

[Publicat inițial în limba engleză în *Transactional Analysis Journal*.] Levin-Landheer, P. (1982). Ciclul dezvoltării. *Transactional Analysis Journal*, copyright © [AN] International Transactional Analysis Association, reprodus cu permisiunea Taylor & Francis Ltd, <https://www.tandfonline.com>, în numele International Transactional Analysis Association.

Levin-Landheer, P. (1982). The Cycle of Development, *Transactional Analysis Journal*, 12(2), 129 - 139

Ciclul Dezvoltării

Pam Levin-Landheer

Traducere de Magdalena Suslov

Abstract

Creșterea umană e un ciclu de dezvoltare compus din stadii care încep în copilărie și se repetă de-a lungul vieții. Stadiile - a fi, a face, a gândi, dezvoltarea identității, a fi priceput, regenerarea și reciclarea, sunt descrise împreună cu stările eului corespondente, cu indicii și simptome pentru identificare și cu tranzații cheie care oferă dieta optimă de stroke-uri pentru o creștere sănătoasă. Ciclul de dezvoltare e comparat și pus în contrast cu teorii alternative ale dezvoltării și e considerat ca fiind semnificativ datorită utilității lui ca instrument de anticipare și rezolvare a multor aspecte intermediare ale vieții.

Ciclurile de Dezvoltare

Topsy era o fetiță sclavă cu părul încâlcit care, în primii ei ani, a devenit cunoscută pentru că nimeni nu o creștea, ea „cleștea singură”. Însă „a clescut” devenind o femeie competentă și creativă care s-a întors în Africa pentru a-i educa pe copiii țării sale (Stowe, 1852). Eric Berne era un băiat cu ochi strălucitori care a devenit, cu ajutorul familiei, un om cu un statut remarcabil, a cărui influență e încă nemăsurată. Topsy a trecut prin copilărie până la maturitate cum a putut, în timp ce Eric Berne a făcut aceeași trecere având parte de sprijinul părinților, educație și o formare riguroasă, dar *amândoi au crescut*.

Care e, deci, modelul fundamental comun al creșterii atât a lui Topsy, cât și a lui Eric Berne? Care sunt tiparele colective de creștere, formele primitive pe care le purtăm adânc în memoria noastră ancestrală? Dacă eliminăm temporar rasa și culoarea, clasa și contextul, genul și circumstanțele, ce proces avem în comun toți membrii speciei noastre?

Ca și stadiile de creștere din întreaga natură, tiparele vieții adulte sunt ciclice, periodice și bazate pe continuarea stadiilor de creștere din copilărie. Ne întoarcem la anumite teme și probleme pe parcursul timpului. Creștem prin intermediul schimbărilor fizice și emoționale tipice fiecărui stadiu din copilărie și apoi reluăm totul de la capăt din nou și din nou.

La suprafață, am putea expedia aceste episoade ca nefiind altceva decât o revenire temporară a comportamentelor copilărești sau am putea trece cu vederea similaritățile dintre teme. Dar privite ca parte a unei constelații de indicii fizice și comportamentale manifestate de-a lungul timpului, acestea sunt de fapt indicații ale nevoii noastre de a duce la bun sfârșit sarcini asociate cu un anumit stadiu.

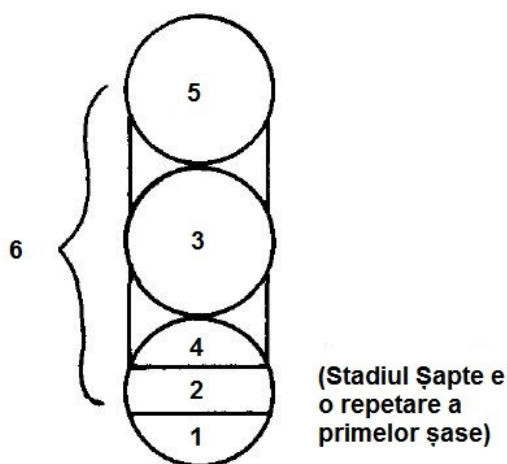
Fiecare stadiu din ciclul vieții noastre e o platformă pe care, pe parcursul unei zile, al unui an sau al întregii existențe, punem în scenă teatrul fundamental al vieții. Fiecare e o scenă de acțiune în timpul căreia răspundem la anumite nevoi specifice, folosind metode și tehnici care pot să fie satisfăcătoare sau nu. Trecem prin conflicte, facem față problemelor și (sperăm să) ne dezvoltăm resursele interioare care ne vor duce cu succes la următorul stadiu.

Trecerea prin fiecare stadiu, în copilărie sau la maturitate, e o oportunitate. Putem folosi acest timp pentru a dezvolta o parte din puterea sau capacitatea noastră ca ființe umane. Stadiile, precum și puterile pe care le putem dezvolta în fiecare dintre ele, sunt:

Stadiul Unu	Puterea de A Fi
Stadiul Doi	Puterea de A Face
Stadiul Trei	Puterea de A Gândi
Stadiul Patru	Puterea Identității
Stadiul Cinci	Puterea de A Fi Priceput
Stadiul Șase	Puterea de Regenerare
Stadiul Șapte	Puterea de Reciclare

În timpul copilăriei, ne familiarizăm pentru prima oară cu cadrul celor șase stadii. Prin experiență, descoperim despre ce e vorba în acea fază a vieții. Luăm decizii care, spre bine sau spre rău, devin parte a planului nostru de viață. Dezvoltăm acea stare a eului care corespunde stadiului și creăm un aspect al caracterului nostru care devine o parte a identității noastre.

Diagrama de mai jos corelează stadiile cu formarea stărilor eului:



Cu acest fundament stabilit, intrăm în cel de-al șaptelea stadiu, sau stadiul adult. Aici continuăm să le reciclăm pe primele șase, desfășurând aceleași sarcini de dezvoltare ca în copilărie, la un nivel mai sofisticat. În timpul acestei faze adulte, continuăm să dezvoltăm fiecare personaj interior și să punem în scenă povestea vieții noastre. Astfel, la maturitate, repetăm tiparele de creștere stabilite în copilărie, stadiile normale de dezvoltare și planul nostru de viață. (*Modul în care le repetăm e discutat în Stadiul Șapte.*)

Fie că ne formăm pentru prima oară personalitatea în copilărie, fie că o îmbogățim la maturitate, avem nevoie de anumite schimburi relaționale fundamentale cu alții pentru a obține siguranța, încrederea și stimularea necesare efectuării sarcinilor curente. Aceste tranzacții cheie sunt specifice fiecărui stadiu. Ele furnizează nutrienții pentru o creștere sănătoasă așa cum aminoacizii furnizează nutrienții necesari pentru creșterea celulelor corpului.

