



Las etapas de desarrollo de la persona

Jesús Cuadra (Psicólogo clínico, Analista Transaccional*)

DEVELOPMENT GOALS OF THE PERSON. CUADRA J.

Keywords: Psychology, Transactional analysis, Development goals

English Abstract: This work proposes that the objectives in the individual development is to acquire autonomy, activity and solidarity. We can enunciate the human development goals from a humanistic point of view, based on transactional analysis. We must know also the basic requirements to meet, the basic attentions to cover; and the basic capacities to stimulate in the first phases of human development.

EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Las personas adultas somos el resultado de nuestro propio desarrollo alcanzado en etapas anteriores. Cada etapa de desarrollo, incluida la actual, prepara la siguiente y le sirve de base.

Para que se produzca el desarrollo de la personalidad es necesario satisfacer lo que son necesidades humanas; algunas de estas necesidades podemos satisfacerlas por nosotros mismos cuando somos personas mayores, pero la mayor parte de esas necesidades no podemos satisfacerlas sino es en relación con otras personas. Este es el motivo por el cual los seres humanos nos relacionamos con los demás.

La relación con otras personas es especialmente importante cuando somos bebés recién nacidos, cuando para sobrevivir dependemos casi enteramente de la madre o de la persona que nos cría. Esa relación de dependencia es normal y saludable; en Análisis Transaccional recibe el nombre de *simbiosis primaria entre la madre y el bebé* (SCHIFF, SCHIFF, 1971).

En la relación de simbiosis con la madre, el niño satisface sus necesidades primarias, lo cual le permite ir desarrollándose como persona. A medida que esto sucede la estructura de su personalidad va conformándose en etapas sucesivas, y la simbiosis primaria inicial va transformándose paulatinamente en independencia y autonomía, hasta llegar a poder establecer libremente relaciones autónomas para la satisfacción recíproca de necesidades.

Por tanto, desarrollo de la personalidad, satisfacción de necesidades y relación con los demás, están estrechamente vinculados entre sí.

LAS METAS DEL DESARROLLO

El desarrollo de la persona tendría como objetivo hacer de cada ser humano una persona *autónoma* (BERNE, 1964), una persona *activa*, y una persona *solidaria* (BERNE, 1973; STEINER, 1974)..

AUTÓNOMA EN EL SENTIDO DE:

- Consciente de sí misma, de las propias necesidades, deseos, sentimientos, pensamientos y acciones.
- Consciente de los otros, de que existen, de que actúan y de que pueden comunicarse con uno y uno con ellos.
- Espontánea, capacitada y con permiso para expresar lo que siente, desea y piensa de forma natural y directa.
- Íntima, manteniendo con las demás personas relaciones significativas de contacto, de comunicación mutua de sentimientos, de emociones y de acciones que impliquen aceptación, calidez, respeto, protección y disfrute mutuo.

ACTIVA EN EL SENTIDO DE:

- Aprender, pensar y llevar a cabo su propio plan de vida.
- Participar con otros en responsabilidades, aceptarlas y llevarlas a cabo.
- Reclamar su competencia y su lugar en el mundo de las personas adultas.
- Asumir los distintos roles según sus funciones y las distintas etapas de su vida.
- Reconocer y resolver los problemas con los que se enfrenta.

SOLIDARIA EN EL SENTIDO DE:

- Consciente de que no está sola para hacer frente a la vida y a los problemas que conlleva vivir en este mundo, de que no es omnipotente ni tampoco impotente.

- Dispuesta a cooperar en la satisfacción de las necesidades y deseos, en el mantenimiento del medio físico y social como un lugar habitable y de apoyo mutuo.
- Desde una perspectiva de dignidad y respeto humano. Es decir, desde la posición psicológica de *yo estoy bien* como persona / *tú estás bien* como persona, como ser humano, no importa las diferencias de cualquier tipo que puedan existir.

Ese grado de desarrollo es el resultado de que la persona haya vivido adecuadamente cada una de las etapas y de que haya:

- Satisfecho las necesidades propias de cada una de las etapas.
- Realizado las tareas para desarrollar las capacidades correspondientes a cada etapa.
- Adquirido experiencia en cada etapa.
- Recibido del entorno el apoyo y las atenciones necesarias en cada etapa.

