



Pam Levin Landheer

EBMA 1984

Subject Area/Area of Contribution: Developmental Cycles

Work Cited: "The Cycle of Development," *TAJ*, 12(2), 129-139 (1982)

EL CICLO DEL DESARROLLO

Pam Levin Landheer

Traducción: Rubén Parra Tarín

Resumen

El crecimiento humano es un ciclo de desarrollo compuesto por etapas que comienzan en la infancia y se repiten a lo largo de la vida. Se describen las etapas de: ser, hacer, pensar, desarrollo de identidad, ser hábil, regeneración y reciclaje, junto con sus correspondientes estados del yo, pistas y síntomas para su identificación, y las transacciones clave que proveen una dieta de caricias óptima para un crecimiento sano. El ciclo del desarrollo es comparado y contrastado con otras teorías alternativas del desarrollo, y se considera importante debido a su utilidad como herramienta para anticipar y resolver los muchos aspectos transicionales de la vida.

Ciclos del Desarrollo

Topsy, era una chica esclava de cabello rizado que, en sus años de formación, se hizo famosa porque nadie la crió, ella «simplemente creció». Sin embargo, «creció» y se convirtió en una mujer competente y creativa que regresó a África para enseñar a los niños de su propio país. (Stowe, 1852). Eric Berne era un niño con ojos brillantes, que se crió con el apoyo de una familia, y se convirtió en un hombre de una estatura tan notable que su influencia aún no se ha medido. Topsy pasó de la niñez a la edad adulta capturando lo que podía, mientras que Eric Berne hizo la misma transición con una crianza considerable de sus padres, una educación y una formación rigurosa; sin embargo *ambos crecieron*.

Entonces, ¿cuál es el diseño fundamental común para el crecimiento de una Topsy y un Eric Berne? ¿Cuáles son los patrones de crecimiento compartidos, las formas primitivas que llevamos profundamente en nuestra memoria ancestral? Cuando borramos temporalmente nuestra raza y color, clase y origen, género y circunstancias, ¿qué procesos compartimos con todos los miembros de nuestra especie?

Al igual que las etapas de crecimiento en toda la naturaleza, los patrones de la vida adulta son cíclicos, estacionales, y se basan en una continuación de las etapas de crecimiento en la infancia. En el transcurso del tiempo volvemos a ciertos temas y asuntos vividos en nuestra niñez. Crecemos a través de los cambios físicos y emocionales típicos de cada etapa de la infancia, luego volvemos una y otra vez.

En la superficie, podríamos descartar estos episodios en la edad adulta, como nada más que una reversión temporal a la conducta infantil o pasar por alto la similitud de los temas. Sin embargo, cuando se toman como parte de una constelación de otras pistas físicas y conductuales a lo largo del tiempo, son indicios de nuestra necesidad de llevar a cabo las tareas de desarrollo asociadas con una etapa en particular.

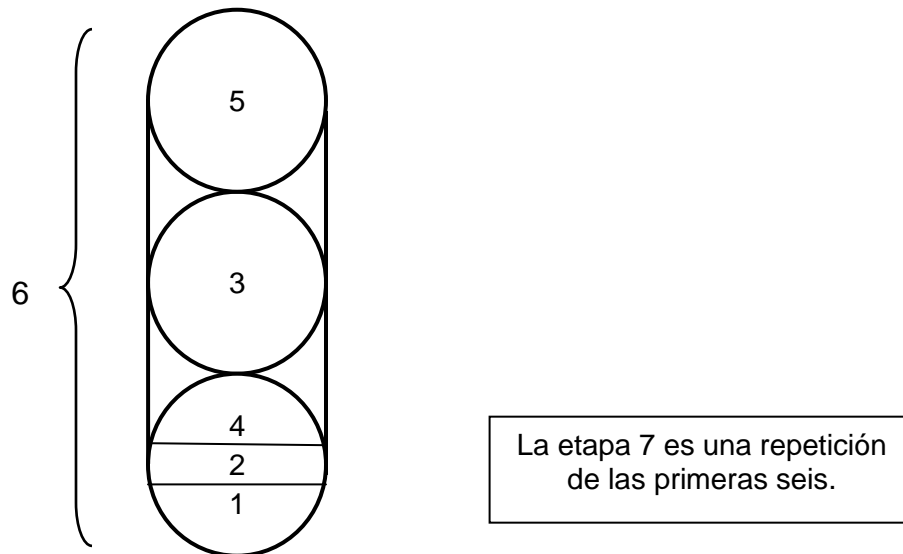
Cada etapa dentro de nuestro ciclo de vida es la plataforma sobre la cual, durante un día, un año o toda la vida, re-actuamos el teatro primordial de la vida. Cada una es un escenario de acción durante el cual respondemos a ciertas necesidades específicas, usando métodos y técnicas que pueden ser satisfactorias o no. Experimentamos conflictos, lidiamos con problemas, y (con suerte) desarrollamos los recursos internos que nos llevarán a la siguiente etapa con éxito.

Crecer en cada etapa de la niñez o en la edad adulta es una oportunidad. Podemos usar ese tiempo para desarrollar una parte de nuestro poder o habilidad como seres humanos. Las etapas y los poderes que podemos desarrollar en cada una son:

1. Etapa uno El poder de Ser
2. Etapa dos El poder de Hacer
3. Etapa tres El poder de Pensar
4. Etapa cuatro El poder de la Identidad
5. Etapa cinco El poder de ser hábil
6. Etapa seis El poder de regeneración
7. Etapa siete El poder de Reciclar

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

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



Habiendo establecido esta base, entramos en una séptima etapa, o etapa adulta. Aquí continuamos reciclando mediante las primeras seis etapas, realizando en niveles más sofisticados las mismas tareas de desarrollo como aquellas en la infancia. Durante esta fase adulta, desarrollamos nuestro personaje interno aún

más y representamos nuestra historia de vida. De este modo, en la etapa adulta, repetimos patrones de crecimiento establecidos durante la infancia, las etapas de desarrollo normales y nuestro plan de vida. (Cómo repetimos estas, se discute en la etapa siete.)

