

TA I RAZVOJNA TEORIJA

Ciklusi razvoja

Pam Levin-Lendhir

Rezime

Ljudski razvoj je ciklus razvoja sastavljen od faza koje počinju u detinjstvu i ponavljaju se tokom života. Opisane su faze postojanja, činjenja, mišljenja, razvoj identiteta, sticanja veština, regeneracija i ponovno prolaženje ciklusa zajedno sa odgovarajućim ego stanjima, rešenjima i simptomima za njihovu identifikaciju, kao i ključne transakcije koje obezbeđuju optimalnu strouk „ishranu“ za zdrav razvoj. Ciklus razvoja je upoređen i suprotstavljen alternativnim teorijama razvoja i smatra se da je značajan zbog svoje primene u vidu alata za predviđanje i rešavanje mnogih transakcionih aspekata života.

Ciklusi razvoja

Topsi je bila ropkinja crne puti i neuredne kose, koja je u svojim razvojnim godinama postala poznata jer je niko nije podizao, ona se „samorazvila“. Ipak, ona se „razvila“ u kompetentnu i kreativnu ženu koja se vratila u Afriku da uči decu o svojoj zemlji (Stou, 1852). Erik Bern je bio dečak iskričavih očiju koji je odgojen uz podršku porodice u čoveka tako izuzetnog značaja da bi njegov uticaj tek trebalo izmeriti. Tropsi je prošla detinjstvo i prešla u odraslo doba kako je sama umela, dok je Erik Bern isti prelaz napravio uz brižne roditelje, obrazovanje i strogi trening, pa ipak, oni su oboje odrasli.

Šta je onda osnovni dizajn, zajednički za razvoj Tropsi i Erika Berna? Koji su zajednički obrasci odrastanja, primitivni oblici koje duboko nosimo u vidu nasleđa naših predaka? Kada privremeno obrišemo našu rasu i boju, klasu i poreklo, pol i uslove života, koji proces delimo sa svim pripadnicima naše vrste?

Kao i faze razvoja, u celoj prirodi, obrasci života odraslog su ciklični, sezonski i zasnivaju se na trajanju faza razvoja u detinjstvu. Vremenom, vraćamo se određenim temama i problemima. Razvijamo se kroz fizičke i emocionalne promene koje su tipične za svaku fazu detinjstva, a onda se iznova i iznova vraćamo.

Na površini, možemo okarakterisati ove epizode u odrasloj dobi samo kao privremeno vraćanje u ponašanje iz detinjstva, ili prevideti sličnost tema. Međutim, kada se uzmu kao deo konstelacije drugih fizičkih i bihevioralnih znakova tokom vremena, oni predstavljaju pokazatelje naše potrebe da nastavimo svoje razvojne zadatke povezane sa određenom fazom.

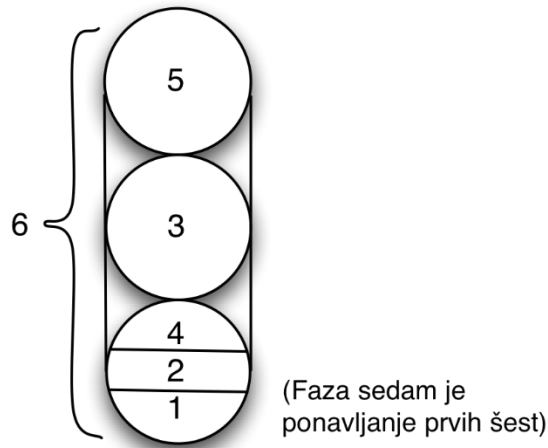
Svaka faza u okviru životnog ciklusa je platforma na kojoj, tokom dana, godine ili života određujemo urođeno pozorište života. Svako od njih predstavlja scenu akcije tokom koje odgovaramo na određene specifične potrebe, koristeći metode i tehnike koje mogu, a ne moraju biti zadovoljavajuće. Mi doživljavamo konflikte, suočavamo se sa problemima, i (nadamo se) razvijamo unutrašnje resurse koji će nas uspešno odvesti do sledeće faze.

Razvoj kroz svaku fazu detinjstva, ili odraslog doba, predstavlja novu priliku. Možemo koristiti ovo vreme da razvijemo deo naših „moći“ ili sposobnosti kao ljudskih bića. „Moći“ koje možemo razviti u svakoj fazi su:

Faza jedan	Moć postojanja
Faza dva	Moć činjenja
Faza tri	Moć mišljenja
Faza četiri	Moć identiteta
Faza pet	Moć posedovanja veštine
Faza šest	Moć obnavljanja
Faza sedam	Moć ponovnog prolaženja kroz ciklus

Tokom detinjstva prvi put se upoznajemo sa okruženjem ovih šest faza. Kroz iskustvo otkrivamo o čemu se radi u toj životnoj fazi. **Donosimo odluke koje, u dobru ili zlu, postaju deo našeg životnog plana.** Razvijamo ego stanje koje odgovara toj fazi, stvarajući aspekt svog karaktera koji postaje deo naše zaokružene ličnosti.

Sledeći dijagram povezuje faze sa formiranjem ego stanja:



Slika 1

Kada se uspostavi ova osnova, mi onda ulazimo u sedmu ili odraslu fazu. U njoj nastavljamo da ponovo prolazimo kroz prvih šest faza sprovodeći iste razvojne zadatke kao i one u detinjstvu, ali na sofisticiranije načine. Tokom ove odrasle faze svako od nas dodatno razvija unutrašnji karakter i odigrava našu životnu priču. Tako u odraslom dobu ponavljamo obrasce razvoja uspostavljene tokom detinjstva, normalne razvojne faze i naš životni plan (u fazi sedam je razmotreno na koji način mi to ponavljamo).

Bilo da se naša ličnost formira u detinjstvu ili da se u odraslom dobu obogaćuje ono što je već formirano, **potrebne su nam određene osnovne razmene u odnosu sa drugima, u cilju sigurnosti, samopouzdanja i stimulacije neophodne da se sprovedu zadaci koje obavljamo. Ove ključne transakcije su specifične za svaku fazu.** One obezbeđuju **nutrimente za zdrav razvoj ličnosti**, kao što aminoskeline obezbeđuju esencijalne nutrimente za razvoj telesnih ćelija.

