasta dar con lo que funciona. Probamos nuevos roles sociales a medida que dejamos ir los viejos y es posible que nos sintamos perdidos y raros. Buscamos estar en contacto con personas de fuera de nuestro círculo familiar o de amigos para saber cómo hacen las cosas los demás, sobre todo si son de nuestro mismo sexo o de la misma edad.

Un hombre de 60 años dice “Mi nieto y mi hijo tienen mucho en común conmigo. Mi nieto tiene 8 años, está aprendiendo a jugar al béisbol, a relacionarse con otros niños y a hacer los deberes. A sus 30, mi hijo está aprendiendo a trabajar como ingeniero y a ser padre. Y yo estoy aprendiendo a estar jubilado. No es fácil porque siempre he valorado mucho el trabajo. Estoy contento de tener a mi nieto, porque ser su abuelo da significado a mi vida y es justo lo que necesito ahora”.

Pistas comunes: Aprender nuevas habilidades nos lleva a cuestiones relacionadas con cómo hacer las cosas y qué valores son los correctos. Estructurar el tiempo, el contacto con el grupo de nuestra edad o la presión del grupo de amigos o las relaciones del mismo sexo son temas importantes. En estos momentos nos preocupa definir la realidad, negociar con la autoridad, discutir, juzgar y cómo encauzar las habilidades típicas de nuestro sexo.

La Quinta Etapa es significativa para las personas que:

Tienen entre 6 y 12 años.

Han actualizado su identidad.

Aprenden nuevas habilidades.

Cambian de cultura.

Cuidan a un niño de entre 6 y 12 años.

Transacciones clave: En la Quinta Etapa necesitamos mensajes como “Está bien aprender a hacer las cosas a tu manera, tener tus propios principios y métodos”. “No tienes que sufrir para obtener lo que necesitas”, “Puedes hacerlo a tu manera”, “Puedes pensarlo antes de decidir hacerlo a tu manera”, “Está bien estar en desacuerdo”, “Confía en tus sentimientos que ellos te guiarán”.

Las oportunidades de la vida se despliegan ante aquellos que se abren camino. Si hacemos las cosas a nuestra manera, las hacemos con la misma naturaleza que una planta se gira hacia el sol. De esta manera, abrimos también las

posibilidades de la vida ante nosotros y encontramos las maneras de asegurar nuestra supervivencia. En la Quinta Etapa, necesitamos decidir que está bien aprender a hacer las cosas a nuestra manera y a tener nuestra propia ética y manera de hacer las cosas.

ETAPA SEXTA: EL PODER DE REGENERARSE (UNIFICACION DE LOS ESTADOS DEL YO)

Como un adolescente entre trece y dieciocho años de edad, cuando empezamos a unificar nuestros estados del yo por primera vez, pasamos por fases de adulto en las que nos preocupamos por el sexo y por los demás como seres sexuales. Es probable que experimentemos cambios corporales turbulentos, sobre todo en los niveles energéticos. Deseamos experimentar con nuevas maneras de ser sexuales. Desarrollamos una filosofía personal y encontramos un lugar nuevo en el mundo de los adultos.

Como adultos que vuelven a la Sexta Etapa, es posible que busquemos un bar o una cafetería para pasar el rato. Tal vez nos sintamos ingenuos y virginales de nuevo después de haber estado sexualmente activos durante años. Tal vez incluso digamos que necesitamos dejar de tener relaciones sexuales como parte del proceso de reorganización o que no aguantamos más los límites de la monogamia porque queremos volver al terreno de juego y experimentar con gente nueva o en nuevas relaciones. Necesitamos integrar nuestra necesidad de actividad sexual con las necesidades de todas las demás etapas. Para ello, desarrollamos nuestra filosofía personal. Eso no sólo ayuda a nuestro proceso de integración, sino que también se convierte en la posición desde la que nos relacionamos con el mundo de una manera nueva y adulta. Terminamos por romper con nuestros mentores y nos volvemos libres para salir adelante en el mundo a nuestra manera.