Ya sea que nuestra personalidad se haya formado en la infancia o enriquecido en la etapa adulta lo que ya está formado, necesitamos ciertos intercambios fundamentales en las relaciones con los demás para la seguridad, la confianza y la estimulación necesaria para llevar a cabo las tareas que se requieren. Estas transacciones clave son específicas para cada etapa. Ellas proporcionan los nutrientes esenciales para un crecimiento saludable, así como los aminoácidos proporcionan los nutrientes esenciales para el crecimiento de las células del cuerpo.

A continuación hay una descripción de cada etapa, su estado del yo correspondiente, el poder que desarrollamos mediante las tareas asociadas y las transacciones fundamentales que nutren el crecimiento.

LAS ETAPAS

Etapa Uno: El Poder de SER (Niño Natural)

Las necesidades orales (ser cuidado, alimentado y tocado) nunca desaparecen, sino que se repiten periódicamente durante toda la vida. Al igual que un bebé en los primeros seis meses de vida, cuando desarrollamos por primera vez nuestro Niño Natural, volvemos a entrar en esta etapa cuando necesitamos desarrollar nuestro Poder de Ser. Dejamos de hacer cosas, dejamos de pensar y simplemente existimos. Durante este tiempo, es posible que deseemos comer con frecuencia y dormir por periodos de tiempo más largos. Es posible que experimentemos sensibilidad en la boca, que tengamos dificultades para pensar y que no tengamos la capacidad de concentrarnos. Buscamos reconocimiento por quienes somos más que por lo que hacemos. Queremos ser tocados y nutridos, que sea reconocida nuestra existencia, no nuestros actos o logros. A menudo queremos dejar de pensar o hacer cosas por un tiempo y hacer que alguien más se haga cargo. Queremos estar físicamente cerca de otra persona y desarrollar o renovar un vínculo amoroso, sensual e intensamente emocional.

Una mujer de negocios extrovertida, exitosa y sociable, de 52 años, describió su experiencia en la Etapa Uno de esta manera: «Estoy delegando mis

responsabilidades a otras personas tanto como puedo. Para mí, justo ahora, se ha ido el placer de andar en fiestas y viajando. Estoy teniendo un tiempo *tranquila* en casa con mi esposo durante los próximos meses. No quiero tener que pensar en nada si lo puedo arreglar. Es mi momento de hibernar.»

Pistas Comunes: El regreso a la Etapa Uno se caracteriza por declaraciones tales como: «Me he quedado sin combustible emocionalmente. Necesito llenar mi tanque nuevamente», «Traigo bajas las pilas, necesito recargarlas» o «Parece que no puedo evitar que mi mano se vaya a la boca» o «Mi boca es muy sensible» o «Me duelen las encías». Los temas relacionados con la dependencia y el suministro están en primer plano. Por ejemplo, podemos sentir una sensación de impotencia y preocuparnos por si podemos confiar en los demás o no. Podemos cuestionar nuestra propia suficiencia, inseguros de si somos capaces de encontrar satisfacción, o sensualidad, o vitalidad. Nuestra pregunta es: «¿Tenemos suficiente (comida, dinero, amor, o sexo) para abastecer y mantener nuestra existencia?» En nuestros sueños, nuestro énfasis está en los sentimientos y sensaciones. Las imágenes de los sueños tienden a ser brumosas y borrosas, a menudo con formas vagas e irreconocibles en las sombras de la luz y la sombra.

La Etapa Uno es importante para las personas:

- Durante los primeros seis meses de vida.
- Cuando estamos cansados, heridos, vulnerables, enfermos o bajo estrés.
- Durante periodos de cambios rápidos o de crecimiento.
- Al sufrir una pérdida personal.
- Al cuidar a un bebé o cuando está embarazada.
- En el comienzo de un proceso (un nuevo trabajo nuevo o relación)

Transacciones Clave: Una dieta nutritiva de caricias durante la Etapa Uno incluye un contacto físico cálido, íntimo, placentero y mensajes que dicen: «Tienes derecho a estar aquí», «Tus necesidades están bien conmigo» «Me alegro de que seas (niño o niña)» «Me gusta estar cerca de ti, abrazarte», «No tienes que darte prisa, puedes tomarte tu tiempo». Tenemos que decidir que está bien que estemos aquí, que nos nutran, que nos toquen y nos cuiden.

En este momento somos como una semilla recién plantada: Nuestro nuevo crecimiento está oculto bajo tierra y no se ve. La Etapa Uno es un momento para reunir fuerzas, generar energía para alcanzar la masa crítica que finalmente dará origen a la acción. Hacer las cosas ahora es disiparse. En cambio. Es hora de asimilar.

Etapa Dos: El Poder de HACER (Pequeño Profesor)

La necesidad de explorar el mundo y alimentar nuestros sentidos a través de la acción directa continúa a lo largo de nuestra vida. Como un niño que empieza a caminar, entre los seis y dieciocho meses de edad cuando desarrollamos por primera vez nuestro Pequeño Profesor, volvemos a una fase de intensa curiosidad para desarrollar nuestro Poder de Hacer. No podemos esperar a ver como es el mundo. Queremos levantarnos e irnos, movernos, oler, saborear, tocar, ver, ¡explorar! Queremos una variedad de estímulos, porque el mundo parece nuevo y necesitamos desarrollar nuestra consciencia sensorial al hacer, en lugar de pensar en ello. Queremos seguir nuestros propios impulsos sin restricciones. Estamos encontrando un nuevo equilibrio, poniendo nuestros pies en el suelo de una manera diferente.