Sledi opis svake faze, njeno odgovarajuće ego stanje, moć koju razvijamo kroz povezane zadatke, i osnovne transakcije koje obogaćuju razvoj.

Faze

FAZA JEDAN: MOĆ POSTOJANJA

(PRIRODNO DETE)

Oralne potrebe (potrebe da smo siti, „paženi i maženi“) nikada ne nestaju, ali se povremeno intenzivnije pojavljuju tokom života. Poput novorođenčadi u prvih šest meseci života, kada prvo razvijamo naše **Prirodno Dete, mi ponovo ulazimo u fazu kada je potrebno da razvijemo našu Moć postojanja**. Prestajemo da radimo stvari, prestajemo da razmišljamo i jednostavno postojimo. Tokom ovog vremena možemo poželeti da **češće jedemo i duže spavamo**. Možemo doživeti pojačanu osetljivost u ustima, imati problema sa razmišljanjem i iskusiti nedostatak koncentracije. Tražimo potvrdu onoga što jesmo, pre nego onoga što radimo. **Želimo da smo „paženi i maženi“ i da je cenjeno samo naše postojanje, a ne naša dela i postignuća**. Često želimo da prestanemo da mislimo o nekim stvarima ili da radimo neke stvari tokom određenog vremena, i da to neko drugi uradi umesto nas. **Želimo da budemo fizički blizu i razvijemo, ili obnovimo, osećajnu, intimnu i ljubavljvu ispunjenu vezu sa drugom osobom**.

Ekstrovertna, uspešna i vrlo druželjubiva žena, stara 52 godine, opisala je svoje iskustvo iz Faze jedan na sledeći način: „Delegiram svoje obaveze drugim ljudima kad god je to moguće. Trenutno ne nalazim zadovoljstvo u zabavama i putovanjima. Sledećih nekoliko meseci ću vreme provoditi sa mužem, u miru i tišini našeg doma. Želim da postignem da ne moram da razmišljam o bilo čemu. Ovo je moje vreme za **hibernaciju**.“

Uobičajeni (zajednički) pokazatelji: **Povratak u Fazu jedan** karakteriše se izjavama poput: „**Emotivno sam ispražnjen. Potrebno mi je da opet 'napunim rezervoar'**.“ „**Izgleda mi kao da ne mogu da sprečim svoju ruku da stalno ide ka ustima**.“ „**Usta su mi tako osetljiva**“ ili „**Desni me bole**.“ Teme povezane sa **zavisnošću i nabavkom (zadovoljenjem potreba)** su na prvom mestu. Na primer, **možemo se osećati bespomoćno i postati preokupirani razmišljanjima da li možemo verovati drugima. Možemo sumnjati u sopstvenu adekvatnost, biti nesigurni u to da li smo sposobni da pronađemo zadovoljenje, ili senzualnost, ili vitalnost**. Pitanje koje nas muči je: „**Imamo li dovoljno (hrane, novca, ljubavi ili seksa) da bismo snabdeli i obezbedili svoj opstanak?**“ U snovima je naš naglasak na osećanjima i senzacijama. Prizori iz snova imaju težnju da budu magloviti i nejasni, sa mutnim, često neprepoznatljivim oblicima u senci svetla i tame.

Faza jedan je značajna za ljude:

- Tokom prvih 6 meseci života
- Kada smo umorni, povređeni, ranjivi, bolesni ili pod stresom
- Tokom perioda brzih promena ili razvoja
- Kada patimo od ličnog gubitka
- Kada odgajamo novorođenče ili kada smo trudni
- Prilikom početka nekog procesa (novog posla ili odnosa)

Ključne transakcije: Kvalitetna „ishrana“ strokiranjem tokom Faze jedan obuhvata topao, intiman, prijatan fizički kontakt i poruke koje govore: „Tvoje je pravo da budeš ovde“, „Što se mene tiče, tvoje potrebe su OK“, „Drago mi je što si dečak/devojčica“, „Volim da sam pored tebe, da te držim (grlim)“, „Ne moraš da žuriš, imaš vremena“. Moramo da odlučimo da je za nas OK da budemo ovde, da primamo pažnju (negu), da nas dodiruju (maze) i da nas paze.

U to vreme mi smo kao tek posađeno seme – naš novi rast je skriven ispod zemlje i nije očigledan. Faza jedan je vreme kada prikupljamo snagu, prikupljamo energiju u cilju da postignemo kritičnu količinu, koja će na kraju „izroditi“ akciju. U to vreme svaki rad predstavlja čisto rasipanje energije. U stvari, to je vreme kada je prikupljamo (primamo).

FAZA DVA: MOĆ ČINJENJA (MALI PROFESOR)

Potreba da se istraži svet i nahrane naša čula kroz direktnu akciju nastavlja se kroz život. Poput bebe između šestog i osamnaestog meseca, **kada razvijamo Malog Profesora**, mi se vraćamo u **fazu intenzivne znatiželje kako bismo razvili Moć činjenja**. Ne možemo da dočekamo da vidimo kakav je svet. Želimo da ustanemo i **da idemo, da se krećemo, mirišemo, okusimo, dodirnemo, istražimo! Želimo različite stimulacije, pošto se svet čini novim i potrebno je da razvijemo našu senzornu svesnost više činjenjem nego razmišljanjem o tome. Želimo da sledimo naše potrebe bez ograničenja. Pronalazimo nove korake, podižući stopala sa zemlje na različite načine.**

„Ja sam u školi još od pete godine“, rekao je lekar stažista, „a imam skoro 28. Previše sam ograničen. Ne znam kako ostatak sveta izgleda. Odlazem svoju odluku o specijalizaciji ili doktoriranju. Želim da stopirajući odem u Meksiko, Australiju, Novi Zeland, Japan, Tibet i Švajcarsku. **Potrebno mi je da znam šta postoji tamo izvan pre nego što shvatim kako želim da se uklopim.**“

Uobičajeni pokazatelji: „Sada imam mali opseg pažnje“, ili „Ne želim da imam nikakve ciljeve neko vreme“, tipični su izrazi Faze dva kada postoje problemi povezani sa činjenjem. Na primer, možemo postati previše okupirani time kada da iniciramo, a kada da budemo neaktivni. Možemo doživeti konflikte u vezi sa tim da budemo usmereni na cilj ili da nemamo ciljeve. Naša sposobnost da budemo pokretni je od vrhunske važnosti; toliko da postajemo uplašeni od nekretanja. Mi izražavamo veliku znatiželju i intuitivnost. Razvijamo nove motivacije u životu. Tražimo zadovoljstvo, izbegavamo bol i posebno uživamo u aktivnostima koje obuhvataju raznolikost, kretanje i uzemljenje kao što je kretanje na novom mestu. Naši snovi mogu sadržati teme kretanja, aktivnost i senzorno iskustvo.