Los padres de dos adolescentes, una pareja de 40 años, estaban afrontando los cambios que cada uno quería realizar. “Siendo su esposa, me he acomodado durante todos estos años. Ahora quiero que él reconozca que tengo mis propios valores y una vida que vivir; que puedo seguir en mi propia dirección. Seguir su camino no hará más que traer problemas graves en el futuro”. Su marido dice “Es posible que sea el padre de hijos casi adultos pero soy todavía un hombre activo, vital y con vigor. Quiero que se vuelva a enamorar de mí. Soy un hombre maduro, lo que es excitante y sexual. Quiero utilizar mi energía ya que la tengo”.

Pistas comunes: Un brote de acné, soñolencia adolescente o una preocupación por el sexo, sexo, sexo; sentimientos sexuales, ser una persona sexual, cómo ser sexual y estar a salvo, etc... son signos comunes de la Sexta Etapa. Además, se repiten cuestiones más tempranas en episodios cortos. Finalmente, se abandona la necesidad de ser padre (o mentor) y se alcanza un nivel nuevo de madurez.

La Sexta Etapa es significativa para aquellas personas que:
Tienen entre trece y dieciocho años.
Han desarrollado nuevas facultades o adoptado nuevos principios.
Se están preparando para dejar una relación, un trabajo, el hogar o un lugar.

Se encuentran al final de un proceso.
Son padres de adolescentes.

Transacciones clave: Al volver a la Sexta Etapa, necesitamos escuchar mensajes que digan “está bien ser responsable de tus propias necesidades, sentimientos y comportamiento. Puedes ser una persona sexual y tener también necesidades”, “Está bien que estés a tu aire”, “No dejes de quererte allá donde vayas”, “Puedes volver a casa cuando quieras”.

A medida que aceptamos y utilizamos nuestra propia madurez, empezamos a crecer de una manera nueva, alimentados de lo que hemos tenido antes. De esta forma, el ciclo se repite. En la Etapa Sexta, necesitamos decidir que está bien ser sexual; que está bien tener un lugar entre los adultos y que las cosas nos salgan bien.

SEPTIMA ETAPA: EL PODER DE RECICLARSE

Entrar en la edad adulta a la edad de 19 años significa terminar el ciclo del desarrollo. Nuestra personalidad está formada y no se añadirá ningún componente nuevo. Es una situación nueva en la que nunca nos hemos encontrado. Es posible que nos sintamos inseguros, sin saber si las reglas son las mismas o si el terreno es firme o farragoso. Necesitamos compañeros, personas con las que establecer lazos emocionales y que nos ayuden en este nuevo ciclo de crecimiento. Necesitamos ir despacio, tanteando el camino y aprender simplemente a estar vivos en esta nueva situación, reuniendo las fuerzas para los días que vendrán. Somos de nuevo como los recién nacidos porque somos nuevos en el mundo. Cada repetición tiene su particularidad propia, de la misma manera que cada verano es diferente de los demás y cada cosecha es diferente de la anterior. Al madurar, instintivamente progresamos y nos definimos; nuestra percepción de las etapas hace exactamente lo mismo. Cada vez que iniciamos de nuevo el ciclo del crecimiento es un punto de inflexión. A veces en la forma de una crisis vital tan intensa que no sabemos si se trata de una ruptura de nuestro guión o de una ruptura en nuestro desarrollo normal.