În continuare, urmează o descriere a fiecărui stadiu, a stării eului corespunzătoare, a puterii pe care o dezvoltăm prin intermediul sarcinilor asociate și a tranzacțiilor fundamentale care hrănesc creșterea.

Stadiile

STADIUL UNU: PUTEREA DE A FI (COPILUL NATURAL)

Nevoile orale (de a fi îngrijit, hrănit și atins) nu dispar niciodată, dar reapar periodic pe parcursul vieții. Copiii fiind, în primele șase luni de viață ne dezvoltăm Copilul Natural, și reintrăm în acest stadiu atunci când avem nevoie să ne dezvoltăm Puterea de A Fi. Încetăm să mai facem lucruri, încetăm să gândim și doar existăm. În acest timp, s-ar putea să vrem să mâncăm mai des și să dormim perioade mai lungi. Poate să apară o sensibilitate a gurii, să avem dificultăți de gândire și să ne scadă puterea de concentrare. Căutăm recunoaștere pentru cine suntem mai degrabă decât pentru ceea ce facem. Vrem să fim atinși și îngrijiți și să ne fie recunoscută existența, iar nu acțiunile sau realizările. Deseori vrem să ne oprim din a gândi pentru o vreme și să preia altcineva frâiele. Vrem apropiere fizică și vrem să dezvoltăm sau să reînnoim o legătură iubitoare, senzorială și intensă emoțional cu o altă persoană.

O femeie de afaceri de 52 de ani, deschisă, de succes și sociabilă, își descrie astfel experiența în Stadiul Unu: „Îmi deleg responsabilitățile altora cât pot de mult. Nu mai am nicio plăcere din petreceri și călătorii. Voi petrece

timpul *în liniște* acasă cu soțul meu în următoarele luni. Nu vreau să mă gândesc la nimic dacă se poate aranja și altfel. E timpul să hibernez.”

Indicii Generale: o reîntoarcere la Stadiul Unu e caracterizată de afirmații precum „Mi s-au descărcat bateriile. Am nevoie să mă reîncarc.”, „Mănânc întruna.”, „Am gura foarte sensibilă.” sau „Mă dor gingiile”. În prim plan se află temele legate de dependență și provizii. Spre exemplu, s-ar putea să ne simțim neajutorați și să ne preocupe dacă putem avea încredere în alții. Ne putem pune sub semnul întrebării propria suficiență, fiind nesiguri dacă suntem capabili să găsim satisfacție, senzualitate sau vitalitate. Întrebarea noastră este: „Avem destul (mâncare, bani, iubire sau sex) pentru a ne susține existența?” În vise, ies în evidență sentimentele și senzațiile. Imaginile tind să fie cețoase, cu forme vagi, deseori de nerecunoscut, cu umbre și năluci.

Stadiul Unu e important pentru oameni:

În primele șase luni de viață,
Când suntem obosiți, răniți, vulnerabili, bolnavi sau stresați,
În perioadele de schimbare sau creștere rapidă,
Când suferim o pierdere,
Când avem grijă de un bebeluș sau în timpul sarcinii,
La începutul unui proces (un job nou sau o relație nouă).

Tranzacții Cheie: o dietă nutritivă de stroke-uri în timpul Stadiului Unu include contacte calde, intime și plăcute fizic și mesaje care spun „Ai dreptul să fii aici”, „Nevoile tale sunt OK pentru mine” „Sunt bucuros că ești băiețel/fetiță”, „Îmi place să fiu lângă tine, să te țin în brațe”, „Nu e nevoie să te grăbești, poți să-ți iei cât timp ai nevoie”. Avem nevoie să decidem că e OK ca noi să fim aici, să fim hrăniți, să fim atinși și să fim îngrijiți.

În această perioadă, suntem ca o sămânță proaspăt plantată – noua noastră creștere e ascunsă sub pământ și nu e vizibilă. Stadiul Unu e un timp de strângere de forțe, de acumulare de energie, pentru a atinge punctul maxim din care se va naște acțiunea. A face lucruri acum e o risipă. În schimb, acesta e timpul pentru acumulare.

STADIUL DOI: PUTEREA DE A FACE (MICUL PROFESOR)

Nevoia de a explora lumea și de a ne hrăni simțurile prin acțiune directă continuă pe tot parcursul vieții. Asemenea unui copil între șase și 18 luni, când ne dezvoltăm Micul Profesor, revenim mai târziu la faza de curiozitate intensă pentru a ne dezvolta Puterea de a Face. De-abia așteptăm să vedem cum e lumea. Vrem să ne ridicăm și să plecăm, să ne mișcăm, să mirosim, să gustăm, să atingem, să vedem, să explorăm! Vrem stimuli diferiți, pentru că lumea pare nouă și trebuie să ne dezvoltăm conștientizarea senzorială *facând* mai degrabă decât gândind. Vrem să ne urmăm impulsurile fără nicio constrângere. Facem pași noi, punând piciorul pe pământ într-un fel nou.

„Merg la școală de când aveam cinci ani”, spune un medic stagiar, „și am aproape 28. Am fost prea constrâns. Nu știu cum arată restul lumii. Îmi amân decizia legată de specializare sau rezidențiat. O să merg în drumeții montane

ghidate prin Mexic, Australia, Noua Zeelandă, Japonia, Tibet și Elveția. Vreau să știu ce există în lume, ca să-mi dau seama care vreau să fie locul meu în ea.”