Para alcanzar ese grado de desarrollo también es necesario que el individuo haya grabado en cada etapa los *mensajes de afirmación* que se desprenden de lo señalado más arriba, mensajes que acompañarán a la persona durante toda la vida (LEVIN-LANDHEER, 1982).

LAS ETAPAS DE DESARROLLO DE LA PERSONA

La vida es un proceso evolutivo desde el nacimiento hasta la muerte, y un proceso que se desarrolla en etapas sucesivas. En cada una de esas etapas se han de satisfacer adecuadamente unas necesidades y se han de cumplir una serie de tareas de desarrollo; para ambas cosas se necesita la relación con los demás.

Cada etapa es la base desde la cual nos preparamos para la etapa siguiente. De manera que alcanzar el desarrollo adecuado que es propio de una etapa determinada es la mejor garantía para afrontar con éxito la siguiente.

En este artículo se exponen las primeras etapas del desarrollo según el modelo de Pamela Levin-Landheer (1982). Para cada una enumeramos las necesidades básicas, las atenciones requeridas por la persona, las capacidades básicas que se corresponden con cada etapa y los mensajes de afirmación que la persona necesita recibir en esa etapa y que contribuyen a superarla con éxito.

En cada etapa la persona experimenta y construye un poder, que es el que da nombre a esa etapa.

ETAPA I: EL PODER DE EXISTIR (DE LOS CERO A LOS SEIS MESES)

NECESIDADES:

Alimento; dormir; limpieza; abrigo; cobijo, ser tocado.

ATENCIONES BÁSICAS:

La madre o la persona que cuida al bebé tiene enteramente la responsabilidad de hacer lo necesario para satisfacer sus necesidades. Esto implica atención hacia el bebé, intuición materna para identificar lo que necesita, pensamiento de como satisfacer la necesidad y acción efectiva para satisfacerla.

Además el bebé necesita ser atendido cariñosamente, es decir con amor, para un desarrollo psicoafectivo adecuado. Necesita reconocimiento por lo que es, por ser.

CAPACIDADES BÁSICAS:

El bebé desarrolla en esta etapa el potencial de ser. De todos modos no es ni mucho menos impotente; tiene dos capacidades básicas que usa para sobrevivir: llorar y succionar.

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

- * está bien que seas alimentado, tocado y cuidado*
- * tienes derecho a estar aquí*
- * me alegro de que seas un niño, una niña*
- * para mí está bien que tengas necesidades*
- * me gusta abrazarte, estar cerca de tí, tocarte*
- * no tengas prisa; puedes tomarte el tiempo que necesites*

ETAPA II: EL PODER DE HACER (DE LOS SEIS A LOS DIECIOCHO MESES EN NIÑAS, YA VEINTICUATRO EN NIÑOS)

NECESIDADES:

Explorar; gatear; tocar; oler; gustar; oír; mirar; llevarse el mundo a la boca. A estas hay que añadir otras muchas que perduran de la etapa anterior.

ATENCIONES BÁSICAS:

Cariño y amor; reconocimiento por lo que él o ella es.

Permiso para gatear, moverse, explorar, adquirir experiencia de forma segura. Vigilancia atenta a los peligros mientras explora y, a la vez, libertad para hacerlo. Condiciones favorables para explorar y límites protectores para evitar daños.

CAPACIDADES BÁSICAS:

Mayor movilidad. Máxima curiosidad por todo lo que le rodea (aunque aún no tenga desarrollada la capacidad de pensar) y máxima iniciativa para experimentarlo. Comienza a aprender a separarse físicamente de la madre.

Comienza a captar los conceptos espaciales (suave-duro, cerca-lejos, tamaño grande-tamaño pequeño, etc.).

Intuición acerca de las cosas y de las personas a las que puede manipular con sus encantos o sus lloros para conseguir lo que quiere en ese momento (no a largo plazo).

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

- * está bien que te muevas, que explores, que sientas tus sentidos, y que se te cuide mientras lo haces*
- * está bien que explores y que experimentes*
- * puedes hacer cosas y conseguir apoyo al mismo tiempo*
- * está bien que empieces*
- * puedes ser curioso e intuitivo*
- * puedes conseguir atención y aprobación y además actuar de la forma que realmente sientes*

ETAPA III: EL PODER DE PENSAR (DE LOS DOS A LOS TRES AÑOS)

NECESIDADES:

La característica de esta etapa es la separación y diferenciación. Muchas de las necesidades son bastante similares a las de las anteriores etapas.