Faza dva je značajna za ljude:

- Između šestog i osamnaestog meseca
- Nakon davanja hrane
- U bilo kom novom fizičkom okruženju
- Kao deo kreativnog procesa
- Da bi se naučila senzorna veština kao što je muzika ili jezik
- Kao uvod za uspostavljanje novog nivoa nezavisnosti
- Prilikom staranja o bebi

Ključne transakcije: Kvalitetna ishrana strokiranjem tokom Faze dva obuhvata neprestano snabdevanje fizičkom ljubavlju, posebno sa onima sa kojima su emocionalno vezani (ljubavnik, muž, roditelj, terapeut). Takođe su nam potrebne druge poruke koje kažu: „Možeš biti znatiželjan i intuitivan“, „OK je za tebe da iniciraš“, „OK je ispitivati i eksperimentisati“, „Možeš nešto da činiš i da istovremeno dobijaš podršku“, „Možeš privući pažnju ili odobravanje, a i dalje se ponašati na način na koji se osećaš“.

U Fazi dva najverovatnije ćemo posejati klicu novog pokušaja. Naša energija se iznova pobuđuje i možemo videti novi rast skoro svaki dan. Ova faza je vreme za akciju; vreme da se traga čak iako ne znamo unapred šta tražimo. U potrazi za tim da saznamo šta još nije shvaćeno, mi pronalazimo svoj put. Potrebno je da odlučimo da je **OK za nas da izađemo u svet, da istražujemo, da hranimo naša čula, a da i dalje primamo podršku.**

FAZA TRI: MOĆ RAZMIŠLJANJA (EGO STANJE ODRASLOG)

Poput deteta između osamnaestog meseca i treće godine života, kada se formira ego stanje Odraslog, potrebno je da uspostavimo novi osećaj nezavisnosti, individualnosti i odvajanja u Fazi tri. Želimo da napravimo mesta za nas same, odvojeno od drugih. Želimo da budemo drugačiji, jedinstveni. Potrebno je da kreiramo odvojenu poziciju i tako postajemo buntovnici. „**Ne**“ i „**Ja ne želim**“ omiljene su parole. Testiramo realnost i **odgurujemo druge dok razvijamo svaki novi nivo razmišljanja**. Možemo biti previše okupirani otkrivanjem i uspostavljanjem „Koliko sam ja važan?“ Želimo da otkrijemo ograničenja u nama samima, kao i u situacijama. Možemo **ispoljiti intenzivnu negativnost i ambivalenciju**. Zabrinuti smo u vezi sa kontrolom koju imamo nad nama samima, ili situacijom, ili odnosom. Želimo da je **ono što je „moje“, odvojeno od „ti“ ili „tvoje“**. Možemo pozvati ostale da razmišljaju umesto nas, a onda smo besni ako to čine kad mi naučimo nove nivoe konceptualnih sposobnosti i razvijemo nove oblasti razmišljanja.

Dvadesetosmogodišnji čovek se dobro pokazao radeći za kompjutersku kompaniju još od završetka srednje škole. „Ovaj posao je tada bio savršen za mene“, rekao je. „Ali sada ne mogu da zamislim dalji ostanak ovde. **Ovde ne postoji prostor da budem JA (slobodan), postoje samo pravila kompanije, politika kompanije i svete tradicije. Ne želim da budem tako 'ukalupljen'. Mislim da ću se oprobati u samostalnom biznisu.**“

Uobičajeni pokazatelji: Karakteristične su izjave tipa: „**Besan sam. Nisam besan ni zbog čega posebno, generalno sam besan**“ ili „**Ovo je moje**“. Teme povezane sa odvojenošću, odgovornošću i razmišljanjem su uobičajene, pogotovo otpor, suprotstavljanje, zaboravnost, odbijanje/uračunavanje, tvrdoglavost, prokrastinacija (odlaganje, oklevanje) i pohlepa. U snovima se često javlja tema zaglavljivanja – nemogućnosti da se oslobodimo, da odemo bilo gde.

Faza tri je značajna za ljude:

- U periodu od jedne i po do tri godine starosti
- Kada prekidaju odnos zavisnosti (sa ljubavnikom, bračnim partnerom, mentorom, prijateljem)
- Kada uče nove informacije
- Kada razvijaju novu ličnu poziciju ili zauzimaju neki stav
- Kada menjaju sporazume (dogovore)
- Kada odgajaju bebu od godinu-godinu i po dana

Ključne transakcije: U procesu odvajanja moramo imati (dobiti) poruke koje potvrđuju: „Možeš dozvoliti ljudima da znaju kada si besan“, „Drago mi je da odrastaš“, „Dovoljno si pametan da sam odlučiš“, „Ne moraš biti nesiguran, možeš biti siguran u svoje potrebe“, „Možeš razmišljati o svojim osećanjima, i možeš imati osećanja u vezi sa svojim mislima“ (U redu je da misliš o onome što osećaš, i da se osećaš onako kako razmišljaš).

