

3. Desarrollo psicosocial del adulto joven

DIVERSAS TRAYECTORIAS A LA ADULTEZ

Las trayectorias a la adultez son mucho más diversas que en el pasado. Antes de la década de 1960 en Estados Unidos, lo común era que los jóvenes terminaran la escuela, se fueran de casa de sus padres, consiguieran un trabajo, se casaran y tuvieran hijos, en ese orden. Para la década de 1990, solo uno de cada cuatro adultos temprano seguía esa secuencia (Mouw, 2005).

En la actualidad, para mucha gente joven, la adultez emergente es una época de experimentación antes de asumir los roles y responsabilidades de los adultos. Un joven, hombre o mujer, puede conseguir un trabajo, un apartamento y disfrutar de la soltería. Un matrimonio joven puede mudarse con los padres mientras terminan la escuela o empiezan de nuevo después de perder el trabajo. Las tareas tradicionales del desarrollo, como encontrar un trabajo estable y desarrollar una relación romántica de largo plazo, pueden ser pospuestas hasta los treinta e incluso más tarde (Roisman, Masten, Coatsworth y Tellegen, 2004).



DESARROLLO DE LA IDENTIDAD EN LA ADULTEZ

La adolescencia es una etapa de grandes cambios, desde el cuerpo y el cerebro en desarrollo al surgimiento de los nuevos roles sociales que se le imponen a los jóvenes mientras avanzan hacia la independencia. Erikson pensaba que la búsqueda de identidad era una tarea de

largo plazo, enfocada principalmente en la adolescencia, la adultez temprana ofrece una moratoria, un tiempo de espera, sin las presiones del desarrollo y con libertad para experimentar diversos papeles y estilos de vida. Sin embargo, representa un momento decisivo en el que se cristalizan de manera gradual los compromisos del papel de adulto. En la actualidad, en los países posindustrializados es cada vez más frecuente que la búsqueda activa de una identidad se extienda a la adultez emergente (Côté, 2006).

RECENTRAMIENTO

Se propuso el término recentramiento para denominar el proceso que fundamenta el cambio a una identidad adulta. Es la principal tarea de la adultez emergente. El recentramiento es un proceso de tres etapas donde el poder, la responsabilidad y la toma de decisiones pasa gradualmente de la familia de origen al adulto temprano independiente (Tanner, 2006):

En la *etapa 1*, al comienzo de la adultez emergente, el individuo todavía se encuentra inserto en la familia de origen, pero empiezan a crecer las expectativas de autoconfianza y autonomía. Por ejemplo, un adulto joven puede vivir en su hogar de origen y asistir a la preparatoria pero se espera que programe y controle sus propias actividades durante las horas que no está en la escuela.

- En la *etapa 2*, durante la adultez emergente, el individuo sigue vinculado con su familia pero ya no está inserto en ella. Por ejemplo, un estudiante universitario puede vivir en una residencia universitaria pero aún depender económicamente de sus padres mientras completa sus estudios. Esta etapa se caracteriza por la presencia de actividades temporales y de exploración en diversas materias escolares, trabajos y con diversas parejas. Hacia el final de esta etapa, el individuo comienza a establecer compromisos serios y a ganar los recursos necesarios para mantenerlos.
- En la *etapa 3*, hacia los 30 años, el individuo pasa a la adultez temprana. Esta fase se distingue por la independencia de la familia de origen (al tiempo

que se conservan los lazos) y la dedicación a una carrera, pareja y, posiblemente, los hijos. En esta etapa, el joven adulto puede estar estableciéndose en una carrera o con una pareja y vivir de manera independiente pero aún mantener lazos cercanos con sus padres o familia de origen.

LA MORATORIA CONTEMPORÁNEA

Una sociedad posindustrial fragmentada ofrece pocas guías a muchos adultos emergentes y menos presión para crecer (Heinz, 2002). No todos están igualmente preparados para la tarea (Côté, 2006). En general, hay un cambio en las metas relacionadas con el proceso de recentración. Muchos adultos jóvenes se alejan de las metas relacionadas con la educación, los viajes y los amigos para orientarse a metas relacionadas con la salud, la familia y el trabajo (Salmela-Aro, Aunola y Nurmi, 2007).

La investigación sobre el estatus de la identidad encontró que solo alrededor de la tercera parte de los jóvenes occidentales parecen pasar por lo que Marcia denominó estatus de *moratoria*, una crisis en que adquieren una mayor consciencia de sí mismos que los lleva a una resolución. De hecho, durante este lapso se observa un retroceso en aproximadamente 15% de ellos y cerca de la mitad no muestra ningún cambio significativo (Kroger, Martinussen y Marcia, 2009).

En lugar de dedicarse a la exploración activa y conciencia de su identidad, muchos adultos tempranos muestran poca reflexión activa y consciente y más bien adoptan un enfoque pasivo (difuso) o siguen la guía de sus padres (exclusión). No obstante, cerca de tres de cada cuatro se decide por algún tipo de identidad ocupacional cerca de los 30 años. La confusión de la identidad *persiste* en 10 a 20% de ellos, que carecen de lo que Erikson llamó *fidelidad*: la fe en algo mucho mayor que ellos mismos (Côté, 2006).

Exploración de la identidad racial y étnica La exploración de la identidad es diferente entre las minorías étnicas y raciales que entre la mayoría blanca de la población. La identidad étnica puede definirse como la identidad de una persona que es integrante de un grupo étnico particular (Phinney, 2003) y forma parte de la identidad social más amplia del individuo (Tajfel, 1981). Muchos jóvenes de grupos minoritarios, a menudo fuera de las preocupaciones económicas, deben asumir responsabilidades adultas antes que sus pares. Al mismo tiempo, valoran las relaciones familiares estrechas e interdependientes y llegan a sentirse obligados a ayudar económicamente a su familia. A veces sufren presiones para casarse y tener hijos pronto, o ingresar de inmediato a la fuerza de trabajo en lugar de dedicar años a la educación superior. De esta forma, para ellos se acorta

la adultez emergente. Por otro lado, tienen que enfrentar problemas de identidad especiales respecto de su etnicidad, este proceso puede extenderse después de los veinte (Phinney, 2006).

Si viven en contextos diferentes de su cultura de origen, pueden comenzar a cuestionar los valores tradicionales de su grupo étnico. Para alcanzar una identidad étnica segura, es necesario que se sientan parte de un grupo étnico y de una sociedad más amplia y diversa y tener una opinión positiva de las dos culturas, minoritaria y mayoritaria, en que viven. Los jóvenes multirraciales enfrentan la dificultad adicional de tener que averiguar cuál es su lugar en el mundo. Sin embargo, muchos encuentran una solución que los conduce a conseguir una identidad, como se expresa en el párrafo siguiente:

(Cuando era menor, sentía que no había un lugar para mí. Pero llegué a la conclusión de que [...] así es como soy [...] y que mi hogar está en mi interior [...] Ya no siento la compulsión de tener que encajar, porque si uno trata de hacerlo, nunca lo logra. [Alipuria, 2002, p. 143])

Como era de esperarse, la formación de una identidad étnica segura tiene amplias repercusiones. La identidad étnica segura se relaciona con una mayor autoestima (Umaña-Taylor y Updegraff, 2006), y dado que involucra sentimientos positivos acerca de la identidad personal propia y de la cultura más amplia (Phinney, 1989), no sorprende encontrar que se relaciona con mayor aceptación de otros grupos (Phinney, Ferguson y Tate, 1997). Es de suponer entonces, que dichos sentimientos podrían producir interacciones más positivas entre grupos distintos y reducciones en la discriminación (Phinney, Jacoby y Silva, 2007).

FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS CAMINOS HACIA LA ADULTEZ

En los caminos hacia la edad adulta influyen factores como el género, capacidades académicas, primeras actitudes hacia la educación, raza y origen étnico, expectativas al final de la adolescencia y clase social. Cada vez es más común que los adultos emergentes de los dos sexos continúen sus estudios y demoren la paternidad (Osgood, Ruth, Eccles, Jacobs y Barber, 2005), decisiones que, normalmente, son determinantes para la prosperidad futura en el trabajo, así como para el bienestar en general. En un estudio longitudinal en el que se siguió a una muestra nacional representativa de alumnos de último año de preparatoria cada año desde 1975, los adultos emergentes con mayor bienestar fueron los que todavía no se habían casado, no tenían hijos, asistían a la universidad y vivían lejos del hogar familiar (Schulenberg, 2005). En otro estudio, los jóvenes que mostraban poca ambición dejaron antes el hogar,

recibieron menos apoyo de sus padres, renunciaron a la educación superior y tuvieron hijos antes. En particular, la paternidad temprana limita las perspectivas del futuro (Boden, Fergusson y Horwood, 2008; Mollenkopf, Waters, Holdaway y Kasinitz, 2005). Algunos adultos emergentes tienen más recursos que otros (económicos y de desarrollo).

Mucho depende del desarrollo del yo: una combinación de la capacidad de entenderse y entender al mundo, de integrar y sintetizar lo que uno percibe y sabe, y de hacerse cargo de planear el curso de la propia vida. Las influencias familiares son importantes. Se encontró que los jóvenes cuyo desarrollo del yo a los 25 años tendía a “estar bloqueado” en un nivel menos maduro muy probablemente habían tenido padres que, a los 14 años, habían inhibido su autonomía, los habían devaluado y mostraban más hostilidad en las conversaciones (Billings, Hauser y Allen, 2008). Como resultado de esas y otras influencias, algunos adultos emergentes tienen un yo más desarrollado que otros y, por tanto, son más capaces de aprender a valerse por sí mismos (Tanner, 2006). (Papalia 2017)

Adulto Joven:
Características Socioemocionales:

Según Erickson el adulto joven enfrentar la intimidad versus el aislamiento en donde la gran tarea es: ser capaz de comprometerse con otro.

Según Schwartz las personas solteras pueden tener 6 estilos de vida:

1. La Profesional
2. La social
3. La activista
4. El pasivo
5. Los asistenciales





DESARROLLO DE LAS RELACIONES ADULTAS CON LOS PADRES

Cuando los jóvenes se van de casa, tienen que completar la negociación sobre la autonomía que comenzó en la adolescencia y volver a definir la relación con sus padres para que ésta sea una relación entre adultos. Los padres que no pueden aceptar este cambio retrasan el desarrollo de sus hijos (Aquilino, 2006).

Influencias en las relaciones con los padres.

Aunque ya no son niños, los adultos emergentes todavía necesitan la aceptación, empatía y apoyo de sus padres, y el apego a ellos no deja de ser un elemento fundamental del bienestar. El apoyo económico de los padres, en especial para la educación, acrecienta la posibilidad de que los adultos emergentes tengan éxito en sus papeles de adultos (Aquilino, 2006).

Estas relaciones son mejores cuando los adultos tempranos están casados, aunque sin hijos; cuando desarrollan una actividad productiva (escuela, trabajo o las faenas del hogar) y no viven en el hogar familiar. Este resultado indica que los padres y sus hijos adultos tempranos se llevan mejor si éstos han seguido una línea de vida normal, pero pospusieron la responsabilidad de ser padres hasta no haber establecido otros papeles adultos (Belsky, Jaffee, Caspi, Moffitt y Silva, 2003).

La relación entre la madre y el padre repercute en la calidad de la que establecen con sus hijos adultos (Aquilino, 2006). El hecho de que el adulto temprano quede “atrapado” entre dos padres en conflicto, retransmitiendo mensajes de un padre al otro y tratando de minimizar los conflictos entre ellos (Amato y Afifi, 2006), puede tener consecuencias negativas. Por ejemplo, un estudio realizado con 426 adolescentes demostró que dichas situaciones resultaban tres años más tarde en niveles más altos de síntomas de internalización y pensamientos depresivos (Buehler y Welsh, 2009).

Incapacidad para independizarse. En la película de 2006, *Soltero en casa* (Failure to Launch), Matthew McConaughey, interpreta a un treinta-ñero que, para consternación de sus padres, todavía vive con ellos. Esta situación se ha vuelto cada vez más común en Estados Unidos, en especial en familias de altos ingresos (Hill y Holzer, 2007). En general es equivocada la visión estereotipada de que esos adultos tempranos que no se mudan del hogar de sus padres son holgazanes que se niegan a aceptar la responsabilidad (Arnett, 2007b). Más bien, se ven forzados a mantener cierta dependencia debido a las dificultades económicas y a la necesidad de obtener entrenamiento o un grado académico mayor que las generaciones anteriores. Sin embargo, los hijos adultos que viven aún con sus padres pueden tener problemas para redefinir su relación con éstos.

La transición puede ser gradual y tardar muchos años, en especial si el hijo adulto todavía necesita el apoyo económico de sus padres (Aquilino, 2006). La tendencia a que los adultos emergentes vivan en el hogar de sus padres también se nota en algunos países europeos que no conceden beneficios gubernamentales a los jóvenes desempleados; en Italia, más de la mitad de los hombres jóvenes viven con sus padres hasta los 30 años.

Aunque vivir con los padres se ha asociado con menor satisfacción con la vida, cada vez es menos cierto, a medida que esta situación se hace más común. Más de la mitad de las familias europeas tienen una visión positiva de la permanencia de los hijos adultos tempranas en el hogar paterno (Guerrero, 2001). En efecto, es posible que los europeos atestigüen una nueva etapa del desarrollo, *la adultez en casa*, en la que hijos adultos y sus padres se tratan como iguales (Newman y Aptekar, 2007).

CUATRO ENFOQUES DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

¿Qué es la personalidad? La respuesta depende en parte de cómo la estudiamos y la medimos. Cuatro enfoques del desarrollo psicosocial de la adultez son: modelos de etapas normativas, modelos del momento de los eventos, modelo de rasgos y modelos tipológicos. Estos cuatro puntos de vista plantean diferentes cuestiones sobre la personalidad adulta, estudian aspectos diferentes de su desarrollo y, por lo regular, aplican métodos distintos.