Indicii Generale: „Am atenție de scurtă durată” sau „Vreau să n-am niciun obiectiv pentru o vreme” sunt expresii tipice pentru Stadiul Doi, când ies în evidență probleme legate de *a face*. Spre exemplu, putem deveni preocupați când să avem inițiativă și când să nu facem nimic. Putem trăi conflicte legate de a fi direcționați de niște obiective și a nu avea niciun obiectiv. Mobilitatea e de importanță absolută; într-atât încât poate să ni se facă frică de imobilitate. Avem o curiozitate uriașă și intuiție profundă. Descoperim noi motivații. Căutăm plăcerea, evităm durerea și ne implicăm în activități care presupun varietate, mișcare și contact cu pământul, așa cum e plimbarea într-un loc nou. Visele noastre pot conține teme ale mișcării, activității și experienței senzoriale.

Stadiul Doi e important pentru oameni:

De la vârsta de 6 până la 18 luni,
După ce am fost îngrijiți o vreme,
În orice cadru fizic nou,
Ca parte a unui proces creativ,
Pentru a învăța o nouă aptitudine senzorială precum muzica sau limbajul,
Ca preludiu la stabilirea unui nou nivel de independență,
Când avem grijă de un copil mic.

Tranzacții Cheie: o dietă nutritivă de stroke-uri în Stadiul Doi include continuarea oferirii de afecțiune fizică, mai ales cu cei de care suntem legați emoțional (iubit, soț, părinte, terapeut). Avem nevoie și de mesaje care spun „Poți să fii curios și intuitiv”, „E OK să ai inițiativă”, „E OK să explorezi și să experimentezi”, „Poți să faci lucruri și să primești ajutor în același timp”, „Poți să primești atenție sau aprobare și să continui să acționezi așa cum simți cu adevărat”.

În Stadiul Doi suntem ca o sămânță care abia încolțește. Energia noastră se revarsă și putem vedea creșterea aproape în fiecare zi. În acest stadiu e timpul pentru acțiune, timpul pentru a căuta chiar dacă nu știm dinainte ce căutăm. Căutând să aflăm ceea ce încă nu înțelegem, ne găsim calea. Avem nevoie să decidem că e OK ca noi să ieșim în lume, să explorăm, să ne hrănim simțurile și să primim în continuare sprijin.

STADIUL TREI: PUTEREA DE A GÂNDI (STAREA DE ADULT A EULUI)

Ca și copilul de la 18 luni la 3 ani, când se formează prima oară starea de Adult a eului, avem nevoie de un sentiment de independență, de individualizare și de separare. Vrem să ne creăm un loc propriu, aparte de ceilalți. Vrem să fim diferiți, unici. Avem nevoie de o poziție separată și astfel putem deveni rebeli. „Nu” și „Nu vreau” sunt motto-urile favorite. Testăm realitatea și ne împotrivim altora în timp ce ne dezvoltăm fiecare nivel de gândire. Putem deveni preocupați să aflăm și să stabilim „cât de important sunt?”. Vrem să aflăm limitele noastre și ale situațiilor.

E posibil să exprimăm o negativitate și o ambivalență intense. Suntem preocupați de controlul pe care îl avem asupra noastră, asupra unei situații sau asupra unei relații. Vrem ce e „al meu” separat de „tine” sau „al tău”. Putem să-i invităm pe alții să gândească pentru noi și apoi să ne înfuriem dacă o fac, pe măsură ce descoperim noi niveluri de abilitate conceptuală și dezvoltăm noi arii ale gândirii.

Un bărbat de 28 de ani se descurca foarte bine lucrând pentru o companie IT, la care fusese angajat de la terminarea facultății. „Jobul ăsta a fost perfect pentru mine atunci”, spune el, „dar acum nu-mi pot imagina să rămân aici. Nu am loc să fiu *eu*, există numai regulile companiei, politica companiei și tradiții sacre. Nu vreau să mă pliez pe șablonul lor. Mă gândesc să încerc pe cont propriu.”

Indicii Generale: afirmații precum „Sunt furios. Nu sunt furios pe ceva anume, sunt furios în general” sau „Asta e *a mea*” sunt caracteristice. Temele legate de separare, responsabilitate și gândire sunt obișnuite, în special rezistența, opoziția, uitarea, desconsiderarea/aprecierea, încăpățânarea, amânarea și lăcomia. Visele presupun adesea blocaje – incapacitatea de a fi liber să mergi oriunde.

Stadiul Trei e important pentru oameni:

De la 1 an și jumătate la 3 ani,

Când ieșim dintr-o relație de dependență (cu un iubit, un soț, un mentor, un prieten),

Când aflăm informații noi,

Când ne dezvoltăm o poziție personală nouă sau luăm atitudine,

Când modificăm niște convenții,

Când avem grijă de un copil de creșă.

Tranzacții Cheie: în procesul de separare, avem nevoie să auzim mesaje care afirmă că „Poți să le spui celorlalți când ești furios”, „Mă bucur că crești”, „Poți să gândești singur”, „Nu e nevoie să eziți, poți să fii sigur de ceea ce ai nevoie”, „Poți să te gândești la sentimentele tale și să ai sentimente în legătură cu ceea ce gândești”.

Aceasta e vremea pentru ceea ce e individual: un mugure, o frunză sau o creangă ca nici o alta. Acum spunem cu toată tăria „Eu sunt eu”. Avem nevoie să decidem că e OK să presăm și să testăm, să găsim limite, să spunem „nu” și să ne separăm.

STADIUL PATRU: PUTEREA IDENTITĂȚII (COPILUL SUPRANATURAL)

Ca și la vârsta cuprinsă între trei și șase ani, când ne formăm Copilul Supranatural* (vrăjitoare, trol sau căpcăun), ne dezvoltăm și ne actualizăm periodic identitatea. Vrem să descoperim din nou cine suntem și ce înseamnă să avem sexul pe care îl avem. Facem experimente cu relațiile sociale și suntem preocupați de putere. Avem nevoie să separăm fantezia de realitate. Ca atunci când aruncăm o piatră în apă pentru a vedea cât de departe se duc undele, testăm consecințele propriului comportament și ne exercităm puterea de a afla ce se întâmplă.