A esta edad el niño o niña necesita tener una experiencia emocional distinta de la de la madre. Necesita oponerse y decir no. Aprender que él o ella es importante pero que los otros también lo son. Aprender a responder a los límites razonables.

Aprender a esperar un poquito. Aprender a nombrar las cosas, a las personas, las sensaciones, los sentimientos.

ATENCIONES BÁSICAS:

Amor y reconocimiento por lo que es. Darle caricias condicionadas, especialmente las condicionadas positivas (por haber hecho algo bien). Introducir una disciplina fácil.

Ponerle límites razonables. Dar una respuesta positiva a sus oposiciones; no ceder en todo. En las situaciones en las que no se pueda ceder, darle al niño o niña razones simples y comprensibles, y ser firme pero cariñoso.

La madre y el padre han de ayudar al niño a identificar y resolver los problemas.

Dar nombre a los sentimientos.

CAPACIDADES BÁSICAS:

A esta edad el niño o niña puede andar e incluso correr, y ha aprendido a hablar. Comienza a estar más implicado en la satisfacción de sus necesidades: ya puede pedir lo que necesita en vez de llorar. Puede alimentarse por sí mismo y puede decir que tiene hambre o sed, pero no puede aún ir a comprar. Comienza a controlar los esfínteres de la orina y del ano. Distingue la causa del efecto; distingue también conceptos temporales como antes, ahora o después, pero no demasiado lejanos del presente inmediato. Comienza a recordar en un tiempo limitado (por ejemplo ayer). Puede aprender a esperar.

Experimenta todos los sentimientos con bastante intensidad.

Aparece el pensamiento consciente dirigido a un propósito.

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

- * está bien presionar y probar, descubrir límites, decir no y que te separes de mí*
- * puedes pensar por tí mismo. No tienes por qué cuidar de otros pensando por ellos*
- * no tienes por qué estar dudoso; puedes estar seguro sobre lo que necesitas*
- * puedes pensar sobre tus sentimientos y sentir sobre tus pensamientos*
- * puedes dejar que los otros sepan cuando estás enfadado*
- * me alegro de que seas mayor*

ETAPA IV: EL PODER DE CONSTRUIR SU IDENTIDAD (DE LOS TRES A LOS SEIS AÑOS)

NECESIDADES:

Saber quien es, qué clase de persona es, si es bueno o buena.

La tarea principal en esta cuarta etapa es aprender reglas; el niño o niña necesita que le digan las normas que hay que respetar y como avenirse a ellas.

Aprender acerca del mundo.

Aprender a estructurar el tiempo.

Sigue necesitando atención incondicional positiva y también cada vez más atención condicional por lo que hace.

Necesita saber que puede pedir ayuda y que no tiene por qué hacerlo todo solo.

A partir de los cinco tiene una gran curiosidad sexual por su cuerpo y el de los otros.

Al final de esta etapa ha de aprender a tolerar una nueva separación, la de la familia, pues comienza a ir a la escuela.

ATENCIONES BÁSICAS:

El niño tiene un impulso natural a ser bueno, y si la información que recibe le permite serlo, la utilizará en ese sentido. Por tanto una necesidad importante es decirle lo que se espera de él o ella para que sea bueno o buena.

Necesita instrucción acerca de como expresar adecuadamente los sentimientos: saber que puede expresar la rabia pero no dañarse ni dañar a otros por hacerlo.

Es importante la relación con el padre, pues a través de ella aprende a relacionarse con el mundo.

Necesita diferenciar y tener etiquetadas diferentes funciones mentales como pensar, recordar, fantasear o soñar.

Ha de saber que está bien satisfacer la curiosidad sexual sobre el propio cuerpo y el de los otros, pero que explorar el cuerpo del otro requiere su permiso y puede tener alguna consecuencia, como que los padres del otro pueden molestarse y piensan que es malo. El niño ha de saber que eso no es cierto, y a la vez aprender a tener respeto por los padres de otros.