MODELOS DE ETAPAS NORMATIVAS

¿A qué edad deberían casarse las personas? ¿Tener hijos? ¿Elegir una carrera? Todas las culturas tienen distintos principios acerca de cuál es el momento indicado para

eventos importantes de la vida. Los modelos de etapas normativas establecen que los adultos siguen una secuencia básica de cambios psicosociales relacionados con la edad. Los cambios son normativos en el sentido de que parecen comunes de la mayoría de los integrantes de una población en un periodo en particular. Sin embargo, lo que se considera normativo depende de las expectativas de esa cultura acerca del momento en que deben presentarse los eventos de la vida.

Erikson proponía que la resolución exitosa de una crisis psicosocial coloca a las personas en una buena posición para abordar exitosamente la siguiente. La crisis psicosocial durante la adolescencia, según Erikson, es la formación de la identidad. Los adultos tempranos que desarrollaron un sentido sólido del yo durante la adolescencia están listos para fundir su identidad con la de otra persona. Es decir, conocerse a uno mismo y lo que uno quiere, brinda mayores probabilidades de establecer una relación de pareja con una persona que sea compatible y que satisfaga sus necesidades.

¿Por qué se debe luchar por conseguir intimidad? Según Erikson las personas que no pueden establecer compromisos personales profundos con los demás corren el riesgo de aislarse y ensimismarse. Sin embargo, necesitan algún grado de aislamiento para reflexionar sobre su vida. El proceso de formar un sentido de intimidad también es importante. Las relaciones íntimas exigen sacrificios y compromisos. Al tiempo que los adultos tempranos resuelven las exigencias contradictorias de intimidad, competitividad y distancia, desarrollan un sentido ético que Erikson consideraba la nota distintiva del adulto.

La resolución de esta etapa da por resultado la virtud del *amor*: la devoción mutua entre parejas que decidieron compartir su vida, tener hijos y ayudar a éstos a lograr un desarrollo sano. Según Erikson, la decisión de no cumplir el impulso natural de procrear tiene graves consecuencias para el desarrollo. Su teoría ha sido criticada por excluir a los solteros, célibes, homosexuales y personas sin hijos de su concepción de desarrollo sano, además de tomar como norma el patrón masculino de desarrollo de la intimidad después de la identidad.

A pesar de las críticas, las investigaciones relacionadas con las etapas normativas de la vida han tenido un efecto continuo en el campo. Los psicólogos basándose en la obra de Erikson, identificaron tareas del desarrollo que deben completarse para lograr una sana adaptación a cada etapa de la vida (Roisrnan, *et al.*, 2004). Entre las tareas del desarrollo de los adultos tempranos se encuentran: dejar la casa para seguir los estudios, trabajar o prestar servicio militar; cultivar nuevas amistades más íntimas y relaciones románticas, y desarrollar un

yo independiente y seguro (Arnett, 2004; Scharf, Mayseless y Kivenson-Baron, 2004). Quizás el mensaje más importante de los modelos de las etapas normativas es que el desarrollo no termina al llegar a la edad adulta. Las personas continúan cambiando y desarrollándose toda la vida, no solamente en la niñez.

Tanto el Estudio Grant como las primeras investigaciones de Levinson se llevaron a cabo con grupos pequeños de hombres y mujeres nacidos en las décadas de 1920, 1930 Y 1940. En el desarrollo de estos hombres y mujeres influyeron hechos sociales particulares de su cohorte, y también su posición socioeconómica, grupo étnico y género. En la actualidad, los adultos tempranos siguen rutas de desarrollo mucho más diversificadas y, por consiguiente, maduran de forma distinta a la de los hombres y mujeres de esos estudios. Además, los resultados de los estudios normativos no se aplican necesariamente a otras culturas, las cuales pueden tener patrones de desarrollo vital muy diferentes.

De cualquier manera, la investigación de las etapas normativas ha tenido un efecto continuo en el campo. Los psicólogos, apoyados de manera principal en la obra de Erikson, identificaron tareas del desarrollo que deben completarse para lograr una sana adaptación a cada etapa de la vida (Roisman, *et al.*, 2004). Entre las tareas del desarrollo de los adultos tempranos se encuentran dejar la casa para seguir los estudios, trabajar o prestar servicio militar; cultivar amistades nuevas más íntimas y relaciones románticas, y adquirir un sentido de que el yo es independiente y seguro (Arnett, 2004; Scharf, Mayseless y Kivenson-Baron, 2004). Otras tareas del desarrollo en este periodo son terminar la escuela, incorporarse al mundo del trabajo y adquirir independencia económica.

Quizá el mensaje más importante de los modelos de etapas normativas es que el desarrollo no termina al llegar a la edad adulta. Independientemente de que las personas sigan o no los patrones específicos que proponen estos modelos. En la investigación de las etapas normativas se sostiene la idea de que los seres humanos cambiamos y nos desarrollamos durante toda la vida.



MODELO DEL MOMENTO DE LOS EVENTOS

En lugar de contemplar el desarrollo de la personalidad adulta solo como una función de la edad, el modelo del momento de los eventos, elaborado por Bernice Neugarten y otros (Neugarten, Moore y Lowe, 1965; Neugarten y Neugarten, 1987) sostiene que el curso del desarrollo depende del momento en que ocurren ciertos eventos en la vida de las personas. Los eventos normativos de la vida (llamados también *eventos normativos de la edad*) ocurren normalmente en ciertas épocas de la vida, y se concretan en hechos como el matrimonio, la paternidad, el nacimiento de los nietos y el retiro. Según el modelo, las personas son muy conscientes de su momento y del reloj social, las normas de la sociedad y lo que en ésta se considera el momento oportuno para ciertos acontecimientos de la vida.

Si los eventos se presentan a tiempo, el desarrollo avanza de manera uniforme. En caso contrario, sobreviene el estrés como resultado de un evento inesperado (como quedarse sin trabajo), un evento a destiempo (enviudar a los 35 años o ser obligado a retirarse a los 50) o de que 110 se presente un acontecimiento (nunca casarse o no poder tener hijos). Las diferencias de personalidad influyen en la forma de responder a los eventos de la vida y llegan a influir en su oportunidad. Por ejemplo, una persona resiliente experimentará una transición más suave a la edad adulta y las tareas y eventos que la esperan que una persona demasiado ansiosa, que puede aplazar las decisiones sobre sus relaciones o su carrera.

El momento habitual de los eventos de la vida varía entre las culturas y las generaciones. Cohortes más recientes de adultos tempranos concluyen las tareas de este periodo del desarrollo a edades mayores de lo que antes era normativo, lo que indica un cambio en los años recientes en la operación del reloj social de la cultura estadounidense. (Arnett, 2010).

El aumento en la edad promedio en que los adultos estadounidenses se casan por primera vez (U. S. Census Bureau, 2010 a) y la tendencia a postergar el primer nacimiento (Martin, Hamilton *et al.*, 2010) Son dos ejemplos de eventos cuyo tiempo de aparición ha cambiado. Un cronograma que parezca adecuado para las personas de una cohorte no le parecerá así a la cohorte siguiente.

Desde mediados del siglo XX, en muchas sociedades occidentales los relojes sociales han llegado a ser más graduados por la edad. En la actualidad, las personas aceptan mejor a padres de 40 años y abuelos de la misma edad, jubilados de 50 y trabajadores de 75, personas de 60 en pantalones vaqueros y rectores universitarios de 30 años. El ensanchamiento de las normas etarias socaba la capacidad de pronóstico en que se basa el modelo del momento de los eventos.