Un hombre de cincuenta años pasó por esta confusión. “Desarrollé un caso de insatisfacción aguda. Estaba inquieto, no podía dormir; dejé de tener ganas de vivir. Sabía que se estaba preparando un cambio importante. (Primera etapa:) Durante un tiempo soñé despierto. Durante un tiempo sin trabajar me di cuenta de que ya no me gustaba donde estaba. Quería cambiar mi vida completamente y enfrentarme a nuevas situaciones. (Segunda etapa:) Me encantaba cuando mis amigos me enseñaban fotos de gente haciendo cosas diferentes y que vivían en lugares lejanos. Algunos me ayudaron a preparar viajes y entrevistas de trabajo para probar mis posibilidades. (Etapa tercera:) Cuando tuve claro que estaba cansado de trabajar con la mente y que deseaba trabajar con las manos, tuve que plantarme. En un fin de semana fuera con unos amigos me enamoré de esta vieja granja. (Cuarta etapa:) Se trataba de una crisis de identidad. Yo, el intelectual, el cabeza huevo, ¿ser granjero? (Quinta etapa:) Entonces nos pusimos a pensar si podría salir adelante instalando un taller de reparación de muebles en el granero y dando clases a tiempo parcial en la Universidad. (Sexta etapa:) Así que volví a

empezar desde el principio, analicé bien la situación, fui a por todas, hice una gran fiesta de despedida y me mudé aquí”.

Reciclarse en la vida adulta tiene un carácter y un ritmo propios. Una vez que nuestro patrón básico se ha formado en la infancia, sucesos externos pueden hacer que reciclemos determinadas etapas. Como padres, por ejemplo, volvemos a las etapas del desarrollo por las que nuestros hijos están creciendo. Como terapeutas, podemos volver a las etapas evolutivas de los clientes.

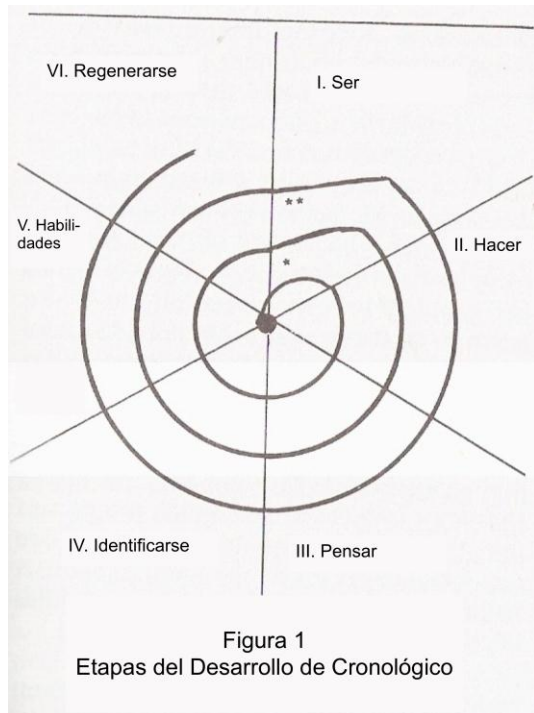
En la madurez, al reciclar, también podemos interpretar diferentes papeles. Podemos ser niños, después padres, clientes o terapeutas, víctimas, verdugos, perdedores o ganadores. Durante una repetición es posible que, como Topsy, crezcamos con poca orientación, mientras que en la siguiente, encontremos a un mentor o entremos en un programa que proteja nuestro crecimiento. Por ejemplo, las edades que son múltiplo de 13 parecen ser significativas de la Primera Etapa. Así, una persona de 26 y otra de 52 tienen en común la misma etapa evolutiva y las mismas tareas. Una persona de 26 años puede que se dedique en la Primera Etapa a crear un lazo afectivo fuerte mediante el matrimonio y la de 52 años puede que decida estar sin trabajar y sin socializarse para reflexionar sobre la vida y encontrarle un nuevo significado al estar con su familia y amigos cercanos.

Este ciclo temporal de desarrollo se ilustra más abajo con el ejemplo de una persona de 72 años.

Además de la influencia profunda del reloj temporal del desarrollo, una persona adulta puede negociar con varias etapas sufriendo menos impacto que el que hubiera sufrido en otro momento. Estas etapas influyen pero no eliminan la necesidad de completar las tareas de cada etapa del ciclo temporal del desarrollo.