En la escuela el niño o la niña necesita saber donde y a quien pedir ayuda; necesita saber que la ayuda puede provenir del maestro.

CAPACIDADES BÁSICAS:

A los tres años el niño o la niña se muestra muy dulce porque ha decidido que quiere ser sociable, ser bueno.

Puede moverse más y recorrerlo todo, ampliando su radio de acción. Acepta estar con personas que no conocía, por ejemplo puede quedarse en la guardería o con otras personas; este cambio se debe a que tolera mejor la separación de su madre.

Puede tomar más responsabilidad respecto de sus necesidades: es capaz de

vestirse, alimentarse, decir que tiene hambre, pedir que le cojan o que le mezclen, etc. Es cada vez más independiente.

Comienza a tener consciencia de las relaciones y sabe que hay una relación especial entre su padre y su madre. Si tiene hermanos sabe también que la relación con ellos es diferente de la que tiene con otros niños.

A partir de los cuatro años es capaz de usar la fantasía. Puede usar la fantasía para ponerse límites si los padres no se los dan, también puede usarla para inhibir su comportamiento, e incluso para controlar sus impulsos.

A esta edad puede también comprender las excepciones a las reglas que funcionan en el mundo. Aprende así las distintas categorías de objetos y lo que encaja y no encaja en ellas: aprende a clasificar.

A partir de los cinco años los niños juegan en grupo entre ellos y hablan de sus amigos; participan más en juegos de tipo cooperativo.

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

**está bien que tengas tu propia visión del mundo, ser quien eres y probar tu poder*

**está bien imaginar cosas sin tener miedo de que se harán realidad*

**no tienes por qué asustarte, ni enfermarte, entristecerte o enfadarte para que se te cuide*

**puedes ser poderoso y tener necesidades*

**está bien sacar consecuencias de tus actos*

**está bien que explores quien eres tú*

**es importante para ti sacar consecuencias sobre quien eres*

ETAPA V: EL PODER DE ORIENTAR LA ACCIÓN

(DE LOS SEIS A LOS DOCE AÑOS)

NECESIDADES:

El niño o la niña sigue necesitando a esta edad atención incondicional positiva.

Necesita hacer cosas, aprender técnicas, formas de hacer; incluso inventarse formas propias de hacer las cosas.

Aprender sobre la identidad sexual: como hacen las cosas las personas de su sexo; a esta edad necesita integrar el modelo sexual.

Necesita discutir con todos y por todo, sobre todo con el padre del sexo opuesto. Esto le ayuda a recibir los mensajes de los padres que necesita incorporar y que todavía no ha recibido.

Necesita relacionarse; las relaciones son muy importantes en este periodo y son generalmente entre iguales del mismo

sexo. Necesita la aprobación de un grupo de iguales; esto es muy importante para el niño o la niña; incluso las caricias de los amigos parecen a veces más importantes que las de los padres.

En esta época necesita aprender, en el terreno del pensamiento, razones y motivos que tienen que ver con los valores. También necesita experimentar para desarrollar estructuras de pensamiento más sofisticadas.

ATENCIONES BÁSICAS:

Las caricias condicionadas positivas por haber hecho bien algo son un refuerzo importante en esta etapa. También son adecuadas las condicionadas negativas como reconocimiento de un comportamiento inapropiado.

Enseñarle de forma suave, mediante modelado, actividades que le ayuden a integrar su identidad sexual, sin negar su sexo pero sin fomentar el mas-culinismo o la feminización radical.

Hay que proporcionarle información relacionada con los motivos éticos por los que hay que hacer ciertas cosas y no otras. Hay que hacerle saber también que todas las personas no tienen los mismos valores, que es bueno que él o ella tenga los suyos propios y que al mismo tiempo respete los de los demás. Puede que empiece a somatizar sentimientos. Entonces hay que hacerle saber que cuando necesite caricias es importante que las pida, porque somatizar (una forma de manipular el medio para obtener caricias) no arregla el problema, sino que hace que haya dos problemas. El niño o la niña debe tener permiso para recibir parentamiento fuera de la familia. No conviene una educación cerrada en la propia familia exclusivamente.