Ovo je vreme za sve što je individualno: cvet, list ili granu koji nisu poput drugih. Sada, koristeći sve naše moći, težimo ne samo da kažemo „Ja sam ja“. Moramo da **odlučimo da je OK gurnuti i testirati (probati i proveriti), pronaći granice, reći „ne“ i odvojiti se.**

FAZA ČETIRI: MOĆ IDENTITETA (NATPRIRODNO DETE)¹

Poput deteta između tri i šest godina, kada prvi put formiramo svoje **Natprirodno Dete** (vešticu, trola ili džina), mi periodično razvijamo i ažuriramo svoj identitet. Želimo da ponovo otkrijemo ko smo i šta to znači biti određenog pola. Eksperimentišemo sa društvenim odnosima i postajemo **preokupirani pojmom moći**. Moramo da **razdvojimo maštu od stvarnosti**. Poput bacanja kamena u vodu, da bismo videli koliko daleko idu talasići, **mi ispitujemo posledice svog ponašanja i koristimo svoju moć da vidimo šta će se dogoditi.**

Tokom Faze četiri postajemo ponovo fascinirani **svojom sposobnošću da utičemo na druge**. **Možemo doživeti neslaganja, ili osetiti potrebu za krađom u prodavnicama, ili za širenjem glasina kao da su istinite činjenice.** Želimo da otkrijemo **nova značenja toga što smo muška ili ženska osoba**. Možemo izjaviti: „Više ne znam ko sam“, ili raditi stvari samo da bismo videli šta će se desiti. Želimo da **promenimo svoju celokupnu unutrašnju organizaciju**. **Da bismo to postigli, možemo tražiti „pauzu“ kako bismo razmontirali stari identitet i postavili osnovu za novi.**

U svojim pedesetim, medicinska sestra koja je dotad radila da bi izdržavala svoju decu, našla se usred promene identiteta. „Deca su mi sada odrasla i sada razmišljam o penziji. Poslednjih nekoliko godina bile su interesantne pošto sam otkrivala da sam još nešto, pored ‘super-mame’ ili radilice. Kao rezultat toga drago mi je što prodajem kuću i rešavam se tridesetogodišnjeg balasta.“

Uobičajeni pokazatelji: Razvijanje novog identiteta donosi **pitanja vezana za moć i pol, potentnost i impotentnost, maštu i stvarnost, stvaranje i razaranje, povređivanje i lečenje, normalnost i ludost, magiju, muškost ili ženstvenost, način kanalisanja impulsa.**

¹ Preimenovala sam ovaj aspekt ličnosti zbog toga što džin ili trol ukazuju na patološku funkciju, a Natprirodno Dete ukazuje na to da je ovaj deo iznad Prirodnog Deteta (napredniji od njega), a takođe označava i interes ka magičnim karakteristikama u ovoj fazi.

Faza četiri je značajna za ljude:

- Između treće i šeste godine života
- Nakon ponovnog pregovaranja oko društvenog ugovora
- Kada preuzimamo novu ulogu
- Kada tražimo novi odnos u porodici, na poslu ili u oblasti kulture
- Kada se staramo o deci predškolskog uzrasta

Ključne transakcije: Prilikom kreiranja novog identiteta potrebne su nam poruke koje govore: „Ne moraš da pokazuješ da si uplašen, ili bolestan, ili tužan, ili besan da bi zaslužio pažnju“, „Možeš biti moćan, a i dalje imati potrebe“, „U redu je da otkriješ ko si. Za tebe je važno da otkriješ kakav si u stvari (’od čega si napravljen’)\”, „U redu je zamišljati stvari bez bojazni da će se one ostvariti“, „U redu je otkriti kakve su posledice našeg ponašanja“.

Kao što je rast biljaka povezan i potpomognut odnosima u njihovom okruženju, tako i mi otkrivamo da upoznavajući druge upoznajemo i sebe. Potrebno je da odlučimo da je OK imati sopstveni pogled na svet, biti ono što jesmo i isprobati svoje moći (mogućnosti).

FAZA PET: MOĆ POSEDOVANJA VEŠTINE (EGO STANJE RODITELJA)

Poput dečaka ili devojčice između šest i dvanaest godina starosti, kada se prvi put srećemo sa sopstvenim ego stanjem Roditelja, mi periodično razvijamo nove alate, učimo nove veštine i odlučujemo o vrednostima koje su u skladu sa našim ciljevima. Da bismo ovo postigli, raspravljamo se i „natežemo“ sa tuđim moralom i metodama, često želeći da stvari radimo na svoj, a ne tuđ način. Potrebno nam je da eksperimentišemo sa različitim načinima obavljanja stvari, da pravimo greške. Tako saznajemo šta valja i sastavljamo komadiće „sлагalice“ na način na koji mi želimo da ona radi za nas.

Bilo da formiramo nove Roditeljske strukture ili ažuriramo stare, aktivno se ne slažemo sa tuđim metodama. Njihove načine vidimo kao ne-OK, kao privremeni deo procesa. Možemo postati nespretni i praviti greške dok eksperimentišemo u potrazi za onim što valja. Želimo da isprobamo nove društvene uloge, napuštajući one stare, i stoga se možemo osećati čudno. Tražimo kontakt sa ljudima van našeg uobičajenog kruga porodice ili prijatelja da bismo otkrili kako drugi rade neke stvari, pogotovo ako su istog pola ili uzrasta.

Čovek u ranim šezdesetim izjavljuje: „Moj unuk i moj sin imaju mnogo toga zajedničkog sa mnom. Moj unuk ima osam godina, uči da igra bejzbol i da se slaže sa drugom decom, a pritom i stigne da uči. U svojoj tridesetoj, moj sin uči da bude zaposleni inženjer i otac istovremeno.

I ja učim kako je biti penzioner. To nije lako, suviše cenim rad. Veoma mi je drago što imam unuka. To što sam mu deda mnogo mi znači u životu, a to mi je sada zaista potrebno.“

Uobičajeni pokazatelji: Učenje novih veština otvara pitanja o tome **kako raditi nešto i koje vrednosti su OK. Organizacija vremena, kontakt sa vršnjacima ili pritisak od strane vršnjaka i odnosi sa osobama istog pola, predstavljaju glavne teme. Brine nas definisanje realnosti, odnos prema autoritetima, raspravljanje i osuđivanje, i veštine koje odgovaraju našem polu.**

Faza pet je značajna za ljude:

- Između šeste i dvanaeste godine života
- Nakon korigovanja našeg identiteta
- Kada učimo nove veštine
- Kada menjamo kulture
- Kada smo roditelji detetu od šeste do dvanaeste godine

Ključne transakcije: U Fazi pet potrebne su nam poruke koje kažu: „**OK je učiti kako da radiš stvari na svoj način, da imaš svoje moralne vrednosti i metode**“, „**Nije potrebno da patiš da bi dobio ono što ti je potrebno**“, „**Možeš to da uradiš na svoj način**“, „**Možeš razmisliti pre nego što to uradiš na svoj način**“, „**OK je da se ne slažeš**“, „**Veruj svojim osećanjima koja te vode**“.