Un médico interino dijo: «He estado en la escuela desde que tenía cinco años y ya tengo casi 28. He estado demasiado confinado. No sé cómo es el resto del mundo. Estoy posponiendo mi decisión sobre mi especialidad o una residencia. Me voy a ir de excursión a México, Australia, Nueva Zelanda, Japón, el Tíbet y Suiza. Necesito saber qué hay en el mundo antes de determinar cómo quiero encajar en él».

Pistas Comunes: «Ahora tengo un lapso de atención corto» «No quiero tener metas por un tiempo» son expresiones típicas de la Etapa Dos cuando los temas relacionados con el *Hacer* son prominentes. Por ejemplo, podemos preocuparnos por cuándo iniciar y cuándo estar inactivos. Es posible que experimentemos conflictos acerca de si debemos dirigirnos a un objetivo o no tener metas. Nuestra capacidad de movilidad es de suma importancia; tanto que podemos tener miedo a la inmovilidad. Mostramos mucha curiosidad e intuición. Desarrollamos nuevas motivaciones para vivir. Buscamos el placer, evitamos el dolor y sobre todo disfrutamos de actividades que involucran variedad, movimiento y arraigo, como caminar en un lugar nuevo. Nuestros sueños pueden contener temas de movimiento, actividad y experiencia sensorial.

La Etapa Dos es importante para las personas:

- Entre los seis y dieciocho meses de edad.
- Después de ser alimentados por un tiempo.
- En cualquier nuevo ambiente físico.
- Como parte de un proceso creativo.
- Para aprender una nueva habilidad sensorial, como música o un idioma.
- Como prelude para establecer un nuevo nivel de independencia.
- Cuando cuidan a un niño que empieza a caminar.

Transacciones Clave: Una dieta nutritiva de caricias durante la Etapa Dos incluye un suministro continuo de afecto físico, especialmente con aquellos con quienes estamos emocionalmente unidos (amante, pareja, padres, terapeuta). También necesitamos otros mensajes que digan: «Puedes ser curioso e intuitivo» «Está bien que inicies», «Está bien explorar y experimentar», «Puedes hacer cosas y obtener apoyo al mismo tiempo», «Puedes obtener atención y aprobación y seguir actuando de la manera que realmente te sientes».

En la Etapa Dos, somos como una semilla que le acaba de salir un nuevo brote. Nuestra energía está brotando de nuevo, y podemos ver un nuevo crecimiento casi a diario. Esta etapa es un tiempo para la acción; un tiempo para buscar aunque no sepamos de antemano lo que estamos buscando. Al buscar saber lo que aún no entendemos, encontramos nuestro camino. Necesitamos decidir que está bien para nosotros mudarnos al mundo, explorar, alimentar nuestros sentidos y aún así recibir apoyo.

Etapa Tres: El Poder de PENSAR (Estado del yo Adulto)

En la Etapa Tres, como un niño de entre dieciocho meses y tres años de edad, cuando el estado del yo Adulto se está formando por primera vez, necesitamos establecer un nuevo sentido de independencia, individualidad y separación. Queremos crear nuestro propio espacio, aparte de los demás. Queremos ser diferentes, únicos. Necesitamos crear una posición separada y, por lo tanto, podemos volvernos rebeldes. Nuestros lemas favoritos serán “No” y “No lo haré”. Ponemos a prueba la realidad y presionamos a los demás mientras desarrollamos cada nuevo nivel de pensamiento. Podemos preocuparnos por descubrir y establecer «¿Qué tan importante soy?» Queremos encontrar los límites en nosotros mismos y en las situaciones. Podemos expresar una intensa negatividad y ambivalencia. Nos preocupa saber qué tanto control tenemos sobre nosotros mismos o una situación o relación. Queremos lo que es «mío» aparte de lo «tuyo» o «suyo». Podemos invitar a otros a pensar por nosotros y luego sentirnos furiosos si lo hacen, a medida que aprendemos nuevos niveles de habilidad conceptual y desarrollamos nuevas áreas de pensamiento.

Un hombre de veintiocho años que había trabajado bien para una empresa de computadoras desde su graduación en la universidad, dijo: «Este trabajo era perfecto para mí en ese entonces, pero ahora no me puedo imaginar quedándome aquí. No hay espacio para ser yo; solo hay las reglas de la compañía, las políticas de la compañía y sus tradiciones sagradas. No quiero encajar en su molde. Estoy pensando que lo intentaré por mi cuenta».

Pistas Comunes: Afirmaciones como «Me siento enojado. No estoy enojado por nada en particular, estoy enojado por todo en general» o «Esto es mío» son características de esta etapa. Son comunes los temas relacionados con la separación, la responsabilidad y el pensamiento, especialmente la resistencia, la contrariedad, el olvido, el descuento/contabilidad, la obstinación, el posponer y la codicia. Los sueños a menudo implican estar atrapado, sin poder liberarse para llegar a ninguna parte.

La Etapa Tres es importante para las personas:

- De un año y medio a tres años de edad.
- Al salir de una relación de dependencia (con un amante, cónyuge, mentor, amigo)
- Al aprender nueva información.
- Al desarrollar un nuevo puesto personal o tomar una posición.
- Al cambiar de acuerdos.
- Al ser padres de un niño que empieza a caminar.

Transacciones Clave: En el proceso de separación, necesitamos escuchar mensajes que afirmen que: «Puedes decir a la gente cuando te sientes enojado», «Me alegra que estés creciendo», «Puedes pensar por ti mismo», «No tienes que ser inseguro, puedes estar seguro de lo que necesitas», «Puedes pensar en tus sentimientos, y puedes sentir lo que piensas».

Este es un tiempo para lo que es individual: una flor, una hoja o una rama como ninguna otra. Ahora, con todas nuestras fuerzas, nos esforzamos por decir no solo «Yo soy yo». Tenemos que decidir que está bien presionar y probar, encontrar los límites, decir «no» y separarnos.