CAPACIDADES BÁSICAS:

Comienza a ser cada vez responsable más de sus necesidades. Es capaz de prepararse comidas simples; si es necesario puede ir a comprarse comida para no tener hambre; en situaciones de emergencia puede pedir ayuda a otras personas que no sean de su familia.

Entre ocho y nueve años está capacitado e interesado en formar grupos, clubs, pandillas, y generalmente tiene algún tipo de antipatía a los niños del sexo opuesto.

Es muy frecuente que las niñas tengan una especial mejor amiga para toda la vida, que generalmente durará dos o tres días.

Los sentimientos son muy importantes en esta época, y están conectados con las

LOS TRES ESTADOS DEL YO EN ANÁLISIS TRANSACCIONAL

Existen tres estados del yo, tres partes que constituyen la personalidad: el *Padre* (exteropsiquis), el *Adulto* (neopsiquis) y el *Niño* (arqueopsiquis). Según Eric Berne "*El Padre, el Adulto y el Niño no son conceptos como el Superyó, el Yo y el Ello (...) sino realidades fenomenológicas*". Los tres estados del yo juntos constituyen la estructura de la personalidad. Cada estado enriquece a los otros dos y les proporciona potencialidad. De la integración de los tres estados depende la salud física y la salud emocional. Cuando la interacción entre los tres estados es deficiente se producen descompensaciones y desequilibrios, casi siempre debido a bloqueos emocionales; si no existe interacción entre un estado y los otros dos o se halla muy alterada, aparecen las psicopatías.

El Padre

Contiene las pautas sociales, morales, religiosas etc., que se transmitieron a la persona durante los primeros años de vida a través de juicios, órdenes, críticas, normas educativas y de comportamiento, y que quedaron profundamente grabadas. Tales grabaciones son transmitidas por figuras parentales (padres, tíos, abuelos, etc.).

Las principales acciones del *Padre* son:

- Dar normas (aprobar-desaprobar; permitir-prohibir).
- Nutrir (cuidar, amar, proteger, mimar).
- Dominar (premiar-castigar, proteger-agredir)

- Criticar (alentar-desalentar, censurar, reprender, culpar)
- Dictar moldes cerrados de conducta o actuar conforme a ellos (generalizar, prejuizar)

El Niño

Constituido por los impulsos vitales y el caudal de experiencias subjetivas de los primeros años de vida.

Al mismo tiempo que se graban los acontecimientos externos que dan origen al *Padre*, se produce también la grabación de las experiencias subjetivas del propio niño.

La persona se halla en el *Niño* cuando piensa, siente y actúa como lo hacía en su niñez.

Este estado del yo está presidido por la emotividad, la intuición y la espontaneidad. En el *Niño* está lo mejor y lo peor de cada persona.

Las principales características del *Niño* son:

- Ambivalencia afectiva (creer que uno es el mejor o el peor). Alegría y miedo.
- Egocentrismo.
- Impulsividad.
- Fantasía (incluyendo el mentir); pensamiento mágico.
- Búsqueda del placer y evitación del dolor; el *Niño* apenas tolera esperar.

El Adulto

Mientras que el *Padre* y el *Niño* dan respuestas automáticas, el *Adulto* da respuestas lógicas. Este estado da a la persona la posibilidad de elegir sus respuestas, porque desde el *Adulto* la

persona puede elegir con cual de los tres estados del yo actuar. El *Adulto* es sensato, responsable, autónomo y está bien informado; utiliza un lenguaje preciso y científico. El *Adulto* es el mediador entre el *Niño* y el *Padre*, y es capaz de encauzar la creatividad del *Niño*.

Es el único estado del yo capaz de reprogramarse.

Las principales acciones del *Adulto* son:

- Recibir información (observar, estudiar, investigar, preguntar, etc.).
- Procesar la información (razonar, discurrir, reflexionar, etc.).
- Decidir partiendo de la información (tomar resoluciones, planificar, informar a otros, etc.).

El concepto de Caricia

En Análisis Transaccional *Caricia* se define como un estímulo intencional dirigido de una persona a otra, bien sea físico, verbal, gestual o escrito.

Existen dos tipos principales de *Caricias*: Positivas y Negativas, que a su vez se subdividen en Condicionadas e Incondicionadas.