Životne prilike se otkrivaju onima koji kreiraju put. Čineći stvari na svoj način, mi ih činimo prirodno kao što se list okreće ka suncu. Na ovaj način mi takođe pred sobom otvaramo životne mogućnosti i otkrivamo načine da osiguramo naše preživljavanje. **U Fazi pet potrebno je da odlučimo da je OK učiti kako činiti stvari na svoj način i da imamo svoje moralne vrednosti i metode.**

FAZA ŠEST: MOĆ REGENERACIJE

(UJEDINJENJE EGO STANJA)

Kao i adolescent između trinaeste i osamnaeste godine života, kada prvo počnemo da ujedinjujemo naša ego stanja, prolazimo kroz fazu odraslog bivajući previše zaokupljeni seksom i ljudima kao seksualnim bićima. Možemo iskusiti turbulentne telesne promene, posebno u nivoima energije. Želimo da eksperimentišemo sa novim načinima seksualnosti. Razvijamo ličnu filozofiju i otkrivamo novo mesto u svetu odraslih.

Kao odrasli, vraćajući se u Fazu šest možemo pronaći mesto na koje ćemo izlaziti poput kafića ili pored tzv. aparata za bezalkoholno piće. Možemo ponovo biti naivni i nevini uprkos tome

što smo godinama seksualno aktivni. Možemo čak izjaviti da ne želimo da upražnjavamo seks jer smo u procesu reorganizacije, ili da smo besni zbog ograničenja monogamnog odnosa zato što želimo da se igramo i eksperimentišemo sa novim ljudima ili novim situacijama. Potrebno je da integrišemo našu potrebu za seksualnom aktivnošću sa potrebama svih drugih faza. Da bismo to učinili, razvijamo našu ličnu filozofiju. Ne samo da to pomaže našem procesu integracije, već takođe postaje pozicija sa koje se povezujemo sa svetom na nov i odrasliji način. Na kraju prekidamo svoje mentorske odnose i postajemo slobodni da u svetu delujemo na svoj način.

Kao roditelji dva tinejdžera, jedan par u svojim srednjim četrdesetim se suočavao sa promenama svakog od njih. „Kao supruga, bila sam prilično prilagođena svih ovih godina. **Sada želim da moj muž prihvati da imam sopstvene vrednosti i život koji želim da živim, svoj pravac kretanja.** Praćenje njegovog puta kasnije će samo dovesti do veće nevolje.” Njen suprug je izjavio: „Ja imam gotovo odraslu decu, ali sam i dalje aktivan, vitalan, snažan muškarac. Želim da se ona ponovo zaljubi u mene. Zreo sam i to je uzbuđujuće i seksualno. Želim da koristim energije koje imam dok ih još uvek imam.”

Uobičajeni pokazatelji: pojava akni, adolescentno sanjarenje ili zaokupljenost seksom, seksom, i samo seksom; seksualna osećanja, biti seksualna osoba, kako biti seksualan i bezbedan, ..., uobičajeni su pokazatelji Faze šest. Pored toga, ranije teme se vraćaju u kratkim epizodama. Na kraju se odustaje od potreba za roditeljstvom (ili mentorstvom) i ostvaruju se novi nivoi zrelosti.

Faza šest je značajna za ljude:

- Između trinaeste i osamnaeste godine
- Nakon razvijanja novih moralnih vrednosti ili veština
- Kada se pripremaju da napuste odnos, posao, dom, mesto stanovanja
- Kada završavaju neki proces
- Kada su roditelji tinejdžera.

Ključne transakcije: Vraćajući se u Fazu šest, potrebno nam je da čujemo poruke koje kažu: „**OK je biti odgovoran za svoje potrebe, osećanja i ponašanja. Možeš biti seksualna osoba, a i dalje imati potrebe**”, „**OK je brinuti sam za sebe**”, „**Neka te prati moja ljubav**”, „**Dobrodošao si da se ponovo vratiš kući**”.

Kako prihvatamo i koristimo sopstvenu zrelost, počinje novi razvoj, odnegovan onim što je došlo pre. Na ovaj način ciklus se ponavlja. **U Fazi šest potrebno je da odlučimo da je OK biti seksualan, da je OK imati mesto među odraslima i uspeti.**

FAZA SEDAM: MOĆ PONOVOG PROLAŽENJA KROZ CIKLUS

Ulaskom u odraslo doba, blizu devetnaeste godine, završili smo ciklus razvoja. Naša ličnost je formirana i nove komponente se neće dodavati. **Ovo je nova situacija; ovde nikada nismo bili. Možemo biti nesigurni i kolebljivi, ne znajući da li su pravila ista i da li je teren lak ili težak. Potrebni su nam pratioci – ljudi sa kojima se možemo emotivno vezati radi podrške tokom našeg novog ciklusa razvoja. Potrebno nam je da se polako krećemo, da osećamo kuda idemo i da naučimo da samo budemo živi u ovoj situaciji, prikupljajući snagu za dane koji dolaze. Mi smo ponovo poput beba u tome što smo novi u svetu. Svako ponavljanje ima svoj kvalitet, kao što se svako leto razlikuje jedno od drugog, a svaka berba od one prethodne. Kako sazrevamo, mi prirodno napredujemo i poboljšavamo se, kao i naše opažanje faza. Svaki početak ciklusa je važna tačka preokreta. Ponekad ovo čak poprima karakter životnih kriza, toliko intenzivan da smo zbunjeni u vezi sa tim da li je naš skript eksplodirao ili je ta eksplozija normalan razvoj.**

Muškarac u srednjim pedesetim je iskusio ovu konfuziju. „Razvio sam ozbiljan slučaj nezadovoljstva. Bio sam uznemiren, nisam mogao da spavam, izgubio sam želju za životom. Znao sam da je bila u toku velika promena. (Faza jedan) Neko vreme sam sanjario. Tokom izvesnog vremena sam shvatio da više nisam ono što sam bio. Želeo sam da ponovo promešam špil i da se suočim sa novom situacijom. (Faza dva) Dopadalo mi se što pojedini prijatelji rade različite stvari i žive na udaljenim mestima. Neki od njih su mi pomogli da organizujem putovanja i intervjuje za posao kako bih ispitao mogućnosti. (Faza tri) Kada mi je postalo jasno da sam umoran od intelektualnog posla i da želim da radim nešto manuelno, morao sam da zauzmem stav. Jednog vikenda, dok sam putovao sa prijateljem, zaljubio sam se u ovu staru farmu. (Faza četiri) To je bila kriza identiteta. Ja, farmer, jajoglavi, intelektualac? (Faza pet) Zatim smo smislili kako da je pokrenemo vodeći posao popravljanja nameštaja u staji i učeći na koledžu. (Faza šest) Onda sam se ponovo vratio na početak, ponovo kritički ocenio sve, odlučio da 'pokupim prnje', napravio oproštajnu zabavu i uselio se.”