Etapa Cuatro: El poder de IDENTIDAD (Niño Súpernatural) ¹

Al igual que un niño de entre tres y seis años de edad, cuando formamos por primera vez nuestro Niño Súpernatural¹ (brujo, secuestrador u ogro), desarrollamos y actualizamos periódicamente nuestra identidad. Queremos descubrir de nuevo quiénes somos y qué significa ser del sexo al que pertenecemos. Experimentamos con las relaciones sociales y nos preocupamos por el poder. Necesitamos separar la fantasía de la realidad. Como tirar una piedra

¹ He cambiado el nombre de este aspecto de la personalidad, porque mientras bruja, ogro o secuestrador se refieren a la función patológica, el Niño Súper Natural se refiere a esta parte como superior al Niño Natural, y también muestra el interés en la característica mágica de esta etapa.

en el agua para ver hasta dónde van las ondas, probamos las consecuencias de nuestro propio comportamiento y ejercemos nuestro poder para descubrir lo que pasa.

Durante la Etapa Cuatro nos fascinamos nuevamente con nuestra capacidad para afectar a otras personas. Podemos establecer desacuerdos, o experimentar deseos de robar en las tiendas, o repetir falsos rumores como si fueran hechos conocidos. Queremos encontrar un nuevo significado en ser hombre o mujer. Tal vez digamos «Ya no sé quien soy» o hacer cosas solo para ver qué sucede. Queremos cambiar toda nuestra organización interna. Para hacerlo eso, podemos requerir un «tiempo fuera» para dismantelar la identidad anterior y sentar las bases para la nueva.

Una enfermera de unos cincuenta años, que había trabajado para mantener a sus hijos, se encontró inmersa en un cambio de identidad. Dijo: «Mis hijos ya crecieron y estoy pensando en mi jubilación. Los últimos años han sido emocionantes porque he estado descubriendo lo que soy además de una súper mamá o una hacedora. Como resultado, estoy encantada de vender mi casa y regalar 30 años de alboroto».

Pistas Comunes: Desarrollar una nueva identidad plantea cuestiones relacionadas con el poder y el género; potencia e impotencia, fantasía y realidad, creatividad y destrucción, enfermar y sanar, estar cuerdo o loco, lo mágico, ser hombre o mujer, formas de canalizar impulsos.

La Etapa Cuatro es importante para las personas:

- Entre los tres y los seis años de edad,
- Después de renegociar un contrato social,
- Cuando se lleva a cabo un nuevo rol,
- Al buscar una nueva relación con la familia, el trabajo o la cultura.
- Cuando cuida niños en edad preescolar.

Transacciones Clave: Al crear una nueva identidad necesitamos mensajes que dicen: «No tienes que actuar de forma escalofriante o enferma, triste o enojada, para que te cuiden», «Puedes ser poderoso y aun así tener necesidades», «Está bien que explores quién eres. Es importante que descubras lo que eres», «Está bien imaginar cosas sin tener miedo de que las hagas realidad», «Está bien saber las consecuencias de tu propia conducta».

Así como una planta crece en relación con su propio tronco y al mismo tiempo ayuda a crearlo, así nosotros descubrimos que al conocer a los demás nos encontramos a nosotros mismos. Necesitamos decidir que está bien tener nuestra propia visión del mundo, ser lo que somos y poner a prueba nuestro poder.

Etapa Cinco: El poder de SER HÁBIL (Estado del yo Padre)

Como un niño o niña de entre seis y los doce años de edad, cuando formamos por primera vez nuestro estado del yo Padre, necesitamos desarrollar periódicamente nuevas herramientas, aprender habilidades, y decidir sobre valores que sean consistentes con nuestros objetivos. Para hacer esto, discutimos y nos molestamos con la moral y los métodos de los demás, a menudo queriendo hacer las cosas a nuestra manera y no a la de nadie más. Necesitamos experimentar con diferentes formas de hacer las cosas, de cometer errores. De esta manera descubrimos qué funciona y podemos armar las piezas de una manera que diseñamos para que funcione para nosotros.

Ya sea formando nuevas estructuras Padre o actualizando las viejas estructuras, discrepamos activamente con los métodos de los demás. Nos equivocamos en sus formas como parte temporal del proceso. Podemos volvernos torpes y cometer errores mientras experimentamos para descubrir qué funciona. Intentamos nuevos roles sociales cuando dejamos atrás los viejos y podemos sentirnos desgarrados y torpes. Buscamos contactos de personas fuera de nuestro círculo habitual de familiares o amigos para descubrir cómo hacen las cosas los demás, especialmente si son de nuestro propio género o forman parte de nuestro grupo de iguales.

Un hombre de unos sesenta años dijo: «Mi nieto y mi hijo tienen mucho en común conmigo. Mi nieto tiene ocho años, está aprendiendo a jugar beisbol, cómo llevarse bien con otros niños y a hacer la tarea. A sus treinta años, mi hijo está aprendiendo a trabajar como ingeniero y a ser un padre. Y yo estoy aprendiendo como ser un retirado. Esto no es fácil, le puse demasiado valor al trabajo. Estoy contento de haber recibido a mi nieto. Ser su abuelo le da mucho sentido a mi vida y realmente lo necesito en este momento.»

Pistas Comunes: Aprender nuevas habilidades nos plantea cuestiones sobre cómo hacer las cosas y qué valores están bien. La estructuración del tiempo, el contacto con el grupo de iguales o la presión del grupo, y las relaciones del mismo sexo son temas principales. Aquí nos interesa definir la realidad, negociar, tratar con la autoridad, debatir y juzgar, y las habilidades apropiadas para nuestro género.

La Etapa Cinco es importante para las personas:

- Entre seis y doce años de edad,.
- Después de actualizar nuestra identidad,
- Al aprender nuevas habilidades,
- Al cambiar las culturas,
- Al ser padres de un niño de entre seis y doce años.

Transacciones Clave: En la etapa cinco necesitamos mensajes que digan: «Está bien aprender cómo hacer las cosas a tu manera, tener tu propia ética y métodos», «No tienes que sufrir para obtener lo que necesitas», «Puedes hacerlo a tu manera», «Puedes pensar antes de hacer eso a tu manera», «Está bien no estar de acuerdo», «Confía en tus sentimientos, ellos te guiarán».