El modelo del momento de los eventos hizo una importante contribución a nuestro conocimiento de la personalidad adulta al subrayar el curso individual de la vida y poner en tela de juicio la idea de cambios sucedidos universalmente con la edad. Sin embargo, es posible que su utilidad se reduzca a culturas y épocas en que las normas de conducta son estables y conocidas.

MODELOS DE RASGOS: LOS CINCO FACTORES DE COSTA Y MCCRAE

La mayoría de las personas enumera adjetivos cuando se les pide que se describan; pueden decir que son tímidos o extrovertidos, amistosos o neuróticos, honestos o trabajadores. Todas las descripciones se centran en algo que los psicólogos llaman rasgos. Los rasgos pueden ser considerados como atributos mentales, emocionales, de temperamento o de comportamiento que varían entre las personas. El modelo de rasgos trata de encontrar la estabilidad o el cambio en los rasgos de personalidad. Paul T. Costa y Robert R. McCrae desarrollaron y probaron un modelo de cinco factores o dimensiones, que son la base de cinco grupos de rasgos conocidos como los “cinco grandes”. Éstos son (1) *neuroticismo* (N), (2) *extroversión* (E), (3) *franqueza* (F), (4) *escrupulosidad* (E) y (5) *agradabilidad* (A). (Tabla 2.1.)

Cada rasgo de la personalidad, llamado agrupamiento, tiene distintos rasgos, o facetas, relacionados con él. El *neuroticismo* es un conjunto de seis rasgos o facetas, que indican inestabilidad emocional: ansiedad, hostilidad, depresión, autoconciencia, impulsividad y vulnerabilidad. La *extroversión* tiene también seis facetas: cordialidad, ánimo gregario, asertividad, actividad, búsqueda de excitación y emociones positivas. Las personas *abiertas a la experiencia* están dispuestas a probar nuevas cosas y adoptar nuevas ideas. Las personas *escrupulosas* hacen cosas: son competentes, ordenadas, cumplidas, decididas y disciplinadas. Las personas con *agradabilidad* son fiables, francas, altruistas, obedientes, modestas e influenciabiles.

Cada factor o dimensión de la personalidad representa un agrupamiento de rasgos o facetas relacionadas.

Cambio y continuidad según el modelo de cinco factores ¿Las personas cambian? En análisis de muestras grandes longitudinales y transversales de hombres y mujeres estadounidenses de todas las edades, Costa y McCrae (1980, 1988, 1994a, 1994b, 2006; Costa *et al.*, 1986; McCrae, 2002; McCrae y Costa, 1984; McCrae, Costa y Busch, 1986) observaron una continuidad notable en las cinco dimensiones entre la adolescencia y los 30 años, con cambios mucho más lentos en adelante. Ahora bien, la *dirección* del cambio varió de acuerdo con los factores de personalidad. En general, la *agradabilidad* y la *escrupulosidad* aumentaron, mientras que *aminoraron* el *neuroticismo*, la *extroversión* y la *apertura a la experiencia* (McCrae *et al.*, 2000). Con la edad, estos patrones de cambio parecen generalizarse entre las culturas y, por ende, según los autores, ser propios de la maduración (McCrae, 2002).

En contradicción parcial, en otros análisis de muchos estudios longitudinales y transversales se encontraron cambios importantes en casi todos los rasgos de personalidad durante la edad adulta (Roberts y Mroczek, 2008; Roberts, Walton y Viechtbauer, 2006a, 2006b). Como los estudios de Costa y McCrae, estos estudios también indicaron que los rasgos cambiaban de manera más notable en la adultez temprana que en cualquier otro periodo. Es cierto que los rasgos cambiaron de manera más marcada en la adultez temprana que en otro periodo, pero en una dirección siempre positiva y en particular con grandes incrementos en el dominio social (asertividad, una faceta de la extroversión), *escrupulosidad* y *estabilidad emocional*. Ahora bien, la personalidad también mostró un claro cambio positivo general después de los 30 años, incluso en la vejez, y los cambios ocurridos tendían a quedarse. Además, hubo pocas pruebas de causas genéticas o de maduración de los cambios producidos en la adultez temprana: “Creemos que las

■ TABLA 2.1. MODELOS DE LOS CINCO FACTORES DE COSTA Y MCCRAE.

EN: PAPALIA 2017.

Neuroticismo	Extroversión	Franqueza	Escrupulosidad	Agradabilidad
Tranquilo y ansioso	- Sociable o retraído	-Imaginativo o práctico	- Organizado o desorganizado	- Tierno o rudo - Confiable o
Tranquilo y ansioso -Seguro o inseguro -Autosatisfecho o autocompa	- Sociable o retraído -Divertido o sombrío -Afectuoso o reservado	-Imaginativo o práctico - Interesado en variedad o rutinario - Independiente o conformista	- Organizado o desorganizado - Cuidadosos o descuidado - Disciplinado o impulsivo	- Tierno o rudo - Confiable o sospechoso - Práctico o poco cooperativo

experiencias de la vida [...] centradas en la adultez temprana son la razón más probable de los patrones de desarrollo que vemos" (Roberts *et al.*, 2006a, p. 18).

Desde luego, algunas personas cambian más que otras y no todos los cambios son positivos.

Las personas con carreras prósperas y gratificantes en la adultez temprana muestran aumentos desproporcionados de estabilidad emocional y escrupulosidad, mientras que quienes flojean o son agresivos en el trabajo exhiben deterioro de estos rasgos (Roberts y Mroczek, 2008).

Los "Cinco Grandes" parecen vincularse a varios aspectos de la salud y el bienestar. En un estudio de muestras representativas de adultos de 25 a 65 años en Estados Unidos y Alemania, los "cinco grandes" (en particular neuroticismo) se asociaron con sentimientos subjetivos de salud y bienestar (Staudinger, Fleeson y Baltes, 1999). La escrupulosidad se ha relacionado con conductas higiénicas que contribuyen a una vida larga (Bogg y Roberts, 2004). Los "cinco grandes" rasgos también se han asociado con la satisfacción matrimonial (Gattis, Berns, Simpson y Christensen, 2004), relaciones entre padres e hijos (Kochanska, Friesenborg, *et al.*, 2004), conflictos en el trabajo y familia (Wayne, Musisca y Fleeson, 2004), y trastornos de la personalidad. Las personas con niveles elevados de neuroticismo son presas de ansiedad y depresión; las personas poco extrovertidas son proclives a la agorafobia (miedo a los espacios abiertos) y fobia social (Bienvenu *et al.*, 2001).

EVALUACIÓN DEL MODELO DE LOS CINCO FACTORES

Una de las fortalezas principales del método científico es que las teorías cambian y se actualizan cuando se descubren nuevos datos. El trabajo de Costa y McCrae representó originalmente un poderoso argumento a favor de la continuidad de la personalidad, sobre todo después de los 30 años. Investigaciones más recientes han cuestionado esa conclusión de manera tal que, ahora, Costa y McCrae aceptan que los cambios ocurren durante toda la vida.