Ponovno prolaženje ciklusa u odraslom dobu ima individualni ritam i karakter. Jednom kada je naš osnovni obrazac formiran u detinjstvu, možemo biti podstaknuti da ponovo proživimo određene faze uz pomoć spoljašnjih događaja. Kao roditelji, na primer, vraćamo se u razvojne faze u kojima se naša deca trenutno razvijaju. Kao terapeuti, možemo se vratiti u razvojne faze svojih klijenata.

U odraslom dobu takođe možemo igrati različite uloge prilikom ponovnog vraćanja u ciklus. Jednom možemo biti dete, onda roditelj, klijent ili terapeut, žrtva, progonitelj, gubitnik ili dobitnik. Tokom jednog ponavljanja možemo, poput Tpsi, da se razvijamo bez vođstva, a zatim pronalazimo mentora ili program koji će podstaći naš razvoj. Na primer, godine koje su

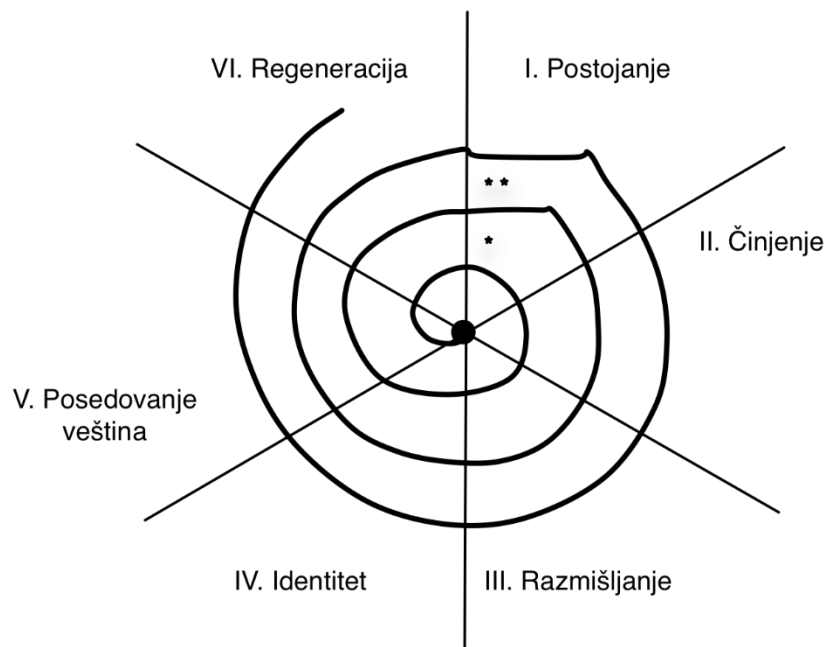
proizvod trinaest i još nekog broja, imaju veliki značaj za Fazu jedan. **Tako dvadesetšestogodišnja osoba i osoba od pedeset i dve godine, prolaze istu razvojnu fazu i zadatke. Dvadesetšestogodišnjak može koristiti ovo vreme u Fazi jedan da stvori bliske emotivne veze brakom, pedesetdvogodišnjak može odlučiti da organizuje što više vremena van posla i društvenih obaveza kako bi procenio život i otkrio nova značenja bliskosti sa prijateljima i porodicom.**

Ovaj razvojni vremenski sat je prikazan u daljem tekstu na primeru jednog sedamdesetdvogodišnjaka.

Pored snažnih uticaja vremenskog sata razvoja, **odrasla osoba takođe može da se suoči sa manjim uticajem nekoliko drugih faza u bilo koje vreme. Ove faze utiču, ali ne poništavaju potrebu za dovršavanjem zadataka vremenskog sata trenutne razvojne faze.**

Prolaženje kroz ove sekundarne faze može biti pokrenuto spoljašnjim okolnostima ili odlukom pojedinca. Spoljašnji uticaji, poput vraćanja sa dugog putovanja, upoznavanje životnog partnera, pa čak i odlazak na zabavu, mogu pokrenuti kratak povratak u Fazu jedan, dok odluka da se napusti brak, nađe novi posao ili pređe u novu kuću predstavljaju lične odluke da se završi ciklus i otpočne novi.

Naš razvoj u sedmoj fazi je potpomognut istim porukama koje su pomagale u našem prethodnom napretku. To ne znači da, kada smo ih jednom primili, one tu ostaju zauvek, slično kao što ni savršen obrok koji smo pojeli ne znači da više nikad ne moramo da jedemo. Treba da odlučimo da nastavimo da dobijamo ono što je potrebno kada doživljavamo normalne simptome naših faza, da izvršimo zadatke na sledećem nivou i naučimo nove lekcije.



Slika 2: Glavne faze vremenskog sata razvoja pojedinca

* Kraj adolescencije

** Kraj drugog glavnog ciklusa, često nazvan „kriza srednjih godina“, koji je Bern smatrao „protestima srednjih godina, često bizarnim“.

Bez obzira koja je uloga, ili uzrast, ili okolnosti, ciklus razvoja predstavlja prsten moći u okviru kog se možemo razvijati i ubirati plodove života. Mi nosimo plodove života u okviru ciklusa ponovljenih faza, kao što nosimo dete u okviru ciklusa reprodukcije. Kroz krug, simbol jedinstva i celovitosti, mi se „vraćamo tamo gde smo počeli i upoznajemo to mesto po prvi put.“ (T.S. Eliot)

Da bih otkrila ovaj svima zajednički obrazac ljudskog razvoja, počela sam neformalno istraživanje 1970. godine. Korišćenjem klinički intuitivnog metoda kao onog koji koriste bihejvioralni naučnici, upoznala sam se sa razvojnim procesom oko 5.000 ljudi u uzrastu od novorođenčadi do sedamdesetdvođodšnjaka. Posmatrala sam bebe i učestvovala u njihovoj nezi. Intervjuisala sam stariju decu i odrasle. Približno 2.000 ovih ljudi je napravilo ugovore za promenu na individualnim i grupnim sesijama, u kojima su učestvovali prosečno šest meseci (sa opsegom od tri meseca do dve godine). Da bi se održala sveža perspektiva, u to vreme namerno se nisam upoznala sa razvojnim teorijama drugih na tom polju.