Circunstancias externas o una decisión individual pueden desencadenar el paso por el ciclo de estas etapas secundarias. Circunstancias externas como volver de un viaje largo, encontrar a la pareja de tu vida o incluso entrar en una fiesta pueden ocasionar una breve vuelta a la Primera Etapa, mientras que la decisión de separarse, aceptar un trabajo nuevo o mudarse a una casa nueva son decisiones personales que permiten terminar un ciclo y empezar otro.

Los mismos mensajes que nos ayudaron en etapas previas, nos sirven de ayuda en nuestro desarrollo en esta séptima etapa. No se trata de que, una vez recibidos, los hayamos interiorizado para siempre como si después de haber comido una comida magnífica, no volviéramos a comer nunca. Necesitamos decidir continuar recibiendo lo que necesitamos cuando experimentamos los síntomas normales de nuestras etapas, para poder llevar a cabo las tareas en el nivel siguiente y aprender nuevas lecciones.



*Final de la adolescencia

*Final del ciclo principal secundario, a menudo llamado “crisis de los 50”; Berne se refirió a él como “las protestas, a veces raras, de la mediana edad”.

Independientemente de cuál sea nuestra función, edad o circunstancia, el ciclo del desarrollo es el círculo del poder dentro del cual nosotros podemos crecer y cosechar los frutos de la vida. Obtenemos los frutos de la vida dentro del ciclo de etapas que se repiten de la misma manera que concebimos hijos en el ciclo de la reproducción. A través del círculo, símbolo de unidad y plenitud, “volvemos al lugar del que partimos y lo conocemos por vez primera”. (T.S. Elliot)

Para descubrir este patrón de desarrollo humano común a todos los seres humanos, empecé un estudio informal en 1970. Mediante un método clínicamente intuitivo, como el de los científicos conductistas, me familiaricé con el proceso de desarrollo de unas quinientas personas, de edades comprendidas entre recién nacidos y los 72 años. También observé a bebés y participé en cuidarlos. Entrevisté a niños mayores y a adultos. Aproximadamente doscientas de estas personas realizaron contratos de cambio en sesiones individuales y de grupo durante una media de seis meses, desde 3 meses a dos años. Para mantener una perspectiva fresca, decidí a propósito en aquel momento no familiarizarme con otras teorías del desarrollo sobre la cuestión.

En una segunda fase del estudio, viví en una zona rural montañosa de un área bastante virgen en la que se habían introducido pocos aspectos de la tecnología moderna. Entonces, observé y participé en un tipo de vida y cultura en la que la salud y el bienestar dependían de la naturaleza; en la que despertarse y dormir se regían por los ciclos del sol y la luna y el cambio de las estaciones. Al

darme cuenta de que temas parecidos afectaban a gente diferente, empecé a hacer preguntas por curiosidad y descubrí patrones similares en las mismas edades. Gracias a estudios de filosofía oriental y de los nativos americanos, los patrones de la naturaleza y la autoreflexión, empecé a ver el proceso cíclico del crecimiento en la vida adulta y su relación con las bases de la infancia. Al trabajar en un medio clínico y después en una cultura cercana a la tierra, empecé a comprender los tiempos de la repetición y las tareas que les corresponden.

No es nueva la idea de que nuestro crecimiento es un ciclo. La cultura de los nativos americanos hace tiempo que reconoció el Círculo de la Rueda de la Medicina (*Medicine Wheel Circle*) como una manera de entender el universo y la vida de cada persona dentro de él. “Este gran círculo”, dice Hyemeyohst Storm en “Las siete flechas” (*Seven Arrows*, 1973) “es el hogar de nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro corazón. Es el ciclo de todas las cosas que existen. El círculo es nuestra manera de tocar y estar en armonía con todos los seres vivos que nos rodean”.

La división del ciclo en siete periodos tampoco es nueva. Tiene sus homólogas en todas las religiones; en las doctrinas del antiguo Egipto y Persia, en la Cábala y el Taoísmo. Platón habla también de siete fases. Son parte de la doctrina Hermética, del Budismo y de “El gran trabajo” del alquimista (Rupertini, 1978). El “I Ching, el libro chino de los cambios” (Wilhem, 1950), nos lo describe así:

“La idea del retorno se basa en el curso de la naturaleza. El movimiento es cíclico y el círculo se cierra en sí mismo. Por ello, no es necesario acelerar nada de forma artificial. Todo llega en el momento oportuno. Éste es el significado del cielo y la tierra.