Un ejemplo de *caricia Positiva Incondicionada* sería: "*Te quiero tal cual eres; te quiero porque has nacido*". Y otro de *Positiva Condicionada*: "*Me alegro de verte... A propósito ¿me podrías hacer este favor?*"

Ejemplo de *Negativa Incondicionada*: "*No te quiero; preferiría verte muerto*".

Ejemplo de *Negativa Condicionada*: "*Otra vez haces esto mal; sabes que no me gusta que...*".

caricias que necesita el niño o la niña, pero parece que el niño o la niña no quiere que se sepa la importancia que da a los sentimientos.

Ya puede moverse geográficamente a mayor distancia; no solo puede ir solo a la escuela sino que también puede atravesar solo la ciudad, ir a casa de un amigo y dormir allí. Es decir, se hace cada vez más independiente.

En esta época el aspecto más importante es que está creciendo su *estado del yo Padre* (la parte de la personalidad orientada al cuidado de sí mismo y de los

otros); el niño empieza a usarlo hacia los nueve años.

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

** está bien que aprendas a hacer las cosas a tu manera, tener tus propias normas morales y tus métodos*

** no tienes que sufrir para conseguir lo que necesitas*

** confía en tus sentimientos para guiarte*

** puedes pensar antes de hacer las cosas a tu manera*

** está bien discrepar*

** puedes hacerlo a tu manera*

ETAPA VI: EL PODER DE REGENERAR

(DE LOS DOCE A LOS DIECIOCHO AÑOS)

NECESIDADES:

Integrar los cambios físicos y emocionales de la pubertad. Saber que ya nunca será el niño o la niña que fue, y que eso no es terrible sino algo natural. También necesita saber que los cambios pasarán; mantener el equilibrio dentro de la tormenta emocional y existencial en que vive.

Aprender lo que se espera de un adulto para ser capaz de vivir por sí mismo

fuera de la familia. Necesita prepararse para marcharse de casa.

Sigue necesitando caricias incondicionales positivas y resolver cualquier cuestión no resuelta de etapas anteriores.

En cuanto a los sentimientos sexuales necesita aprender a sentirse bien teniéndolos en presencia del otro sexo pero sin presión para hacer algo en relación con esos sentimientos; en este sentido le es muy útil el grupo. Necesita sentirse seguro o segura con su sexualidad para poder verse a solas con otra persona del sexo opuesto; entonces podrá sentirse cómodo con sus sentimientos sexuales; podrá pensar y sentir a la vez.

Entre los doce y los catorce es probable que sienta una gran atracción hacia una persona de su propio sexo apenas un poco mayor que él o ella. Esto es normal y suele presentarse con más frecuencia en las chicas. Es un mecanismo que responde a la necesidad de incorporar características que él o ella tiene pero que solo reconoce en el otro y no en sí mismo; o bien características que no tiene y que quiere tener.

Una actividad importante para el adolescente es parentar a los padres. Eso completa su relación con ellos.

ATENCIÓNES BÁSICAS:

Al adolescente hay que darle oportunidades para funcionar teniendo confianza en su propio *Padre* (la parte de la personalidad orientada al cuidado de sí mismo y de los otros).

Salvo en situaciones de emergencia, situaciones en las que el adolescente se mete a sí mismo en problemas de efectos dañinos y de larga duración, no es apropiado que los padres usen su *Padre* en lugar del muchacho o la muchacha: no tienen por qué darle consejos ni decirle lo que tiene que hacer, salvo que él o ella lo pida explícitamente.

Hay que darle apoyo para atravesar los cambios físicos y los altibajos relacionados con los cambios hormonales, así como explicaciones amables de lo que le ocurre, haciéndole saber que eso no durará. También necesita apoyo e información previa sobre los cambios corporales que van a producirse o se están produciendo, como la aparición del vello, cambio de tamaño de los genitales, aparición de la menstruación, etc.).

En cuanto el/la joven empieza a relacionarse con el sexo opuesto, necesita apoyo e información de los padres. Esto es especialmente importante, porque a veces

suele perder el apoyo de su grupo de pares.