U drugoj fazi istraživanja, živela sam u planinskim selima u velikim područjima sa divljom prirodom, u kojoj je dozvoljeno da prodre tek nekoliko aspekata moderne tehnologije. Tamo sam posmatrala i učestvovala u životu i kulturi u kojoj je zdravlje i blagostanje zavisilo od obrazaca prirode, gde su buđenje i spavanje rukovođeni ciklusima Sunca i Meseca, i promenama godišnjih doba. Uočivši povezane teme kod različitih ljudi, bez znatiželje sam počela da postavljam pitanja otkrivajući slične obrasce u istom uzrastu. Proučavanjem misli istočnih naroda i Indijanaca, obrazaca prirode i samorefleksije, počela sam da uviđam ciklični proces razvoja u životu odraslog čoveka i njegovu povezanost sa osnovama detinjstva. Radeći u kliničkom okruženju, a zatim u kulturi koja je bliža prirodi, počela sam da shvatam redosled ponavljanja i zadataka koji su im odgovarajući.

Ideja da se naš razvoj odvija u ciklusima nije nova. Kultura Indijanaca je odavno prepoznala točak medicinskog ciklusa kao način razumevanja univerzuma i života svake osobe u tome. **„Ovo je veliki krug“, rekao je Hijemehost Oluja u „Sedam strela“ (1973), „koliba naših tela, naš um i naša srca. To je ciklus svih postojećih stvari. Krug je naš Put dodirivanja i doživljavanja harmonije sa svim drugim živim stvorenjima oko nas.“**

Podela ciklusa na sedam perioda takođe nije nova. Postoje kopije u svim religijama; u **drevnom Egiptu i persijskim doktrinama, u Kabali i Taoizmu. Platon takođe govori o sedam faza.** One su delo **hermetičke doktrine, budizma i Velikog rada alhemičara (Rupertini, 1978). Ji đing, kineska Knjiga promene (Vilhelm, 1950), opisuje to ovako:**

„Ideja o vraćanju je zasnovana na toku prirode. Kretanje je kružno, a tok se završava sam. Zato nije neophodno ništa veštački požurivati. Sve dolazi samo po sebi, u određeno vreme. Ovo je značenje neba i zemlje.

Svi pokreti se postižu u šest faza, a sedmi donosi povratak. Tako zimski solsticij, kojim započinje promena godine, dolazi sedam meseci posle sunčevog solsticija ... Na ovaj način, period mira daje mesta kretanju.“

Međutim, naša moderna filozofija imitira modernu tehnologiju. U našim fabrikama se stvaraju **proizvodi kroz linearne, fazne procese koji su industrijalizovali svet.** Slično tome, i mi posmatramo razvoj ljudi kao razvoj proizvoda, rukovođen pravilima tehnologije, umesto prirode.

Sigmund Frojd (1893.) posmatrao je **odraslo doba kao vreme kada se rani, nesvesni konflikti ponovo uspostavljaju. Iako je prepoznao obrasce ponavljanja, on ih je istakao kao delove „ponovljene prinude“ ili prisiljene potrebe da se ponove negativna iskustva.**

Erik Erikson (1950, 1968.), pionir na polju razvoja odraslih, smatrao je da **svaka faza životnog razvoja sadrži sopstvene konflikte koji zahtevaju uspešno savladavanje kako bi se motivisao**

prelaz u sledeću fazu. Iako je pokazao kako je svaka faza koristila prethodnu kao osnovu, on je i dalje prikazivao linearni model u kom raniji razvoj predstavlja građevinski blok (osnovu) za sledeću fazu. Erik Bern je, bez sumnje, bio prilično pod uticajem ovih stavova svog analitičara.

Erik Bern (1970.) je zadržao stav da se iluzije detinjstva rastvaraju jedna po jedna, dovodeći do različitih životnih kriza koje je opisao Erikson: „... između ostalog, adolescenti ponovo procenjuju roditelje, pobune srednjih godina često su bizarne, iz čega se pojavljuje filozofija nakon toga.” Ipak, on je otkrio da procesi koji se razvijaju u detinjstvu ostaju aktivni tokom života. Definišući neprestane aktivnosti ego stanja iz detinjstva u odraslom dobu kao normalne, on im na taj način vraća njihovo dostojanstvo.

Ostali sledbenici Berna su beležili razvojni proces. Žak Šif (1975.) je u saradnji sa drugima koristio razvojni okvir devet faza detinjstva, koje su se u tretmanima odraslih klijenata pokazale kao značajne. Fanita Inšliš (1978.) govori o razvojnoj osnovi sa sedam podsistema u okviru Deteta, od kojih svi imaju potencijal za rad u „sada“, i koji se mogu katehovati kao ego stanja.

Žan Maksvel i Bil Falzet (1974.) istakli su faze koje uključuju decu i roditelje. U mojoj knjizi *Postajući ono što jesmo* (1974.) predstavljene su faze razvoja koje odgovaraju ego stanjima u skladu sa Bernovim stavom i povezujući obrasci koji su zajednički za detinjstvo i odraslo doba.

Forma i Ramsburg su 1978. godine proširili razvoj na četiri faze: prenatalnu fazu, detinjstvo, adolescenciju i odraslo doba. Oni su opisali Bernovu teoriju kao onu koja govori da „odnos između individue u razvoju i ljudi u njegovom životu formira osnovni faktor oko kog se razvija ličnost“. Dodali su da su kasniji teoretičari naglasili različite razvojne zadatke koji se mogu definisati u smislu odnosa osobe u svakoj fazi.

Danijel Levinson je 1978. godine objavio *Godišnja doba u životu muškarca*, svoj izveštaj o desetogodišnjoj longitudinalnoj studiji razvoja muškarca u srednjem dobu. Popularizovan od strane Gejl Šihi u *Prelazima* (1976.), Levinsonov model je nastavio u linearnom maniru, ali je ovo korišćenje godišnjih doba kao slike za poređenje ukazalo na obrazac koji ponavljamo u pravilnim intervalima.