Las oportunidades de la vida se despliegan para aquellos que crean el camino. Haciendo las cosas a nuestra manera, las hacemos tan naturalmente como una hoja girando hacia el sol. De esta manera, nosotros también abrimos las posibilidades de la vida ante nosotros y buscamos formas de asegurar nuestra supervivencia. En la Etapa Cinco, tenemos que decidir que está bien aprender a hacer las cosas a nuestra manera y tener nuestra propia ética y métodos.

Etapa Seis: El Poder de REGENERARSE (Unificación de los Estados del Yo)

Como un adolescente de entre trece y dieciocho años de edad, cuando por primera vez empezamos a unificar nuestros estados del yo, pasamos por fases adultas cuando nos preocupamos por el sexo y con las personas como seres sexuales. Podemos experimentar cambios corporales turbulentos, especialmente en los niveles de energía. Queremos experimentar con nuevas maneras de ser sexuales. Desarrollamos una filosofía personal y buscamos un lugar nuevo en el mundo de los adultos.

Como adultos que regresando a la etapa seis, podemos encontrar un lugar para pasar el rato, como una cafetería o una fuente de sodas. Podemos sentirnos ingenuos y virginales de nuevo a pesar de haber sido activamente sexuales durante años. Incluso podemos decir que necesitamos dejar de tener relaciones sexuales como parte de un proceso de reorganización, o que estamos irritados por las limitaciones de una relación monógama porque queremos volver al terreno de juego y experimentar con nuevas personas o situaciones nuevas. Necesitamos integrar nuestra necesidad de actividad sexual con las necesidades de todas las demás etapas. Para hacer eso, desarrollamos nuestra propia filosofía personal.

Esto no solo ayuda a nuestro proceso de integración, sino que también se convierte en la posición desde la cual nos relacionamos con el mundo de una manera nueva y adulta. Finalmente salimos de nuestras relaciones de mentores y somos libres de hacerlo en el mundo por nuestra cuenta.

Como padres de dos adolescentes, una pareja de cuarenta y tantos años, lidiaba con los cambios que cada uno quería hacer. «Como su esposa, he sido muy complaciente durante todos estos años. Ahora quiero que él reconozca que yo 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 esposo informó: «Es posible que sea el padre de hijos casi adultos, pero aún soy un hombre activo, vital y vigoroso. Quiero que ella se enamore nuevamente de mí. Soy un hombre maduro y eso es excitante y sexual. Quiero usar las energías que tengo mientras todavía las tengo».

Pistas Comunes: Un brote de acné, sueños de 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 en la Etapa Seis. Además, los temas tempranos regresan en episodios cortos. Finalmente, se abandona la necesidad de crianza (o tutoría) y se alcanza un nuevo nivel de madurez.

La Etapa Seis es importante para las personas:

- Entre los trece y los dieciocho años de edad,
- Después de desarrollar una nueva moral o habilidades,.
- Cuando se preparan para dejar una relación, trabajo, hogar, localidad,
- Al finalizar cualquier proceso.
- Cuando son padres de adolescentes.

Transacciones Clave: Cuando se regresa a la etapa seis, necesitamos escuchar mensajes que digan: «Está bien ser responsable de tus necesidades, sentimientos y conductas. Puedes ser una persona sexual y aún así tener necesidades», «Está bien estar por tu cuenta», «Mi amor va contigo», «Puedes venir a casa otra vez».

A medida que aceptamos y usamos nuestra propia madurez, comienza un nuevo crecimiento, nutrido por lo que ha venido antes. De esta manera, el ciclo se repite. En la Etapa Seis tenemos que decidir que está bien ser sexual, está bien tener un lugar entre los adultos y tener éxito.

Etapas Siete: El Poder de RECICLARSE

Entrando en la edad adulta cerca de los diecinueve años de edad, hemos completado un círculo de desarrollo. Nuestra personalidad ya está formada y no se le añadirán nuevos componentes. Esta es una nueva situación; nunca hemos estado aquí antes. Podemos estar inciertos e inseguros, sin saber si las reglas son las mismas o si el terreno es suave o difícil. Necesitamos compañeros, personas a quienes podamos unirnos emocionalmente para obtener apoyo en nuestro nuevo ciclo de crecimiento. Necesitamos ir despacio, seguir nuestro camino y aprender simplemente a estar vivos en esta nueva situación, reuniendo fuerzas para los días venideros. Somos de nuevo como bebés, en el sentido de que somos nuevos en el mundo. Cada repetición tiene su propia cualidad, al igual que cada verano es diferente de otro y cada cosecha es diferente de la anterior. A medida que maduramos, avanzamos y nos perfeccionamos naturalmente, al igual que nuestra percepción de las etapas. Cada comienzo del ciclo es un importante punto de inflexión. A veces, incluso toman el carácter de una crisis de vida tan intensa que estamos confundidos acerca de si estamos teniendo un brote de guión o un brote de desarrollo normal.

Un hombre de poco más de cincuenta años experimentó esta confusión. «Desarrollé un caso severo de insatisfacción. Estaba inquieto, no podía dormir, dejé de tener ganas de vivir. Sabía que se estaba gestando un gran cambio. (Etapas Uno:) Por un rato soñé despierto. Durante un tiempo libre me di cuenta que ya no me gustaba estar donde estaba. Quería barajear el mazo por completo y ocuparme de una nueva situación. (Etapas Dos:) Me encantaba que mis amigos me trajeran fotos de personas haciendo cosas diferentes y viviendo en lugares remotos. Algunos de ellos me ayudaron a organizar viajes y entrevistas de trabajo. (Etapas Tres:) Cuando tuve claro que estaba cansado de trabajar con la cabeza y deseaba trabajar con mis manos, tuve que tomar una postura. En un fin de semana con mis amigos me enamoré de esta antigua granja. (Etapas Cuatro:) Esa fue una crisis de identidad. ¿Yo, un granjero, «el cerebritito», el intelectual? (Etapas Cinco:) Enseguida, ideamos como hacerla trabajar instalando un negocio de reparación de muebles en el granero y dando clases a tiempo parcial en la universidad. (Etapas Seis:) Así que volví a empezar desde el principio, analicé bien la situación, hice mis apuestas, hice una gran fiesta de despedida y me mude allí.»