În timpul Stadiului Patru devenim din nou fascinați de capacitatea de a-i influența pe alți oameni. Putem pune la cale certuri sau putem să simțim impulsul de a fura sau de a răspândi zvonuri false ca și cum ar fi adevărate. Vrem

să găsim noi sensuri în a fi bărbat sau femeie. Putem afirma că „Nu mai știu cine sunt”, sau să facem lucruri numai pentru a vedea ce se întâmplă. Vrem să ne schimbăm întreaga organizare interioară. Pentru a face acest lucru, e posibil să avem nevoie de o „pauză”, pentru a dezmembra vechea identitate și a crea temelia pentru una nouă.

Având 50 și ceva de ani, o asistentă medicală care a muncit toată viața pentru a-și crește copiii se află în mijlocul unei schimbări de identitate. „Copiii au crescut de-acum și mă gândesc la pensie. Ultimii ani au fost foarte interesanți pentru că am descoperit ce sunt în afară de o supermamă și o executantă. Ca rezultat, sunt încântată să-mi vând casa și să renunț la 30 de ani de îngrămădeală.”

Indicii Generale: dezvoltarea unei identități noi aduce la suprafață probleme legate de putere și de gen, putință și neputință, fantezie și realitate, creare și distrugere, rănire și vindecare, sănătate sau nebunie, magie, bărbat sau femeie, moduri de canalizare a impulsurilor.

Stadiul Patru e important pentru oameni:

Între 3 și 6 ani,

După renegocierea unui contract social,

Când îndeplinim un rol nou,

Când căutăm o nouă relație cu familia, jobul sau cultura,

Când avem grijă de copii de grădiniță.

Tranzacții Cheie: în crearea unei noi identități, avem nevoie de mesaje care să spună „Nu e nevoie să te sperii, sau să te îmbolnăvești, sau să te întristezi, sau să te înfurii ca să ți se poarte de grijă”, „Poți să fii puternic și în același timp să ai nevoi”, „E OK să explorezi cine ești. E important pentru tine să vezi care e treaba cu tine”, „E OK să-ți imaginezi lucruri fără teama că le vei transforma în realitate”, „E OK să afli care sunt consecințele comportamentului tău.”

La fel cum o plantă crește fiind legată de ceea ce o înconjoară și influențându-și mediul, tot așa și noi aflăm că, cunoscându-i pe alții, ne descoperim pe noi. Avem nevoie să decidem că e OK să avem propria imagine despre lume, să fim cine suntem și să ne testăm puterea.

STADIUL CINCI: PUTEREA DE A FI PRICEPUT (STAREA DE PĂRINTE A EULUI)

Ca și la vârsta cuprinsă între 6 și 12 ani, când ne formăm prima oară starea de Părinte a eului, avem nevoie periodic să dezvoltăm noi instrumente, să dobândim deprinderi și să decidem ce valori sunt congruente cu scopurile noastre. Pentru a face acest lucru, confruntăm morala și metodele altora, vrând deseori să facem lucrurile în felul propriu și nu ca alții. Avem nevoie să experimentăm moduri noi de a face lucrurile și să facem greșeli. Astfel aflăm ce merge și ce nu și putem să organizăm lucrurile într-un fel care funcționează pentru noi.

Fie că ne formăm structuri Parentale noi, fie că le actualizăm pe cele vechi, ne aflăm într-un dezacord activ cu metodele celorlalți. Considerăm că metodele lor sunt ne-OK, ca o parte temporară a procesului. În timp ce experimentăm ce merge și ce nu, putem să devenim neîndemânatici și să facem greșeli. Încercăm roluri sociale noi pe

măsură ce renunțăm la cele vechi și ne putem simți greoi și ciudați. Căutăm compania celor din afara cercului familial sau de prieteni, pentru a afla cum fac alții lucrurile, în special dacă sunt de același sex sau din aceeași generație.

Un bărbat de 60 de ani relatează: „Nepotul și fiul meu au multe lucruri în comun cu mine. Nepotul are 8 ani, învață cum să joace baseball, cum să se înțeleagă cu alți copii și cum să-și facă temele. La 30 de ani, fiul meu învață să fie inginer și tată. Iar eu învăț să fiu pensionar. Nu e ușor, valorizez prea mult munca. Sunt foarte bucuros că îl am pe nepotul meu. Să-i fiu bunic dă sens vieții mele și chiar am nevoie de asta acum.”

Indicii Generale: învățarea de noi deprinderi aduce la suprafață probleme legate de modul cum se fac lucrurile și ce valori sunt OK. Structurarea timpului, contactul cu grupul de egali, presiunea grupului generațional și relațiile cu persoanele de același sex sunt temele majore. Suntem preocupați aici de definirea realității, de relația cu autoritatea, de argumente și raționamente, de deprinderile specifice genului.

Stadiul Cinci e important pentru oameni:

Între 6 și 12 ani,

După actualizarea identității,

Când învățăm noi deprinderi,

Când schimbăm cultura în care trăim,

Când avem copii de 6 până la 12 ani.

Tranzacții Cheie: în Stadiul Cinci avem nevoie de mesaje care spun „E OK să înveți să faci lucrurile în felul tău, să ai propria morală și propriile metode.”, „Nu trebuie să suferi ca să obții ceea ce ai nevoie”, „Poți să faci ca tine”; „Poți să gândești înainte de a face cum vrei”, „E OK să nu fii de acord”, „Lasă-te ghidat cu încredere de sentimente”.

Oportunitățile vieții li se deschid celor care creează o cale. Când facem lucrurile în felul propriu, le facem la fel de natural ca frunza care se întoarce după soare. În același fel, deschidem și noi posibilitățile vieții în fața noastră și găsim modalitățile de a ne asigura supraviețuirea. În Stadiul Cinci, avem nevoie să decidem că e OK să învățăm cum să facem lucrurile în felul propriu și să avem propria morală și propriile metode.

STADIUL ȘASE: PUTEREA DE REGENERARE (UNIFICAREA STĂRILOR EULUI)

Ca și în adolescență între 13 și 18 ani, când începem prima oară să unificăm stările eului, la maturitate trecem prin faze în care suntem preocupați de sex și de oameni ca ființe sexuale. Putem trece prin schimbări corporale turbulente, mai ales la nivel energetic. Vrem să experimentăm noi modalități de a fi sexuali. Ne dezvoltăm o filosofie personală și găsim un nou loc în lumea adultă.