Todos los movimientos se llevan a cabo en seis etapas y la séptima lleva al comienzo. Así, el solsticio de invierno, con el que el año comienza a declinar, entra en el séptimo mes después del solsticio de verano... De esta manera, el estado de reposo da lugar al movimiento”.

Nuestra filosofía moderna, sin embargo, imita la tecnología moderna. Nuestras fábricas crean productos mediante procesos lineales que han industrializado el mundo. De la misma manera, hemos llegado a ver el crecimiento humano como el de los productos, regido por las leyes de la tecnología en lugar de las de la naturaleza.

Sigmund Freud (1893) vió la edad adulta como un momento en el que se reavivaban conflictos tempranos e inconscientes. Si bien reconoció patrones repetitivos es sus pacientes, los destacó como parte de una “compulsion a la repetición” o una necesidad irrefrenable de repetir experiencias negativas.

Erik Erikson (1950, 1968) fue pionero en el campo del desarrollo adulto y teorizó que cada etapa del crecimiento a lo largo de la vida contiene sus propios conflictos, los cuales requieren ser manejados adecuadamente para motivar la progresión a los siguientes estadios. Aunque mostró cómo cada etapa utiliza las anteriores como sus cimientos, únicamente presentó un modelo lineal en el que el desarrollo anterior es un bloque de construcción de lo que vendrá después. No hay duda de que a Eric Berne le influyeron las teorías de su terapeuta.

Berne (1970) mantuvo que las ilusiones infantiles se van disolviendo una a una, lo que lleva a las varias crisis vitales descritas por Erikson: “... entre ellas el comportamiento adolescente de los padres, las protestas, a veces extrañas, de la mediana edad, y el que surja filosofía después”. Reconoció, sin embargo, que los procesos que se desarrollan en la infancia se mantienen activos durante la vida. Al establecer que la actividad continua de los estados del yo de la infancia en la vida adulta era normal, también les devolvió la dignidad.

Otros seguidores de Berne se han centrado en el proceso de desarrollo. Jacqui Schiff (1975) en colaboración con otros, se sirvió de un marco de desarrollo de nueve etapas infantiles que eran temas importantes en el tratamiento de sus clientes adultos. Fanita English (1978) se refiere a una base de desarrollo para siete subsistemas dentro del Niño. Todos ellos tienen potencial para operar en el “ahora” y pueden ser catectizados como los estados del yo. Jean Maxwell y Bill Falzett (1974) señalaron las etapas que implicaban a padres e hijos. En mi libro de 1974, “Llegar a ser lo que somos” (*Becoming the way we are*), presenté una etapas del desarrollo que correspondían a los estados del yo delineados por Berne y los patrones conectivos que tienen en común la infancia y la vida adulta.

En 1978, Forman y Ramsburg extendieron el desarrollo a cuatro etapas: prenatal, infancia, adolescencia y vida adulta. Describieron la teoría de Berne diciendo que “las relaciones entre el individuo en crecimiento y las personas en su vida (sic) conforman el factor básico sobre el cual se desarrolla la personalidad”. Añadieron que posteriores teóricos destacaron diversas tareas de desarrollo que podían definirse en términos de las relaciones sociales de la persona en cada etapa.

En 1978, Daniel Levinson publicó “Las estaciones de la vida de un hombre” (*Seasons of a Man's life*), su informe sobre un estudio longitudinal de 10 años sobre el desarrollo de hombres de mediana edad. Popularizado por Gail Sheehy en “Pasajes” (*Passages*, 1976), el modelo de Levinson seguía un patrón lineal pero su utilización de la imagen de las estaciones implicaba un patrón que repetimos a intervalos regulares.