Reciclar en la edad adulta adquiere un ritmo y un carácter individual. Una vez que nuestro patrón básico se forma en la infancia, podemos desencadenar el reciclaje de ciertas etapas mediante eventos externos. Como padres, por ejemplo, volvemos a las etapas de desarrollo en las que nuestros hijos crecen actualmente. Como terapeutas, podemos regresar a las etapas de desarrollo de los clientes.

En la edad adulta también podemos desempeñar diferentes roles a medida que reciclamos. En algún momento podemos ser niños, luego padres, clientes o terapeutas, víctimas, perseguidores, perdedores o ganadores. Durante una repetición podemos, como Topsy, crecer con poca orientación, mientras que en la siguiente nos encontramos un mentor o un programa para fomentar nuestro crecimiento. Por ejemplo, las edades que son múltiplos de trece parecen tener una gran importancia para la Etapa Uno. Por lo tanto, una persona de veintiséis y una de cincuenta y dos tienen en común la misma etapa y tareas de desarrollo. Un joven de veintiséis años puede usar este tiempo en la Etapa Uno para crear un estrecho vínculo emocional al casarse; el de cincuenta y dos años puede decidir disponer de un tiempo libre de trabajo y obligaciones sociales máximo, para reflexionar sobre la vida y descubrir un nuevo significado para mantenerse cerca de amigos y familiares.

Este reloj de tiempo de desarrollo se ilustra a continuación, utilizando como ejemplo a una persona de 72 años de edad. (Figura 1.)

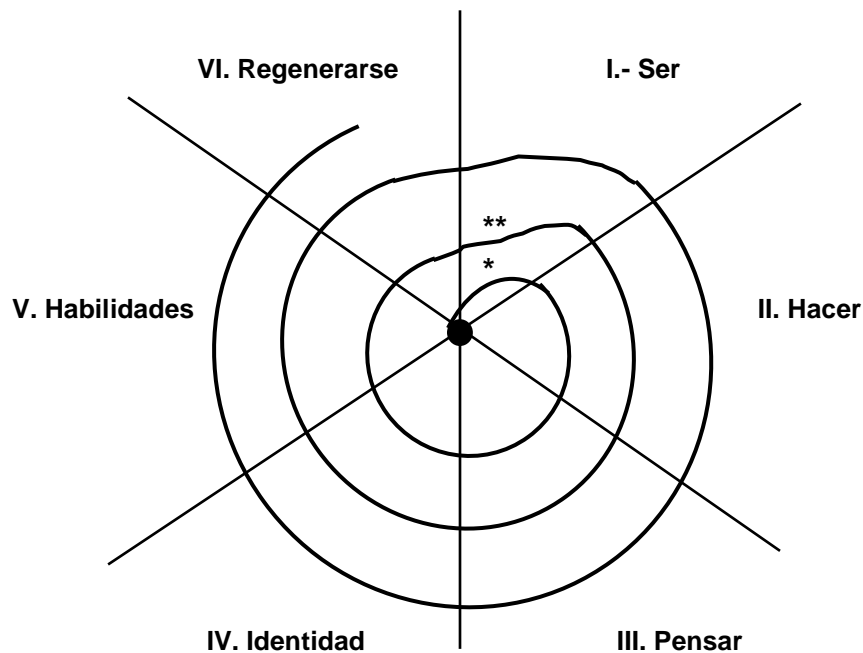


Figura 1
Fases Principales de un Individuo
Reloj de Tiempo del Desarrollo

* Fin de la adolescencia.
 ** Fin del segundo ciclo principal, a menudo llamado «crisis de los cincuenta»; Berne se refería a ella como «las protestas, con frecuencia extravagantes, de la mediana edad»

Además de las profundas influencias del reloj de tiempo del desarrollo, una persona adulta también puede lidiar con el menor impacto de varias otras etapas en un momento dado. Estas etapas influyen, pero no anulan la necesidad de completar las tareas de la etapa actual del reloj de tiempo del desarrollo.

El ciclismo a través de estas etapas secundarias puede desencadenarse por circunstancias externas o por decisión del individuo. Las influencias externas como regresar de un viaje largo, conocer a su compañero de vida o incluso entrar en una fiesta pueden desencadenar un breve retorno a la Etapa Uno, mientras que la decisión de divorciarse, tomar un nuevo trabajo o mudarse a un nuevo hogar son decisiones personales para finalizar un ciclo y comenzar otro.

Nuestro desarrollo en esta séptima etapa es asistido por los mismos mensajes que ayudaron a nuestro progreso anterior. No es como si, una vez que los recibimos, de alguna manera los hubiéramos aceptado para siempre; como si después de haber comido una comida perfecta, no volviéramos a comer nunca. Necesitamos decidir continuar obteniendo lo que necesitamos cuando experimentamos los síntomas normales de nuestras etapas, para llevar a cabo las tareas en el siguiente nivel y aprender las nuevas lecciones.

Cualquiera que sea nuestra función, edad o circunstancia, el ciclo de desarrollo es el anillo del poder dentro del cual podemos crecer y cosechar los frutos de la vida. Damos a luz los frutos de la vida dentro del ciclo de etapas repetitivas así como damos a luz a los hijos dentro del ciclo de la reproducción. A través del círculo, símbolo de unidad e integridad nosotros «llegamos de nuevo al lugar donde empezamos y conocemos el lugar por primera vez» (T. S. Eliot).