MODELOS TIPOLÓGICOS

Jack Block (1971; Block y Block, 2006) fue un pionero del enfoque tipológico. Mediante la investigación tipológica se pretende completar y ampliar la investigación de los rasgos a través del examen de la personalidad como un todo funcional.

Los investigadores han identificado tres tipos de personalidad: *yo resiliente*, *sobrecontrolado* y *subcontrolado*. Las personas con *yo resiliente* están bien adaptadas, son confiadas, independientes, articuladas, atentas,

serviciales, cooperadoras y se concentran en sus labores. Los individuos *sobrecontrolados* son tímidos, callados, ansiosos y dependientes; se guardan lo que piensan, evitan conflictos y tienden más a la depresión. Las personas *subcontroladas* son activas, enérgicas, impulsivas, tercas y se distraen con facilidad. La resiliencia y el control del yo interactúan para determinar si la conducta es adaptada o inadaptada. Por ejemplo, la falta de control puede dar lugar a la creatividad y al ingenio o a conductas antisociales y de externalización. Del mismo modo, el control excesivo contribuye a la concentración y planificación de la persona o puede dar lugar a un estilo de conducta inflexible e inhibida. Las formas más extremas de exceso o falta de control por lo regular se asocian con niveles bajos de resiliencia del yo (Kremen y Block, 1998). Estos tipos de personalidad u otros semejantes se presentan en los dos sexos, entre culturas y entre grupos étnicos, y en niños, adolescentes y adultos.

Un estudio longitudinal en Múnich respalda la hipótesis de la influencia duradera de la personalidad infantil. Maestros y padres evaluaron anualmente a los niños entre los tres y los 12 años y luego entre los 17 y los 23 años. Los niños que habían sido sobrecontrolados entre los cuatro y los seis años, eran tímidos al final de la adolescencia y la adultez emergente. Mientras que los que habían sido subcontrolados al comienzo de la niñez fueron mucho más agresivos. Los rasgos se acentuaron entre los 17 y los 23 años. Además, los dos tipos, subcontrolado y sobrecontrolado, tuvieron más dificultades que los resilientes para asumir los papeles sociales adultos: dejar la casa de los padres, establecer relaciones románticas y conseguir trabajo de medio tiempo (Denissen, Asendorpf y van Aken, 2008).

Desde luego, encontrar una tendencia a la continuidad de actitudes y conductas no significa que la personalidad no cambie ni que ciertas personas estén condenadas a una vida mal adaptada. Los hijos subcontrolados tienen una mejor vida al comienzo de la adultez si encuentran escenarios en los cuales se considere ventajosa su energía y espontaneidad. Los jóvenes sobrecontrolados salen de su enconchamiento si ven que se valora su confiabilidad apacible. Además, si bien los tipos de personalidad establecidos en la niñez pronostican trayectorias o patrones de conducta de largo plazo, ciertos eventos pueden cambiar el curso de la vida (Caspi, 1998). Por ejemplo, para los jóvenes con problemas de adaptación, casarse con una persona que brinde apoyo puede generar resultados más positivos.

LOS DIFERENTES ESTILOS DE VIDA Y DE RELACIONES ÍNTIMAS DE LOS ADULTOS JÓVENES

BASES DE LAS RELACIONES ÍNTIMAS

Erikson consideraba que el desarrollo de relaciones íntimas es una tarea crucial de la adultez temprana. La necesidad de establecer relaciones firmes, estables, cercanas y comprometidas es una motivación importante de la conducta humana. Las personas incrementan (y mantienen) su cercanía debido a las revelaciones mutuas, la sensibilidad a las necesidades de la otra y la aceptación y el respeto recíprocos.

Las relaciones íntimas requieren de autoconciencia, empatía, habilidad para comunicar emociones, resolver conflictos y respetar los compromisos, y, si la relación es potencialmente de naturaleza sexual, de una decisión sexual. Estas habilidades son centrales cuando los adultos tempranos deciden si se casan o establecen relaciones íntimas y si tienen o no hijos (Lambeth y Hallett, 2002). Además, la formación de nuevas relaciones (por ejemplo, con parejas románticas) y la renegociación de las relaciones existentes (por ejemplo, con los padres) tienen implicaciones para la persistencia o cambio de la personalidad. Por ejemplo, las personas con puntuaciones elevadas en neuroticismo tienden a terminar en relaciones en las que se sienten poco seguras y con el paso del tiempo esos sentimientos crónicos de inseguridad las vuelven más neuróticas (Neyer y Lehnart, 2007). En resumen, puede considerarse que existe una influencia recíproca entre la personalidad y las relaciones.



LA AMISTAD

Durante los años de la edad adulta temprana a medida que la gente se enamora o se casa o vive con alguien, se establece en su carrera y cría a sus hijos, a menudo

siente como si no tuviera tiempo suficiente para estar con sus amigos. Los amigos, sin embargo, juegan un papel importante en la edad adulta temprana. De hecho, un estudio de las amistades a través del período de vida encontró que los recién casados tienen más amigos que los adolescentes, los de la edad intermedia o los de avanzada edad (Weiss y Lowenthal, 1975).

CARACTERÍSTICAS DE LA AMISTAD ADULTA

En un esfuerzo por identificar las características de una amistad estrecha y de distinguirlas de las de una relación romántica, un equipo de investigadores preguntó a 150 personas, de las cuales dos terceras partes eran estudiantes de una universidad y una tercera parte miembros de la comunidad (K.E. Davis, 1985). Encontraron que las amistades estaban caracterizadas por confianza, respeto, disfrute de la mutua compañía, comprensión y aceptación mutua, disposición para ayudar y confiar uno en el otro y espontaneidad, o sentirse libre de ser uno mismo.

Los vínculos románticos incluían todo esto, más la pasión sexual y el cuidado extremo, hasta el punto de la abnegación. Sin embargo, la gente del estudio veía a los mejores amigos como más estables que los lazos con un cónyuge o amante.

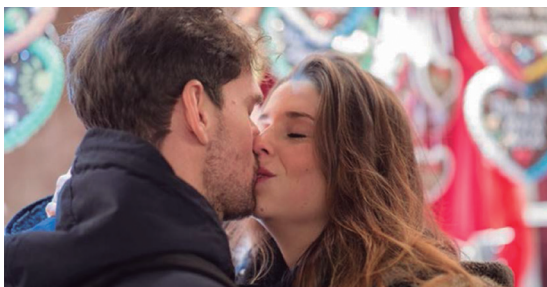
La mayor parte de los mejores e íntimos amigos de la gente eran de su mismo sexo; 27% inscribieron a los miembros del otro sexo como los mejores amigos.