Es cierto que podría parecer que un viaje que comienza en el punto A (el nacimiento) y continúa hasta el punto Z (la muerte) avanza por una línea recta. La falacia de tal conclusión se evidenció con el viaje de Magallanes al demostrar que la tierra era redonda. De la misma manera, nos equivocaremos si deducimos que nuestro progreso en la vida tiene lugar en línea recta, sin darnos cuenta, pese a algunas similitudes en el paisaje, de que cuanto más crezcamos desde nuestro punto de partida, más cerca estaremos de él.

Considerar nuestras vidas como cíclicas en lugar de lineales nos permite experimentar una situación diferente a la que siempre nos han enseñado. Un patrón cíclico puede resultar extraño a nuestro intelecto pero es básico en nuestra naturaleza.

La importancia de este ciclo de desarrollo está en su aplicación porque podemos utilizarlo para desarrollar nuestras facultades en todas las fases de

nuestra vida. Los individuos pueden entender las cuestiones de crecimiento personal y así convertir las limitaciones del guión en opciones para actuar eficazmente. Las parejas lo utilizan para resolver conflictos y poder apoyarse en sus respectivas fases de crecimiento. Los padres lo emplean para satisfacer sus propias necesidades y en beneficio del desarrollo de sus hijos. Los profesores consideran que proporciona una base esencial para el aprendizaje en preescolar, educación primaria y secundaria, universidad y educación para adultos. Pacientes con enfermedades físicas trabajan con él para descubrir y resolver la base del desarrollo de sus problemas físicos. Las organizaciones lo utilizan como un marco de las necesidades comunes a todos los miembros del grupo. A los terapeutas les sirve como estructura para el proceso de cambio.

Tan amplia gama de aplicaciones es posible porque los movimientos de una vida en cada momento están conectados con el ciclo de desarrollo de forma tan esencial como lo están las mareas del océano a la luna. Prestando atención a las pistas que nos da nuestro cuerpo y llevando a cabo las tareas de desarrollo asociadas a cada etapa, utilizamos plenamente las habilidades dadas a todos los seres humanos:

Existir, vivir y ser

Actuar, hacer cosas

Pensar, utilizando la lógica y los conceptos

*Tener una *identidad* y saber quiénes somos*

*Desarrollar *capacidades* mediante estructuras y valores*

Regenerarse, produciendo una vida nueva y

Reciclarse, desarrollando la eficacia en cada edad.

Al entender este patrón de crecimiento básico, podemos relajarnos sabiendo que “no hay progreso irreversible y estable en esta vida; no avanzamos mediante graduaciones fijas y en la última, hacemos una pausa.... Pero una vez superada, trazamos el círculo de nuevo;... ¿En dónde queda el puerto final del que no levaremos anclas nunca más?” (Melville, *Moby Dick*)

El ciclo del desarrollo, sus etapas, pistas y tareas

PRIMERA ETAPA, EL PODER DE SER, DEL NACIMIENTO A LOS SEIS MESES

Pistas normales: querer comer con frecuencia, tener la boca sensible, dificultad para pensar, falta de concentración y deseos de depender de los demás.

Tareas de desarrollo: aceptar reconocimiento por quienes somos, ser cuidados, tocados, alimentados, ser sensuales y establecer lazos afectivos.

SEGUNDA ETAPA: EL PODER DE HACER, DE 6 A 18 MESES

Pistas normales: querer estimulaciones diferentes, desear ver, oír, tocar, gustar y oler cosas nuevas así como expandir y explorar nuestro mundo.

Tareas de desarrollo: desear explorar el entorno sin tener que pensar en ello y desarrollar una consciencia sensorial al hacerlo.

TERCERA ETAPA: EL PODER DE PENSAR, DE 18 MESES A 3 AÑOS

Pistas normales: desear ser diferentes a los demás, desarrollar una postura diferente, rebelándonos y diciendo “no, no lo hare”.

Tareas de desarrollo: poner a prueba la realidad, presionando a los demás, establecer la independencia, expresando negatividad y aprendiendo a pensar.