Ca adulți întorși la Stadiul Șase, putem găsi un loc de petrecut vremea precum o cafenea sau un magazin de băuturi răcoritoare. Ne putem simți naivi și virginali din nou, deși suntem activi sexual de câțiva ani. Putem chiar să simțim nevoia de a nu mai face sex, ca parte a procesului de reorganizare, sau să ne enerveze constrângerile unei relații monogame, pentru că vrem să ne jucăm și să experimentăm situații și oameni noi. Avem nevoie să integrăm

nevoia de activitate sexuală cu nevoile din celelalte stadii. Pentru a face acest lucru, ne dezvoltăm propria filosofie personală. Nu numai că aceasta e de ajutor pentru procesul de integrare, dar devine poziția din care ne raportăm la lume într-o manieră nouă și matură. Ieșim din relațiile de mentorat și devenim liberi să ne descurcăm în lume pe cont propriu..

Ca părinți de adolescenți, un cuplu cu vârste în jur de 45 de ani trebuie să gestioneze schimbările pe care fiecare vrea să le facă. „Ca soție, am fost îndatoritoare în toți acești ani. Acum vreau ca el să accepte că am propriile mele valori, propria viață de trăit și propria direcție de mers. Să merg pe drumul lui nu va duce decât la neazuri mai târziu.” Soțul spune și el: „Am copii aproape mari, dar încă sunt un bărbat activ, vital, viguros. Vreau ca ea să se îndrăgostească iar de mine. Sunt matur și asta e incitant și sexual. Vreau să mă folosesc de energia pe care o am cât încă o am.”

Indicii Generale: semnele obișnuite ale Stadiului Șase sunt un acces de acnee, o stare de visare sau preocuparea față de sex, sex, sex; trăiri sexuale, a fi o ființă sexuală, cum să fii sexual și să fii în siguranță etc. În plus, temele timpurii reapar în scurte episoade. În cele din urmă, nevoia de parentare (sau mentori) e abandonată și se atinge un nou nivel de maturitate.

Stadiul Șase e important pentru oameni:

Între 13 și 18 ani,

După elaborarea unei noi etici și a unor noi deprinderi,

Când ne pregătim să părăsim o relație, un job, o casă, o localitate,

Când încheiem orice proces,

Când suntem părinți de adolescenți.

Tranzacții Cheie: când revenim la stadiul șase, avem nevoie să auzim mesaje precum „E OK să fii responsabil pentru propriile nevoi, sentimente și comportamente. Poți să fii o persoană sexuală și să ai în continuare nevoi”, „E OK să fii pe cont propriu”, „Dragostea mea te va însoți”, „Ești binevenit să te întorci din nou acasă”.

Pe măsură ce ne acceptăm și ne utilizăm maturitatea, o nouă creștere are loc, hrănită de ceea ce a fost înainte. Astfel, ciclul se repetă. În Stadiul Șase avem nevoie să decidem că e OK să fim sexuali, e OK să avem un loc printre adulți și să avem succes.

STADIUL ȘAPTE: PUTEREA DE RECICLARE

Intrând în maturitate la 19 ani, am încheiat un ciclu de dezvoltare. Personalitatea noastră e formată și nu se vor mai adăuga componente noi. Aceasta e o situație nouă; n-am mai fost aici până acum. Putem fi ezitanți și nesiguri, neștiind prea bine dacă regulile sunt aceleași, iar terenul accesibil sau dificil. Avem nevoie de companioni – oameni cu care ne putem conecta emoțional pentru susținere în ciclul de creștere. Avem nevoie s-o luăm ușor, să evaluăm încotro mergem și să învățăm doar să existăm în această situație nouă, adunând forțe pentru ce va urma. Suntem din

nou precum bebelușii, prin aceea că suntem nou veniți în lume. Fiecare repetare are propriul caracter, tot așa cum fiecare vară e diferită de oricare alta și fiecare recoltă e diferită de ultima. Pe măsură ce ne maturizăm, avansăm și ne cizelăm în mod natural și la fel se întâmplă și cu percepția pe care o avem despre stadii. Fiecare început de ciclu e un important punct de cotitură. Uneori poate lua aspectul unei crize existențiale atât de intense încât nu știm dacă e vorba despre o izbucnire a scenariului sau despre un puseu de dezvoltare firească.

Un bărbat în jur de 55 de ani descrie o astfel de confuzie. „Am început să fiu grav nemulțumit. N-aveam stare, nu puteam dormi. Mi-am pierdut pofta de viață. Știam că se coace o mare schimbare. (Stadiul Unu:) Pentru o vreme, am visat cu ochii deschiși. În timpul unei vacanțe, mi-am dat seama că nu-mi mai place unde mă aflu. Voiam să amestec cărțile și să împart o nouă mână. (Stadiul Doi:) Îmi plăcea când prietenii îmi aduceau poze cu oameni care făceau diferite lucruri și trăiau în locuri îndepărtate. Unii dintre ei m-au ajutat să aranjez niște călătorii și niște interviuri pentru joburi ca să verific posibilitățile. (Stadiul Trei:) Când mi-a devenit clar că am obosit să lucrez cu mintea și că vreau să lucrez cu mâinile, a trebuit să iau atitudine. Într-un weekend cu prietenii, m-am îndrăgostit de ferma asta. (Stadiul Patru:) A fost o criză de identitate. Fermier, eu, intelectualul? (Stadiul Cinci:) Apoi ne-am gândit cum să pun pe picioare un atelier de reparat mobila în hambar și să predau cu jumătate de normă la liceu. (Stadiul Șase:) M-am întors la început, am revăzut totul, mi-am făcut bagajele, am dat o mare petrecere de plecare și m-am mutat.”

Reciclarea la maturitate are un ritm și un caracter individuale. După ce tiparul de bază s-a format în copilărie, unele evenimente pot declanșa reciclarea anumitor stadii. Ca părinți, spre exemplu, revenim la stadiile de dezvoltare în care se află în prezent copiii noștri. Ca terapeuți, putem reveni la stadiile de dezvoltare ale clienților.