La disposición para la amistad entre personas de distinto sexo también se hizo evidente en otro estudio, éste sobre norteamericanos y australianos de clase media alta cuyo promedio de edad era de 35 años. De manera general, las mujeres de este estudio tenían amistades más íntimas y emocionales que los hombres y, de nuevo, los amigos más íntimos de la gente eran de su mismo sexo. Sin embargo, los hombres y las mujeres de esta muestra que apoyaban las actitudes no convencionales tenían más en común entre sí que con la gente del mismo sexo que era convencional en sus creencias y comportamientos. El investigador definió la no convencionalidad desde el punto de vista del deseo de influir en el cambio, buscar placer o mayor felicidad y ejercer más control sobre la vida de uno, así como una completa satisfacción con la vida, combinada con la disposición de tomar riesgos. Los hombres y mujeres que encajan en esta descripción tienen más amigos de los dos sexos y se revelan más de sí mismos a sus amigos que los que no encajan. Los amigos de los dos sexos son importantes para ellos, pero también lo es una parte de soledad: no necesitan estar con otras personas todo el tiempo (R. Bell, 1981).

AMISTADES DE LA PAREJA

La gente recién casada a menudo encuentra que a uno no le interesan las amistades de los días de soltero del otro, y después tiene que decidir si ver a sus amigos separadamente, si tolerará los amigos mutuos, o si puede lograr algún tipo de arreglo. La gente puede hacer amigos como parejas -un nuevo elemento que hace más compleja la formación de amistades. Muy a menudo, la gente disfruta la amistad de un miembro del matrimonio, pero no la del otro. Aun en una sociedad orientada hacia la pareja, es difícil ver a uno sin el otro. Muchas parejas solucionan este problema permitiendo una clase de "licencia" para las amistades de pareja. Esto es, no esperan el mismo nivel de intimidad que buscarían en una amistad individual. La amistad satisface sus necesidades de involucrarse con otras personas diferentes de sí mismos y sus familias, les permite evitar el aislamiento y verse mutuamente en situaciones externas, y ofrece una fuente extra de estímulo para cada pareja (Leefeldt y Callenbach, 1979).

Los lazos forjados en la edad adulta temprana tanto con los amigos como con la familia, a menudo perduran toda la vida. Estas relaciones continúan influyendo en la gente durante la edad intermedia y la vejez, y los cambios que experimenta en sus años más maduros afectan estas relaciones.



EL AMOR

A casi todos les gustan las historias de amor, entre las cuales se incluyen las propias. Según la teoría triangular del amor de Robert J. Sternberg (1995, 1998b, 2006), la manera en que el amor se desarrolla es, en efecto, una historia. Los amantes son los autores y la historia que crean refleja su personalidad y su concepción del amor.

Pensar en el amor como una historia ayuda a ver la forma en que la gente selecciona e hilvana los elementos de la trama. Según Sternberg (1986, 1998a, 2006), los tres elementos o componentes del amor son intimidad, pasión y compromiso. La *intimidad*, el elemento emocional, incluye autorrevelación, lo que lleva al vínculo, la calidez y la confianza. Por ejemplo, las parejas recientes comparten historias de su niñez o sus esperanzas para el

futuro. La *pasión*, el elemento motivacional, se basa en impulsos internos que traducen la estimulación fisiológica en deseo sexual. La pasión incluye sentimientos de atracción sexual, pensamientos acerca de la pareja o la actividad sexual en sí misma. El *compromiso*, el elemento cognoscitivo, es la decisión de amar y quedarse con el ser amado. Así, por ejemplo, el compromiso podría incluir la decisión de que la relación sea exclusiva o de casarse. El grado en que está presente cada uno de los tres elementos determina qué tipo de amor siente una persona (tabla 2.2).

■ TABLA 2.2. PATRONES DEL AMOR. EN: PAPALIA 2017.

Tipo	Descripción
Sin amor	Faltan los tres componentes el amor: intimidad, pasión y compromiso. se refiere a la mayoría de las relaciones entre las personas, que son meras interacciones casuales.
Gusto	La intimidad es el único componente presente. Hay cercanía, comprensión, apoyo emocional, afecto, apego y cordialidad. Ninguna pasión ni compromiso.
Infatuación	La pasión es el único componente presente. Es el "amor a primera vista", una fuerte atracción física y estimulación sexual, sin intimidad ni compromiso. El enamoramiento puede surgir o morir de manera rápida, o dadas ciertas circunstancias puede durar por largo tiempo.
Amor vacío	El compromiso es el único componente. El amor vacío se encuentra a menudo en las relaciones de largo plazo que perdieron la intimidad y la pasión o en los matrimonios arreglados.
Amor romántico	Hay intimidad y pasión. Los amantes románticos se sienten físicamente atraídos uno por el otro y están emocionalmente unidos. Sin embargo, no se comprometen uno con el otro.
Amor de compromiso	Hay intimidad y compromiso. Es una amistad comprometida de largo plazo que ocurre en matrimonios en los que se apagó la atracción física pero la pareja se siente cercana e hizo el compromiso de permanecer unida.
Amor fatuo	Hay pasión y compromiso sin intimidad. Es el amor que lleva a un torbellino de cortejo, en el que una pareja se compromete por pasión, sin darse tiempo para alcanzar la intimidad. Este amor no dura, a pesar del intento inicial de compromiso.
Amor consumado	Los tres componentes se encuentran en este amor "completo", por el que mucha gente se esfuerza, en especial en las relaciones románticas. Es más fácil alcanzarlo que sostenerlo. Cualquiera de los dos puede cambiar de opinión sobre lo que quiere de la relación. Si el otro cambia también, la relación puede persistir con otra forma. Si el otro no cambia, es posible que la relación se disuelva.

La comunicación es una parte esencial de la intimidad. En un estudio transcultural. 263 parejas de adultos tempranos de Brasil, Italia, Taiwán y Estados Unidos expresaron su comunicación y su satisfacción con sus relaciones románticas. En los cuatro lugares, las parejas que se comunicaban de manera constructiva se sentían más satisfechas con sus relaciones que las otras (Christensen, Eldridge, Catta-Preta, Lim y Santagata, 2006).

El amor ha sido por mucho tiempo el tema favorito de los poetas, novelistas y compositores de canciones. Se ha vuelto cada vez más popular también entre los científicos sociales, quienes han dado ideas sobre algunos hallazgos ilustrativos acerca de “esta cosa llamada amor”.

¿Se atraen los polos opuestos? o ¿tiende la mayoría de las personas a enamorarse de alguien como ellas mismas? Algún elemento de egolatría debe involucrarse en la selección del ser querido, ya que los amantes tienden a parecerse entre sí en muchos aspectos: apariencia física y cualidades atractivas, salud mental y física, inteligencia, popularidad, cordialidad, felicidad marital e individual de sus propios padres y otros factores familiares como la condición socioeconómica, raza, religión, educación e ingresos (Murstein, 1980). Por otro lado, muchos escogen a compañeros que les ofrezcan algo que ellos mismos no tienen. Por ejemplo, una mujer joven muy inteligente que tiene dificultades para congeniar con la gente puede valorar la cordialidad y la amistad en un hombre, aun si él es menos culto que ella.

Las investigaciones sobre el amor han ayudado a disipar algunos de los mitos sobre él. Un estudio de 24 parejas, que oscilaban entre los 13 y los 70 años y a quienes sus conocidos describieron como “muy enamorados” (Neiswender, Birren, y Schaie, 1975), encontró que:

- Los hombres y las mujeres no experimentan el amor de manera diferente. Las mujeres, por ejemplo, no son más emocionales ni los hombres más físicos.
- El amor del matrimonio no es cualitativamente diferente del amor sin matrimonio. Tampoco es más realista y maduro ni menos idealista.
- El amor no es solamente para los jóvenes. A pesar de que las personas de diferentes

edades sí experimentan el amor en cierto modo diferente, la gente mayor ama tanto como la gente joven.