* * * * *

Para descubrir este patrón del desarrollo humano común a todos, comencé un estudio informal en 1970. Utilizando un método clínicamente intuitivo, como el de los científicos conductistas, empecé a familiarizarme con el proceso de desarrollo de unas quinientas personas con edades comprendidas desde recién nacidos hasta personas de setenta y dos años. También observé a los bebés y participé en su cuidado. Entrevisté a niños mayores y adultos. Aproximadamente doscientas de éstas personas hicieron contratos de cambio tanto en sesiones individuales como de grupo, en las cuales participaron un promedio de seis meses (con un rango de tres meses a dos años). Para mantener una perspectiva fresca, en aquel momento decidí deliberadamente no utilizar otras teorías del desarrollo al mismo tiempo.

En una segunda fase del estudio, viví en una zona rural montañosa en un área bastante virgen en la que apenas habían penetrado muy pocos aspectos de la tecnología moderna. Aquí, observe y participe en un tipo de vida y cultura en la que la salud y el bienestar dependían de los patrones de la naturaleza, donde la vigilia y el sueño se regían por los ciclos del sol y la luna y por el cambio de las estaciones. Al notar los temas relacionados en diferentes personas, por curiosidad comencé a hacer preguntas y descubrí patrones similares en las mismas edades. A través de estudios acerca del pensamiento Oriental y los Nativos Americanos, sobre los patrones de la naturaleza y la auto reflexión, comencé a ver el proceso cíclico del crecimiento en la vida de los adultos y su relación con las bases de la infancia. Trabajando primero en un entorno clínico y luego en una cultura cercana a la tierra, empecé a comprender los tiempos de las repeticiones y las tareas que son apropiadas para ellos.

La idea de que nuestro crecimiento es un ciclo no es nueva. La cultura Nativo Americana ha reconocido durante mucho tiempo el Círculo de la Rueda de la Medicina (*Medicine Wheel Circle*) como una forma de entender el universo y la vida de cada persona en él. «Este gran círculo», dice Hyemeyohst Storm en *Las Siete Flechas* (*Seven Arrows*, 1973), «es la posada de nuestros cuerpos, nuestra mente y nuestros corazones. Es el ciclo de todas las cosas que existen. Él círculo es nuestra manera de tocar y experimentar la armonía con cualquier cosa viviente a nuestro alrededor.»

La división del ciclo en siete períodos tampoco es nueva. Hay contrapartes en todas las religiones; en las antiguas doctrinas Egipcia y Persa, en la Cábala y en el Taoísmo. Platón hablaba 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) lo describe así:

«La idea del retorno se basa en el curso de la naturaleza. El movimiento es cíclico y él curso se completa a sí mismo. Por lo tanto, no es necesario apresurar nada artificialmente. Todo viene en sí mismo en el momento indicado. Este es el significado del cielo y la Tierra.

Todos los movimientos se realizan en seis etapas y el séptimo trae el retorno. Así, el solsticio de invierno, con el cual comienza el declive del año, llega 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, ha imitado la tecnología moderna. Nuestras fábricas crean productos a través de procesos lineales paso a paso que han industrializado el mundo. Del mismo modo, hemos llegado a ver el crecimiento

de las personas como el de los productos, regidos por las leyes de la tecnología en lugar de las de la naturaleza.

Sigmund Freud (1893), consideraba la edad adulta como un momento en el que se volvían a representar los conflictos tempranos inconscientes. Aunque reconoció patrones repetitivos en sus pacientes, los enfatizó como parte de una «compulsión de repetición» o una necesidad imperiosa de repetir experiencias negativas.

Eric Erikson (1950,1968) fue un pionero en el campo del desarrollo adulto que teorizó que cada etapa de crecimiento a lo largo de la vida contenía sus propios conflictos, los cuales requerían un dominio exitoso para motivar la progresión a las etapas siguientes. Aunque mostró cómo cada etapa utilizó las anteriores como base, aún presentó un modelo lineal en el cual el desarrollo anterior es un bloque de construcción para el siguiente. Sin duda, Eric Berne se vio considerablemente influido por esta visión de su analista.

Berne (1970) sostuvo que las ilusiones de la infancia se disuelven una a una, dando lugar a las diversas crisis de la vida descritas por Erikson: «...entre ellas la reevaluación adolescente de los padres, las protestas, a menudo extravagantes, de la mediana edad; y el surgimiento de la filosofía después de esto». Reconoció, sin embargo, que los procesos que se desarrollan en la infancia permanecen activos durante toda la vida. Al definir la actividad continua de los estados del yo de la infancia en la adultez como algo normal, también restauró su dignidad.

Otros seguidores de Berne han tomado nota de un proceso de desarrollo. Jacqui Schiff (1975), en colaboración con otros, utilizó un marco de desarrollo de nueve etapas de la infancia los cuales fueron temas importantes en el tratamiento de sus clientes adultos. Fanita English (1978) se refiere a una base del desarrollo para siete subsistemas dentro del Niño, todos los cuales tienen potencial para operar en el «ahora» y que pueden ser catectizados al igual que los estados del yo. Jean Maxwell y Bill Falzett (1974) señalaron las etapas que involucran a padres e hijos. En mi libro de 1974, *Becoming the Way We Are [Convirtiéndonos tal cómo somos]*, presenté unas etapas del desarrollo que corresponden a los estados del yo delineados por Berne y los patrones de conexión que eran comunes a la infancia y la adultez.

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

(sic) vida, forman el factor básico alrededor del cual se desarrolla la personalidad». Agregaron que los teóricos posteriores enfatizaron varias tareas de desarrollo que son definibles en términos de las relaciones sociales de la persona en cada etapa.

En 1978, Daniel Levinson publicó *Seasons of a Man's life*, [*Estaciones de la vida del hombre*], su informe de un estudio longitudinal de diez años, sobre el desarrollo de los hombres en la mediana edad. Popularizado por Gail Sheehy en *Passages (1979) [Pasajes]*, el modelo de Levinson procedía de forma lineal, pero su uso de las estaciones como imagen implicó un patrón que repetimos a intervalos regulares.