De asemenea, la maturitate putem juca roluri diferite pe măsură ce reciclăm. Putem fi copii, apoi părinți, clienți sau terapeuți, victime, persecutori, învinși sau învingători. La o repetare putem, precum Topsy, să creștem fără îndrumări, iar la următoarea să găsim un mentor sau un program care să ne sprijine creșterea. Spre exemplu, vârstele care sunt multiplu de 13 par să aibă semnificație majoră pentru Stadiul Unu. Astfel, o persoană de 26 și una de 52 de ani au în comun același stadiu și aceleași sarcini. Persoana de 26 de ani poate folosi perioada Stadiului Unu pentru a crea o relație emoțională apropiată prin căsătorie, iar cea de 52 poate decide să lucreze cât mai puțin și să aibă cât mai puține obligații sociale pentru a medita asupra vieții și pentru a descoperi noi sensuri în apropierea de prieteni și familie.

Acest ceas al dezvoltării e ilustrat mai jos, folosind o persoană de 72 de ani ca exemplu.

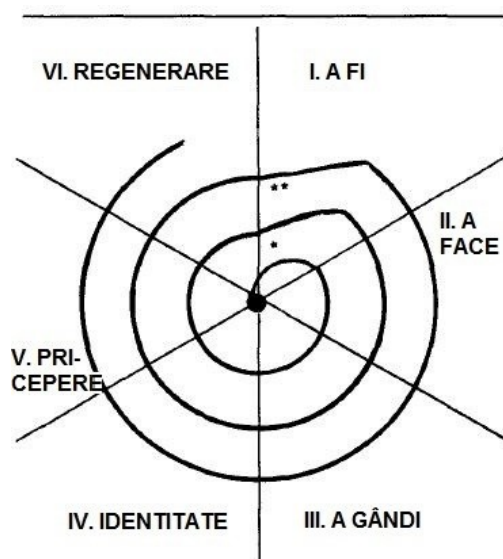


FIGURA 1
FAZELE MAJORE ALE CEASULUI
DEZVOLTĂRII INDIVIDUALE

* Sfârșitul adolescenței

** Sfârșitul celui de-al doilea ciclu major, deseori numit
„criza vârstei mijlocii”. Berne se referă la ea ca
„protestele, adesea bizare, ale vârstei de mijloc”.

În plus față de influențele profunde ale ceasului dezvoltării, o persoană matură poate avea de-a face și cu impactul mai mic al altor câtorva stadii, în orice moment al timpului. Aceste stadii influențează, dar nu anulează nevoia de a încheia sarcinile stadiului curent.

Trecerea ciclică prin aceste stadii secundare poate fi declanșată de circumstanțe exterioare sau de decizia persoanei. Influențe exterioare precum întoarcerea dintr-o călătorie lungă, întâlnirea unui partener de viață sau chiar participarea la o petrecere, pot declanșa o scurtă revenire la Stadiul Unu, în timp ce decizia de a divorța, acceptarea unui nou job sau mutarea într-o casă nouă sunt decizii personale de încheiere a unui ciclu și începere a altuia.

Dezvoltarea noastră în acest al șaptelea stadiu e sprijinită de aceleași mesaje care au fost utile anterior. Nu e ca și cum, primindu-le, le-am asimilat pentru totdeauna, de parcă atunci când ai luat o masă perfectă nu mai trebuie să mănânci niciodată. Avem nevoie să decidem să continuăm primirea a ceea ce avem nevoie atunci când trăim simptomele normale ale stadiului, să ne realizăm sarcinile și să învățăm noi lecții.

Oricare ne-ar fi rolul sau vârsta sau circumstanțele, ciclul dezvoltării e acel cerc al puterii în interiorul căruia putem crește și culege roadele vieții. Purtăm roadele vieții, în ciclul stadiilor repetitive, în același fel în care îi purtăm pe copii în ciclul reproductiv. Prin intermediul cercului, simbolul unității și completitudinii, „ne întoarcem de unde am plecat și cunoaștem locul pentru prima oară.” (T.S. Elliot)

* * * * *

Pentru a descoperi acest tipar al dezvoltării umane comun tuturor, am inițiat un studiu informal în 1970. Folosind o metodă clinică intuitivă precum cea a cercetătorilor comportamentaliști, m-am familiarizat cu procesul de

dezvoltare a 500 de persoane cu vârste cuprinse între 0 și 72 de ani. Pe bebeluși i-am observat și am participat la îngrijirea lor. Pe copiii mai mari și pe adulți i-am intervievat. Aproximativ 200 dintre aceste persoane au făcut contracte de schimbare în ședințe individuale și de grup, la care au participat, în medie, timp de șase luni (intervalul fiind de la trei luni la doi ani). Pentru a păstra o perspectivă proaspătă, am ales în mod intenționat să nu mă interesez de teoriile dezvoltării ale altor colegi din domeniu la acel moment.

Într-o a doua fază a studiului, am locuit într-o zonă montană sălbatică, în care puține aspecte ale tehnologiei moderne pătrunseseră. Aici, am observat și am participat la o viață și o cultură în care sănătatea și bunăstarea depindeau de tiparele naturii, unde somnul și trezirea erau guvernate de ciclurile soarelui și lunii și de schimbarea anotimpurilor. Observând teme înrudite la oameni diferiți, am început, din curiozitate, să pun întrebări și am descoperit tipare similare la aceleași vârste. Studiind gândirea americanilor estici și nativi, precum și tiparele naturii și ale autorefecției, am început să văd procesul ciclic de creștere din viața adultă și relația lui cu fundamentele din copilărie. Lucrând într-un cadru clinic și apoi într-o cultură apropiată de pământ, am început să înțeleg distribuția în timp a repetărilor și sarcinile asociate lor.

Ideea că creșterea noastră e ciclică nu e nouă. Cultura nativilor americani recunoaște de multă vreme Roata Medicală ca pe o modalitate de a înțelege universul și viața fiecărei persoane din el. „Acest mare cerc”, spune Hyemeyohsts Storm în *Seven Arrows* (1973), „e adăpostul corpurilor, minților și inimilor noastre. E ciclul a tot ceea ce există. Cercul e Modul de a Atinge și a experimenta armonia cu fiecare ființă vie din jurul nostru.”