Cuatro aspectos de una relación parecen ser igualmente importantes: (1) emocional (“Me siento a él”), (2) cognoscitivo (“Pienso que ella toma buenas decisiones”), (3) físicos (“Nuestra relación sexual es tan fuerte como tierna”) y (4) (“Ella encuentra fácil confiar en mí”). La intimidad física se vuelve más firmemente importante desde la adolescencia hasta la edad adulta intermedia y después abruptamente menos importante. Los adultos jóvenes y de edad intermedia son los más realistas acerca de los puntos fuertes y débiles de sus seres queridos; tanto los adolescentes como los adultos de más edad tienden a idealizar a sus seres amados. (Por supuesto, debemos tener presente que estos hallazgos provienen de un estudio transversal, el cual midió las diferencias entre parejas de diversas edades más que cambios en parejas particulares).

Cuanto más equitativamente balanceadas estén las contribuciones individuales de una pareja para su relación, más feliz tiende a ser la pareja. Cuando un hombre y una mujer encuentran que su relación tiende a favorecer a uno o al otro, usualmente tratan de hacer su relación más justa (la persona que se siente engañada exige más, o el que no ha contribuido suficientemente da más) o se inducen a sí mismos a creer que las cosas son más justas de lo que parecen, o terminan la relación (Walster y Walster, 1978).

LA EDAD ADULTA TEMPRANA

B. Relaciones sociales y de intimidad.

Amor.

- ✓ Amor romántico: ternura o apasionamiento, sentimientos intensos.
- ✓ Amor erótico: atracción sexual, sexo y amor son interdependientes; una relación sexual satisfactoria fortalece el amor de pareja.
- ✓ Amor dependiente: mutua dependencia, que en casos extremos podría llegar a transformarse en obsesión o comportamiento neurótico.
- ✓ Amor filial: basado en compañía o interés común.
- ✓ Amor altruista: interés y preocupación genuinos, dar y recibir son mutuos





LA VIDA DE SOLTERO

El porcentaje de hombres y mujeres jóvenes que no se han casado todavía se ha incrementado dramáticamente durante las últimas décadas, en cada categoría de edad desde los 20 hasta los 34 años (cuadro 2.4). Algunas de estas personas con el tiempo se casarán, pero es posible que una creciente proporción nunca lo haga.

Muchos adultos jóvenes pueden posponer o evitar el matrimonio debido a la probabilidad de que terminará en divorcio (Glick 1986b). Tal precaución puede ser sensata, pues, como hemos visto, cuanto más joven se case la gente, menores son las probabilidades de éxito.

La gente que alguna vez pudo haber sentido presión para casarse, ahora parece sentir más libertad para permanecer soltera por más tiempo. Algunos desean la libertad de probar nuevas experiencias y no desean restringir esta libertad asumiendo las obligaciones emocionales y financieras del matrimonio. Puesto que las personas solteras no necesitan considerar cómo afectarán sus acciones a los esposos y a los hijos, son más libres para correr riesgos sociales, económicos y físicos. Pueden decidir más fácilmente andar por el país o por el mundo, correr riesgos en nuevas clases de trabajo, adelantar su educación o participar en actividades creativas. Algunas personas permanecen solteras porque les gusta estar solas.

Más de 60 hombres y mujeres solteros, de 22 a 62 años, revelaron en las entrevistas un número de “mejoramientos” (ventajas de ser solteros) y “presiones”

(aspectos negativos de estar casados) que hacían que mucha gente optara por la vida de soltero. Entre los “mejoramientos” la gente soltera citaba oportunidades de hacer una carrera; autosuficiencia; libertad sexual; estilo de vida emocionante; versatilidad; libertad de cambiar y oportunidades de mantener amistades, variedad de experiencias, pluralidad de papeles y autonomía psicológica y social. Entre los “presiones” estaban las restricciones dentro de una relación monogámica (sentirse atrapado, obstáculos para el desarrollo propio, aburrimiento, infelicidad, ira y participación prescrita en papeles y la necesidad de someterse a las expectativas), comunicación deficiente, frustración sexual, falta de amigos y disponibilidad limitada de nuevas experiencias (Stein, 1976).

Los problemas de los solteros van desde los prácticos como encontrar trabajo, conseguir un lugar para vivir y ser totalmente responsables de sí mismos hasta los intangibles como preguntarse dónde encajan en el mundo social, qué tan bien los aceptan los amigos y la familia, y cómo afecta su estado de soltería su autoestima.

Dos estereotipos comunes de los solteros que son más solitarios que la gente casada y que tienen muchos compañeros sexuales diferentes- no se mantienen bajo investigación. Cuando se entrevistó a 400 divorciados de Ohio, que se habían vuelto a casar, y gente que nunca se había casado y divorciado muchos de los sujetos que nunca se habían casado no expresaron grandes sentimientos de soledad y menos de

20% tenían múltiples compañeros sexuales. Sobre estos dos criterios, la gente divorciada se acercaba más al estereotipo de la que nunca se había casado (Cargan, 1981).

■ CUADRO 2.3. PORCENTAJE DE HOMBRES Y MUJERES QUE NUNCA SE CASARON EN DIVERSAS EDADES. 1970-1986

HOMBRES	1970	1980	1986
20-24 años	54.7	68.8	75.5
25-29 años	19.1	33.1	41.4
30-34 años	9.4	15.9	22.2
MUJERES	1970	1980	1986
20-24 años	35.8	50.2	57.9
25-29 años	10.5	20.9	28.1
30-34 años	6.2	9.5	14.2



RELACIONES MATRIMONIALES

La ubicuidad del matrimonio a través de la historia y alrededor del mundo da testimonio del hecho de que satisface una serie de necesidades fundamentales. El matrimonio es usualmente considerado como la mejor manera de asegurar una crianza disciplinada de los hijos y, de este modo, la continuación de la especie. En la mayoría de las sociedades, el matrimonio tiene también beneficios económicos, al encargarse

de una división ordenada de las tareas y una unidad de consumo y trabajo viable.

Le proporciona una salida asequible y regulada a la actividad sexual. En una sociedad altamente cambiante y fragmentada como la nuestra: el matrimonio proporciona *idealmente* un recurso seguro de amistad, afecto y compañía. Ofrece la oportunidad de desarrollo emocional a través de una relación recíproca que es más mutua que la relación con los padres y más comprometida que las relaciones con hermanos, amigos o enamorados. (La alta tasa de divorcio da testimonio de la dificultad de alcanzar estos ideales, pero la alta tasa de reincidencia muestra que mucha gente continúa intentándolo).