De hecho, podría parecer que un viaje que comienza en el punto A (nacimiento) y llega hasta el punto Z (muerte) procede a lo largo de una línea recta. La falacia de tal conclusión se demostró cuando el viaje de Fernando de Magallanes alentó una visión del mundo más redondeada. De manera similar, podemos deducir erróneamente que nuestro progreso a lo largo de la vida ocurre en línea recta, sin advertir, a pesar de algunas similitudes de paisaje, que cuanto más crecemos desde nuestro punto de partida, más nos acercamos a él.

Considerar nuestras vidas como cíclicas en lugar de lineales es permitirnos experimentar una condición diferente a la que hemos sido entrenados para aceptar. Un patrón cíclico puede ser ajeno a nuestro intelecto, pero es básico para nuestra naturaleza.

La importancia de este ciclo de desarrollo radica en su aplicación, ya que podemos usarlo para desarrollar nuestro poder en todas las fases de nuestra vida. Las personas pueden comprender los problemas del crecimiento personal y, por lo tanto, traducir las limitaciones del guión en opciones para una acción eficaz. Las parejas lo utilizan para resolver conflictos y comenzar a apoyar sus diferentes etapas de desarrollo. Los padres lo emplean para satisfacer sus propias necesidades y las de sus hijos en desarrollo. Los maestros consideran que proporciona una base esencial para el aprendizaje en preescolar, primaria y secundaria, preparatoria, universidad y educación para adultos. Los pacientes con enfermedades físicas trabajan con él para descubrir y resolver la base del desarrollo de los problemas físicos. Las organizaciones lo utilizan como un marco para las necesidades comunes a todos los miembros de su grupo. Los terapeutas le encuentran valor al usarlo como una estructura para el proceso de cambio.

Un rango de aplicación tan amplio es posible porque las mareas de cada vida en cada tiempo y lugar están conectadas al ciclo de desarrollo de la misma manera que las mareas oceánicas están conectadas al tirón de la luna. Poniendo

atención a las pistas normales de nuestro cuerpo y llevando a cabo las tareas asociadas con cada etapa, aprovechamos al máximo habilidades que se le otorgan a cada ser humano:

- *Existir*, vivir y ser
- *Actuar*, hacer cosas
- *Pensar*, usar lógica y conceptos
- Tener una *Identidad* y saber quiénes somos
- Desarrollar *Habilidades* a través de estructuras y valores
- *Regenerarse*, producir vida de nuevo, y
- *Reciclarse*, desarrollar efectividad en cada edad.

A través de la comprensión de este patrón básico de crecimiento, podemos relajarnos al saber que «no hay progreso constante sin relación en esta vida; no avanzamos a través de graduaciones fijadas y en la última hacemos una pausa... Sino que una vez que la atravesamos, trazamos la ronda nuevamente... ¿Dónde se encuentra el puerto final donde echaremos amarras?», (Melville, *Moby Dick*).

EL CICLO DEL DESARROLLO, SUS ETAPAS, PISTAS Y TAREAS

Etapa Uno: El Poder de SER, del nacimiento a los 6 meses

Pistas comunes: Querer comer con frecuencia, sensibilidad en la boca, dificultad para pensar, falta de concentración y querer depender de los demás.

Tareas de desarrollo: Reconocer quienes somos, ser cuidados, ser tocados, ser nutridos, ser sensuales y unirnos emocionalmente.

Etapa Dos: El Poder de HACER, de los 6 a los 18 meses

Pistas comunes: Querer una variedad de estimulación, querer ver, oír, probar, tocar, oler cosas nuevas y expandirse y explorar nuestro mundo.

Tareas de Desarrollo: Querer explorar el entorno sin tener que pensarlo y desarrollar una conciencia sensorial al hacerlo.

Etapa Tres: El Poder de PENSAR, de los 18 meses a los 3 años

Pistas Comunes: Querer ser diferente de los demás, desarrollar una posición separada, rebelarse y decir «No, no lo haré».

Tareas de Desarrollo: Poner a prueba la realidad, presionar a los demás, establecer la independencia, expresar negatividad y aprender a pensar.

Etapa Cuatro: El Poder de IDENTIDAD, de los 3 a los 6 años

Pistas comunes: Querer saber quiénes somos, preocupación por el poder y con las diferencias de género, experimentar con las relaciones sociales y las consecuencias de la conducta.

Tareas de Desarrollo: Separar la fantasía de la realidad, probar el reconocimiento de la realidad a través de las consecuencias y ejercer nuestro poder para impactar en las relaciones.

Etapa Cinco: El Poder de SER HÁBIL, de los 6 a los 12 años

Pistas comunes: Discutir y hostigar con la moral, los valores y los métodos de los demás y querer hacer las cosas a nuestra manera y no a la de nadie más.

Tareas de Desarrollo: Experimentar con diferentes formas de hacer las cosas, cometer errores para descubrir lo que funciona y discutir con los demás sobre cómo hacen ellos las cosas.

Etapa Seis: El Poder de la REGENERACIÓN, de los 13 a los 18 años

Pistas comunes: Preocupación por el sexo, con las personas como seres sexuales y cambios turbulentos en el cuerpo, especialmente cambios en las hormonas y el nivel de energía.

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

Etapa Siete: El Poder del RECICLAJE, inicia a los 19 años

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

Tareas de Desarrollo: Desarrollar y mantener las relaciones que necesitamos para obtener apoyo, reclamar nuestro poder en la vida adulta, actualizar y llevar a cabo nuestro plan de vida y resolver los problemas y desafíos de la vida.

Pamela Levin Landheer, CTM, está en la práctica privada en Ukiah y San Francisco.

Asistencia editorial de Mary Toren.

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?» *Transactional Analysis 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 McNeel, 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., & Falzatt, 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.