Împărțirea ciclului în șapte perioade nu e nici ea nouă. Există echivalențe în toate religiile; în doctrinele egiptene și persane antice, în Kabalah și în Taoism; Platon vorbește și el despre șapte faze. Ele fac parte din doctrina hermetică, din budism și din *Marea Lucrare* alchimică (Rupertini, 1978). Cartea *I Ching, Chinese Book of Changes* (Wilhelm, 1950) descrie astfel:

„Ideea de întoarcere se bazează pe cursul naturii. Mișcarea e ciclică și cursul se încheie singur. Prin urmare, nu e necesar să grăbim nimic în mod artificial. Toate vin de la sine la momentul potrivit. Acesta e sensul cerului și al pământului.

Toate mișcările se realizează în șase stadii, iar cel de-al șaptelea aduce întoarcerea. Astfel, solstițiul de iarnă, cu care începe sfârșitul anului, are loc în luna a șaptea după solstițiul de vară... În acest mod, starea de repaus face loc mișcării.”

Filosofia modernă, însă, imită tehnologia modernă. Fabricile noastre creează produse prin procese liniare desfășurate în etape, care au industrializat lumea. În mod similar, am ajuns să vedem creșterea oamenilor ca fiind la fel cu cea a produselor, guvernată de legile tehnologiei în loc de cele ale naturii.

Sigmund Freud (1893) vedea maturitatea ca pe o perioadă în care conflictele inconștiente timpurii ajung să fie puse în scenă. Deși recunoștea tiparele repetitive ale pacienților săi, el le-a considerat ca fiind o parte a „compulsiei la repetiție” sau o nevoie irezistibilă de a repeta experiențele negative.

Eric Erikson (1950, 1968), pionier în domeniul dezvoltării adultului, a teoretizat că fiecare stadiu de creștere din timpul vieții conține propriile lui conflicte, care trebuie gestionate cu pricepere pentru a motiva trecerea la stadiile

următoare. Deși a arătat cum fiecare stadiu le folosește pe cele anterioare ca fundație, el a prezentat totuși tot un model liniar, în care progresele anterioare sunt cărămizi de construcție pentru următoarele. Eric Berne a fost, fără îndoială, influențat de aceste puncte de vedere ale analistului său.

Berne susținea că iluziile copilăriei se dizolvă una după alta, ducând la diferitele crize existențiale descrise de Erikson: „... printre ele aflându-se reevaluarea părinților de către adolescent, protestele, deseori bizare, ale vârstei mijlocii și apariția unei noi filosofii după aceea.” El a recunoscut însă că procesele care se dezvoltă în copilărie rămân active pe parcursul vieții. Considerând ca normală continuarea la maturitate a activității stărilor eului din copilărie, el le redă demnitatea.

Alți adepți ai lui Berne au ținut seama de existența unui proces de dezvoltare. Jacqui Schiff (1975), în colaborare cu alții, a folosit un model cu nouă stadii ce constituie probleme de tratament semnificative pentru clienții adulți. Fanita English (1978) face trimitere la o bază de dezvoltare pentru șapte subsisteme ale Copilului, toate având potențialul de a opera în „acum” și putând fi energizate în același fel ca stările eului. Jean Maxwell și Bill Falzett (1974) prezintă niște stadii care îi implică pe copii și pe părinți. În 1974, în cartea mea *Becoming the Way We Are*, sunt prezentate stadiile de dezvoltare corespunzătoare stărilor eului descrise de Berne și tiparele de legătură care sunt comune copilăriei și maturității.

În 1978, Forman și Ramsburg descriu dezvoltarea prin patru stadii: prenatal, copilărie, adolescență și maturitate. Ei spun că teoria lui Berne afirmă că „relația dintre individul aflat în creștere și oamenii din viața sa constituie factorul de bază în jurul căruia se dezvoltă personalitatea”. Ei adaugă că teoreticienii de mai târziu au pus în evidență diferite sarcini de dezvoltare ce pot fi definite în termeni de relații sociale ale persoanei în fiecare stadiu.

În 1978, Daniel Levinson publică *Seasons of a Man's Life*, raportul unui studiu longitudinal de 10 ani despre dezvoltarea bărbaților la vârsta mijlocie. Popularizat de Gail Sheehy în *Passages* (1976), modelul lui Levinson proceda în mod liniar, dar utilizarea imaginii anotimpurilor sugerează un tipar care se repetă la intervale regulate.

Într-adevăr, ar putea *parea* că o călătorie ce începe în punctul A (nașterea) și merge până la punctul Z (moartea) se desfășoară de-a lungul unei linii drepte. Falsitatea unei astfel de concluzii a fost demonstrată atunci când voiajul lui Magellan a încurajat o imagine mai rotundă a lumii. În mod similar, am putea deduce în mod greșit că peregrinarea noastră prin viață se face în linie dreaptă, ratând observația că, în ciuda asemănărilor de peisaj, cu cât ne îndepărtăm prin creștere de locul de plecare, cu atât ne apropiem mai mult de el.

A ne privi viața ca fiind ciclică în loc de liniară înseamnă a ne da voie să experimentăm o altă condiție decât cea pe care am fost învățați să o acceptăm. Un tipar ciclic poate fi străin intelectului nostru, dar e fundamental pentru natura noastră.

Semnificația acestui ciclu de dezvoltare se află în aplicațiile sale, pentru că îl putem folosi pentru a ne dezvolta puterea în toate fazele vieții noastre. Indivizii își pot înțelege problemele de dezvoltare personală și pot transforma limitările scenariului în opțiuni pentru o acțiune eficientă. Cuplurile îl folosesc pentru a rezolva conflicte și pentru a începe să își susțină diferitele stadii de dezvoltare. Părinții îl utilizează pentru a-și împlini nevoile personale și pe cele ale copiilor pe care îi cresc. Profesorii descoperă că poate oferi un fundament pentru învățare la

grădiniță, în școala primară și gimnazială, la liceu, la facultate și în educația adulților. Pacienții cu boli fizice îl folosesc pentru a descoperi și a rezolva cauzele legate de dezvoltare ale problemelor fizice. Organizațiile îl întrebuintează ca pe un cadru de lucru pentru nevoile comune ale membrilor grupului. Pentru terapeuți are valoare în calitate de structură pentru procesul de schimbare.