Hacia los dieciséis tanto el adolescente como sus padres se dan cuenta de que aquel niño o niña del pasado va a marcharse de la casa y no volverá. Esta idea es dolorosa para los tres, incluso aunque todo vaya bien, pero cuando hay inhibición la situación se hace más difícil todavía.

En esta época el hijo se rebela; el área de rebeldía es específica y suele elegir rebelarse contra el valor que los padres han manifestado como máspreciado. Por ello es conveniente escoger un valor y adherirlo a algo de manera que si el joven se rebela contra él, la rebelión no le haga daño. Es importante que los padres preparen una situación en que pueda rebelarse el/la joven y no se haga daño.

El chico suele tener encontronazos con la madre y la chica con el padre. Estos encontronazos se dan en el área física: el hijo llama *carrozas* o algo parecido a sus padres.

CAPACIDADES BÁSICAS:

El énfasis del desarrollo en esta etapa está más en la individuación que en la separación. El adolescente está aprendiendo "*qué clase de persona seré yo*" y "*qué clase de persona mayor estoy llegando a ser*".

Desarrolla mucho el área de sus relaciones, y atraviesa grandes cambios en los patrones de relación, pasando de ser solitario a tener muchos amigos y viceversa.

Se va interesando progresivamente por las personas del sexo opuesto.

Da y recibe mucho apoyo en su grupo de pares, en el que el abandono de algún miembro por una pareja puede ser considerado como una traición.

Los sentimientos sexuales se van diferenciando respecto a los de la infancia (cinco o seis años), haciéndose progresivamente más maduros. Conforme se hace mayor, la masturbación se vuelve menos satisfactoria, lo que le lleva a buscar la relación con otra persona.

Antes de marcharse de casa el joven o la debería haber desarrollado las siguientes habilidades:

- Cuidar de su alimentación, tanto en su obtención como en su preparación.
- Cuidar de su higiene personal.
- Cuidar de sus ropas.
- Conseguir caricias y apoyos suficientes y adecuados fuera de la familia. Esta

suele ser la cuestión más difícil para los adultos (buscar un medio de apoyo).

- Pericia en el manejo del dinero.

MENSAJES DE AFIRMACIÓN:

* *está bien que seas sexual, que tengas un lugar entre los adultos y que triunfes*

* *puedes ser una persona sexual y tener necesidades*

* *está bien ser responsable de tus propias necesidades, sentimientos y acciones.*

* *está bien que seas de la forma que eres*

* *eres bienvenido a casa de nuevo*

* *mi amor va contigo*

EL TIEMPO DE RECICLAR

A los diecinueve años comienza la última etapa, la de reciclar, que se extenderá ya a lo largo de toda la vida.

El desarrollo de la persona es algo que se produce de forma cíclica, de modo que cada cierto periodo de tiempo, y en determinadas circunstancias, el desarrollo en una determinada época de la vida está conectado con otras etapas anteriores; esto es algo que se repite a lo largo de la vida.

En estos reciclajes de etapas anteriores podemos darnos a nosotros mismos la oportunidad de rectificar tareas de etapas anteriores, o de acabarlas o completarlas. También podemos satisfacer necesidades y deseos que solo quedaron parcialmente satisfechos, lo cual limitó nuestro desarrollo como personas.

BIBLIOGRAFIA

BERNE E. (1964) *Games People Play*. New York: Grove Press. (Edición en castellano: *Los juegos en que participamos*. Diana. México, 1987).

BERNE E. *What Do You Say After You Say Hello?* Grove Press. New York, 1972. (Edición en castellano: *¿Qué dice usted después de decir hola?* Grijalbo, Barcelona, 1977).

LEVIN-LANDHEER P. *The Cycle of Development*. Transactional Analysis Journal, 1982, 12, 2: 129-139.

SCHIFF A, SCHIFF J. *Passivity*. Transactional Analysis Journal, 1971 1, 1: 71-78.

STEINER CM. *Scripts People Live: Transactional Analysis of Live Scripts*. Grove Press, New York, 1974. (Edición en castellano: *Los guiones que vivimos*. Kairós, Barcelona, 1991).

* Analista Transaccional en el área clínica certificado por la I.T.A.A. y por la E.T.A.A. (siglas correspondientes a la *Asociación Internacional de Análisis Transaccional* y a la *Asociación Europea de Análisis Transaccional*).