CUARTA ETAPA: EL PODER DE IDENTIFICARSE, DE 3 A 6 AÑOS

Pistas normales: desear saber quiénes somos, nos preocupa el poder y las diferencias de género, experimentamos con las relaciones sociales y las consecuencias de nuestro comportamiento.

Tareas de desarrollo: separar la fantasía de la realidad, conocer la realidad mediante pruebas y resultados, y ejercer nuestro poder para hacer impacto en las relaciones.

QUINTA ETAPA: EL PODER DE SER HABIL, DE 6 A 12 AÑOS

Pistas normales: discutir y cuestionar la moral, los valores y los métodos de los demás y desear hacer cosas a nuestra manera, no a la de los demás.

Tareas de desarrollo: experimentar maneras diferentes de hacer las cosas, cometiendo errores para encontrar lo que funciona y discutir con los demás sobre cómo hacen las cosas.

SEXTA ETAPA: EL PODER DE REGENERARSE, DE 13 A 18 AÑOS

Pistas normales: inquietud por el sexo, por las personas como seres sexuales, cambios corporales turbulentos, en especial cambios de los niveles energéticos y hormonales.

Tareas de desarrollo: experimentar con el ser sexual, desarrollar nuestra propia filosofía personal y encontrar nuestro lugar entre los adultos.

SEPTIMA ETAPA: EL PODER DE RECICLARSE, EMPIEZA A LOS 19 AÑOS

Pistas normales: experimentar todos los síntomas normales de las etapas anteriores y experimentar más de una etapa a la vez.

Tareas de desarrollo: desarrollar y mantener relaciones de apoyo que necesitamos, reivindicando nuestro poder en la vida adulta, actualizando y llevando a cabo nuestro plan de vida y resolviendo los problemas y retos de la vida.

Pamela Levin Landheerm, Terapeuta y Experta en counselling. Tiene consulta privada en Ukiah y San Francisco. www.nourishingcompany.com

Colaboración editorial de Mary Toren.

Este artículo fue publicado originalmente en inglés en el TAJ Vol. 12, No, 2 Abril, 1982. Es traducido/ republicado con el permiso de la Asociación Internacional . © International Transactional Analysis Association o el autor/a.

REFERENCIAS

Berne, E. *What do you say after you say hello*. Grove Press, 1970, pp. 11-134.

Clarke, J. *Self-esteem, a family affair*, Winston Press, 1978.

- English, F. *"What shall I do tomorrow?" TA after Eric Berne*. Graham Barnes, Ed., Harper & Rowe: New York, 1979.
- Erikson, E. *Childhood and Society*, 1950, pp. 247, 274.
- Erikson, E. *Identity, youth and crisis*. W.W. Norton, 1968.
- Foreman, L., & Ramsburg, J. *Hello Sigmund, this is Eric*. Sheed, Andrews and McMeel, 1978.
- Freud, S. "Case studies" in *Complete Psychological works*, standard edition, James Strachey, editor, 1893.
- Gouldings. "Redecision, some examples". *Transactional Analysis Journal*, vol 8-2, pp. 132-135.
- Levin, P. *Becoming the way we are, a transactional guide to personal development*, 1974.
- Levin-Landheer, P. *Cycles of power, a guidebook for the seven stages of life*. 1981.
- Levinson, D. *Seasons of a man's life*. Ballantine Books, 1978.
- Maxwell, J., & Falzett, W. *OK childing and parenting*. TA Institute of El Paso, 1974.
- Schiff, J., et al. *Cathexis reader*. Harper and Row, 1975.
- Storm, H. *Seven arrows*. Ballantine Books, 1973, p. 14.
- Stowe, H.B. *Uncle Tom's cabin*. Jewett, 1852.
- Rupertini, A. *Cycles of becoming, the planetary pattern of growth*. 1978, pp. 117-118.
- Wilhelm, R. *The I ching*. Bollingen Series, Princeton University Press. 1950.