I zaista, može delovati da putovanje počinje u tački A (rođenje) i traje do tačke Z (smrt), duž prave linije. Zabluda takvog zaključka je prikazana kada je putovanje Ferdinanda Magelana ohrabrilu viđenje sveta kao globusa. Na sličan način, mi pogrešno zaključujemo da se naš razvoj kroz život odvija po pravoj liniji, zaboravljajući da primetimo, uprkos sličnostima pejzaža, da što smo dalje razvojno udaljeni od naše početne tačke, to joj se više primičemo.

Posmatrati naše živote pre kao ciklične nego linearne, znači dozvoliti sebi da iskusimo drugačije uslove od onih koje smo naučeni da prihvatimo. Ciklični obrazac može biti stran našem intelektu, ali je osnova naše prirode.

Značaj ovog razvojnog ciklusa je u njegovoj primeni, jer ga možemo koristiti da razvijemo našu moć u svim fazama života. Pojedinci mogu razumeti probleme ličnog razvoja i tako prevesti skriptna ograničenja u opcije za efikasnu akciju. Parovi ga koriste da reše konflikte i počnu da podržavaju različite faze svog razvoja. Roditelji ga koriste u ime zadovoljavanja sopstvenih potreba i razvojnih potreba svoje dece. Nastavnici smatraju da on obezbeđuje važnu osnovu za učenje u vrtiću, osnovnim, srednjim školama, na fakultetu i u obrazovanju odraslih. Pacijenti sa fizičkim bolestima primenjuju ga da bi otkrili i rešili razvojnu osnovu fizičkih problema. Organizacije ga koriste kao okvir za zajedničke potrebe svih članova svoje grupe. Terapeuti pronalaze vrednost u njegovom korišćenju kao strukture za proces promena.

Tako širok opseg primene je moguć zato što su plime svakog života, u svakom vremenu i mestu, povezane sa ciklusom razvoja kao što su i plime okeana povezane sa privlačenjem od strane Meseca. **Obraćanjem pažnje na naše normalne telesne pokazatelje i sprovođenjem razvojnih zadataka povezanih sa svakom fazom, mi ostvarujemo potpuno korišćenje sposobnosti datih svakom ljudskom biću:**

- Da postoji, živi i da bude
- Da deluje, da čini stvari
- Da misli, koristi logiku i koncepte
- Da ima identitet, da zna ko je
- Da razvije veštine kroz strukture i vrednosti
- Da se regeneriše, proizvodeći novi život
- Da ponovo prolazi ciklus, razvijajući efikasnost u svakom uzrastu.

Kroz razumevanje ovih osnovnih obrazaca razvoja, možemo se opustiti u spoznaji da „u životu ne postoji stalno kretanje napred; ne napredujemo kroz fiksirane stepene, a na zadnjem zastanemo ... Već, jednom kada prođemo kroz to, započinjemo krug ponovo; ... Gde je ta krajnja luka, u kojoj nećemo ponovo podići sidro?“ (Melvil, Moby Dik)

Razvojni ciklus, njegove faze, pokazatelji i zadaci

FAZA JEDAN, MOĆ POSTOJANJA,

OD ROĐENJA DO ŠESTOG MESECA

Normalni pokazatelji: Česta želja za jelom, osetljivost usta, teškoća razmišljanja, nedostatak koncentracije i želja da se zavisi od drugih.

Razvojni zadaci: Biti priznat i prepoznat, mažen, pažen i negovan, biti senzualan i biti emotivno vezan.

FAZA DVA: MOĆ ČINJENJA

6 DO 18 MESECI

Normalni pokazatelji: Želja za različitim stimulacijama, želja da se vide, čuju, okuse, dodirnu, omirišu nove stvari, i da se proširi i istraži svet koji poznajemo.

Razvojni zadaci: Želi da istražuje okruženje bez razmišljanja o njemu i da razvije senzornu svesnost činjenjem.

FAZA TRI: MOĆ RAZMIŠLJANJA

18 MESECI DO 3 GODINE

Normalni pokazatelji: Želja za razlikovanjem od drugih, razvijanje odvojene pozicije, pobuna, izjave: „Ne, ja ne želim“.

Razvojni zadaci: Testiranje realnosti, odgurivanje drugih, uspostavljanje nezavisnosti, izražavanje negativnosti i učenje da se razmišlja.

FAZA ČETIRI: MOĆ IDENTITETA

3 DO 6 GODINE

Normalni pokazatelji: Želja da se zna ko smo, zaokupljenost sa moći i polnim razlikama, eksperimentisanje društvenim odnosima i posledicama ponašanja.

Razvojni zadaci: Odvajanje fantazije od realnosti, testiranje prepoznavanja realnosti kroz posledice, i ispoljavanje moći kako bi uticali na odnose.

FAZA PET: MOĆ POSTOJANJA

VEŠTINA, 6 DO 12 GODINE

Normalni pokazatelji: Raspravljavanje i burno diskutovanje o moralu, vrednostima i metodama drugih, i želja da stvari čini na svoj način, a ne na način drugog.

Razvojni zadaci: Eksperimentisanje različitim načinima činjenja stvari, pravljenje grešaka da bi se otkrilo šta uspeva, i raspravljavanje sa drugima o tome kako oni rade stvari.

FAZA ŠEST: MOĆ OBNAVLJANJA

13 DO 18 GODINE

Normalni pokazatelji: Zaokupljenost seksom, ljudima kao seksualnim bićima i turbulentnim telesnim promenama, posebno hormonima i promenama nivoa energije.

Razvojni zadaci: Eksperimentisanje sa seksualnošću, razvijanje lične filozofije i otkrivanje pozicije među odraslima.

FAZA SEDAM: MOĆ PONOVRNOG PROLAŽENJA CIKLUSA

POČINJE U 19. GODINI

Normalni pokazatelji: Doživljavanje svih normalnih simptoma prethodnih faza i doživljavanje više od jedne faze u isto vreme.

Razvojni zadaci: Razvoj i održavanje odnosa koji su nam potrebni kao podrška, potvrda naše moći u odraslom dobu, korigovanje i sprovođenje našeg životnog plana i rešavanje problema i izazova.

Preveli: Dunja i Saša Živić

Korektura: Nataša Pavela Ambrož