O gamă atât de largă de aplicații e posibilă pentru că valurile fiecărei vieți, din orice timp și orice loc, sunt conectate la ciclul de dezvoltare în același fel în care valurile oceanului sunt legate de forța de atracție a lunii. Acordând atenție indicilor corporale normale și îndeplinindu-ne sarcinile de dezvoltare asociate cu fiecare stadiu, dobândim acces complet la abilitățile pe care le are fiecare ființă umană:

a *exista*, a trăi și a fi

a *acționa*, a face lucruri

a *gândi*, a folosi logica și diferite concepte

a avea o *identitate* și a ști cine suntem

a ne dezvolta *priceperi* prin intermediul structurilor și valorilor

a ne *regenera*, construind viața din nou

a *recicla*, sporind eficiența cu fiecare vârstă

Înțelegând acest tipar fundamental de creștere, ne putem relaxa știind că „în viață nu există un progres constant ce nu mai face cale-ntoarsă; nu avansăm prin gradații fixe, iar la ultima să ne oprim... Ci odată drumul străbătut, trecem prin cerc din nou;... Unde se află portul ultim din care nu vom mai ridica ancora?” (Melville, Moby Dick).

Ciclul de Dezvoltare, Stadii, Indicii și Sarcini

STADIUL UNU: PUTEREA DE A FI DE LA NAȘTERE LA ȘASE LUNI

Indicii Normale: dorința de a mânca des, sensibilitate a gurii, dificultăți în gândire, lipsa concentrării și dorința de a fi dependent de alții.

Sarcini de Dezvoltare: să primim recunoaștere pentru cine suntem, să ni se poarte de grijă, să fim atinși, să fim hrăniți, să fim senzoriali și să relaționăm emoțional.

STADIUL DOI: PUTEREA DE A FACE 6 – 18 LUNI

Indicii Normale: dorința de stimulări variate, dorința de a vedea, a auzi, a gusta, a atinge, a mirosi lucruri noi și de a ne extinde și explora lumea.

Sarcini de Dezvoltare: dorința de a explora mediul fără să ne gândim la acest lucru și de a dezvolta o conștientizare senzorială prin a face.

STADIUL TREI: PUTEREA DE A GÂNDI

18 LUNI – 3 ANI

Indicii Normale: dorința de a fi diferiți de alții, dezvoltarea unei poziții separate, rebeliunea, a spune „Nu vreau”.

Sarcini de Dezvoltare: testarea realității, împotrivirea față de alții, stabilirea independenței, exprimarea negativității și educarea gândirii.

STADIUL PATRU: PUTEREA IDENTITĂȚII

3 – 6 ANI

Indicii normale: vrem să știm cine suntem, suntem preocupați de putere și de diferențele de gen, experimentăm cu relațiile sociale și consecințele comportamentului.

Sarcini de dezvoltare: separarea fanteziei de realitate, testarea recunoașterii realității prin consecințe și exercitarea puterii de a influența relațiile.

STADIUL CINCI: PUTEREA DE A FI PRICEPUȚI

6 – 12 ANI

Indicii Normale: contestarea moralei celorlalți, a valorilor și metodelor și dorința de a face lucrurile numai în felul propriu.

Sarcini de Dezvoltare: experimentarea a diferite moduri de a face lucrurile, a face greșeli pentru a vedea ce funcționează și confruntarea cu ceilalți în legătură cu felul în care fac lucrurile.

STADIUL ȘASE: PUTEREA DE REGENERARE

13 – 18 ANI

Indicii normale: preocuparea față de sex, față de oameni ca ființe sexuale, schimbări corporale turbulente, în special la nivel hormonal și energetic.

Sarcini de dezvoltare: experimentarea sexualității, dezvoltarea unei filosofii personale și găsirea locului printre adulți.

STADIUL ȘAPTE: PUTEREA DE RECICLARE

ÎNCEPE LA 19 ANI

Indicii normale: trăirea tuturor simptomelor normale ale stadiilor anterioare și trăirea a mai mult de un stadiu o dată.

Sarcini de Dezvoltare: dezvoltarea și păstrarea de relații necesare pentru susținere, revendicarea puterii de adult, actualizarea și realizarea planului de viață și rezolvarea problemelor și provocărilor vieții.

Bibliografie

- Berne, E. (1970). *What do you say after you say hello*. Grove Press, pp. 11-134.
- Clarke, J. (1978). *Self-esteem, a family affair*, Winston Press.
- English, F. (1979). *"What shall I do tomorrow?" TA after Eric Berne*. Graham Barnes, Ed., Harper & Rowe.
- Erikson, E. (1950). *Childhood and Society*, pp. 247, 274.
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. W.W. Norton.
- Foreman, L., & Ramsburg, J. (1978). *Hello Sigmund, this is Eric*. Sheed, Andrews and McMeel.
- Freud, S. (1893). "Case studies" in *Complete Psychological works, standard edition*, James Strachey, editor.
- Goulding M.M., Goulding R.L (1978). Redecision: Some Examples. *Transactional Analysis Journal*, 8(2), 132-135
- Levin, P. (1974). *Becoming the way we are, a transactional guide to personal development*.
- Levin-Landheer, P. (1981). *Cycles of power, a guidebook for the seven stages of life*.
- Levinson, D. (1978). *Seasons of a man's life*. Ballentine Books.
- Maxwell, J., & Falzett, W. (1974). *OK childing and parenting*. TA Institute of EI Paso.
- Schiff, J., et al. (1975). *Cathexis reader*. Harper and Row.
- Storm, H. (1973). *Seven arrows*. Ballantine Books, p. 14.
- Stowe, H.B. (1852). *Uncle Tom's cabin*. Jewett.
- Rupertini, A. (1978). *Cycles of becoming, the planetary pattern of growth*. pp, 117-118.
- Wilhelm, R. (1950). *The I ching*. Bollingen Series, Princeton University Press.