Estudios realizados entre los años 50 y los 70 encontraron que la gente casada era más feliz que otra o que la gente feliz tendía a casarse. En un estudio de 2000 adultos alrededor del país, los hombres y mujeres casados de todas las edades reportaron más satisfacción que los solteros, los divorciados o los viudos. Los más felices de todos eran gente casada entre los 20 y los 30 años, sin niños -especialmente las mujeres-. Las esposas jóvenes dijeron que sentían mucho menos estrés después del matrimonio, mientras que los esposos jóvenes, a pesar de ser felices, dijeron que sentían más estrés (A. Campbell, Converse, y Rodgers, 1975). Aparentemente, el matrimonio era visto todavía como un logro y una fuente de seguridad para una mujer, pero como una responsabilidad para un hombre.

Sin embargo esta imagen parece estar cambiando, según encuestas realizadas por el *National Opinion Research Center* (Glenn, 1987) A pesar de que una mayor proporción de gente casada que de gente que nunca lo ha estado todavía se consideran "muy feliz", la brecha se ha estrechado dramáticamente -entre la gente de 25 a 39 años- de 31 % al comienzo de los años 70 a 8% en 1986. Aparentemente, la gente que nunca se casó (especialmente hombres) es más feliz hoy en día, mientras que las casadas (especialmente mujeres) lo son menos.

Una posible razón es que algunos de los beneficios del matrimonio ya no se limitan al estado matrimonial. La gente soltera puede ahora obtener tanto sexo como compañeros fuera del matrimonio, y el matrimonio ya no es la única (o aun la más confiable) fuente de seguridad para las mujeres. Además, puesto que ahora la mayoría de las mujeres continúan con su empleo, es probable que el matrimonio para ellas traiga *incremento* en vez de disminución del estrés.

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO HUMANO II

■ SECCIÓN 2.3. LAS CINCO ETAPAS POR LAS QUE PASA EL MATRIMONIO.

“La relación matrimonial, a lo largo de su existencia, pasa por unas etapas las cuales están determinadas por las circunstancias que viven en su momento y también por el desarrollo personal de cada uno de los cónyuges. Cada etapa tiene sus bondades como también sus retos. Lo interesante es que este proceso es de alguna forma previsible y por lo tanto puede ayudar a que las parejas se preparen para afrontar cada una de ellas. Aunque no hay reglas generales, sí es cierto que algunos factores tanto externos como internos, determinan unas condiciones especiales; por ejemplo, no es lo mismo estar recién casados y sin hijos, que llevar veinte años de unión y con hijos jóvenes. Por eso, es de gran provecho para las parejas identificar la etapa que viven y las que están por llegar, para así convertir los desafíos en oportunidades de mejora. Las cinco etapas por las que pasa el matrimonio son las siguientes.

Primera etapa: Transición y adaptación	Comprende aproximadamente los tres primeros años de casados. Es una etapa fundamental puesto que en ésta se establecen los fundamentos o bases de la relación. Durante este tiempo la pareja se adapta a un nuevo sistema de vida, por eso las claves de esta fase son la comunicación y la negociación. Es importante que los cónyuges realicen un proyecto familiar, en el cual se visualicen a futuro y establezcan las metas que quieran lograr. Los aspectos más importantes para resolver en este período de ajuste son: Independizarse de las familias de origen, con el fin de lograr la autonomía que toda pareja necesita para llegar preparada a las siguientes etapas. Puesto que es un aprendizaje en un rol hasta entonces desconocido, se requiere paciencia, confianza, tolerancia y apoyo entre los cónyuges. Es una etapa para establecer las reglas de intimidad, sobre los gustos y preferencias, y aquellos momentos o situaciones que a cada uno le es desagradable. La pareja se prueba en el manejo y administración del dinero, del tiempo, así como en la distribución de tareas del hogar, entre otros. Es momento de decisiones y acuerdos.
Segunda etapa: Establecimiento y llegada de los hijos.	Ocurre entre los tres y los diez años de casados aproximadamente. Ya ha finalizado la luna de miel y el proceso de adaptación, ahora hay un mayor conocimiento del cónyuge y es probable que las desavenencias sean más frecuentes; o lo contrario sean menos, producto de la madurez adquirida en la primera etapa de convivencia. En esta fase los cónyuges aterrizan; el amor va acompañado más de la razón que del sentimentalismo. La voluntad juega un papel importante en el binomio compromiso-entendimiento. En esta época la mayoría de las parejas se convierten en padres; hecho que implica retos diferentes y una nueva organización de roles. Los cónyuges deben evitar que la dedicación que requieren los hijos, no desplace la relación de pareja. También hay que velar para que los compromisos del trabajo, y las demandas de la vida diaria, no inicien un gradual distanciamiento. Suele acontecer entre los diez y veinte años de casados, puede coincidir con la pubertad de los hijos y la edad mediana de los cónyuges. Esta última marca un período de reflexión y renovación en la vida del ser humano; por lo que es importante que el matrimonio se encuentre en un estado saludable y que individualmente se afronte de la mejor manera. Así no se convertirá en una amenaza para la estabilidad matrimonial. Del mismo modo, los esposos deben procurar que las dificultades que surjan por la crianza de los hijos, no afecten la unión conyugal. La unidad en la autoridad y el trabajo conjunto, deben ser la prioridad. En esta etapa los cónyuges deben ser bastante creativos, no caer en la rutina (fácil y silenciosa) redescubrirse otra vez como pareja y conectarse nuevamente. Deben recuperar los detalles -si los han perdido-, también compartir hobbies y actividades que ambos disfruten. El tiempo a solas, sin los hijos, es determinante en esta etapa. Se presenta entre los veinte y los treinta y cinco años de unión. “Cuando las parejas han sido capaces de resolver conflictos y crisis en las etapas anteriores, este es un período de estabilización y una oportunidad para lograr un mayor desarrollo y realización personal, y como pareja.” afirma el autor Francisco Castañera en su artículo “Ciclo de vida del matrimonio”. En esta etapa por lo general se da lugar al síndrome del “nido vacío”, lo que sitúa a la pareja en una nueva forma de vida; ahora están el uno para el otro. Para algunas personas, esta puede ser una situación penosa, pues conlleva al desprendimiento de los hijos, y consigo el sentimiento de soledad. No obstante, es algo que los padres terminan asumiendo y lo superan al cabo del tiempo. Lo valioso de esta etapa es la solidez y el conocimiento pleno de la pareja: la capacidad de dialogar, de tolerar mejor las diferencias, de reírse de los mutuos errores, de hacer las críticas de un modo amable, de iniciar juntos alguna actividad. Es la ocasión para reafirmar más la creatividad y encontrar nuevos desafíos a la vida matrimonial.

Tercera etapa: Transformación	Suele acontecer entre los diez y veinte años de casados, puede coincidir con la pubertad de los hijos y la edad mediana de los cónyuges. Esta última marca un período de reflexión y renovación en la vida del ser humano; por lo que es importante que el matrimonio se encuentre en un estado saludable y que individualmente se afronte de la mejor manera. Así no se convertirá en una amenaza para la estabilidad matrimonial. Del mismo modo, los esposos deben procurar que las dificultades que surjan por la crianza de los hijos, no afecten la unión conyugal. La unidad en la autoridad y el trabajo conjunto, deben ser la prioridad. En esta etapa los cónyuges deben ser bastante creativos, no caer en la rutina (fácil y silenciosa) redescubrirse otra vez como pareja y conectarse nuevamente. Deben recuperar los detalles -si los han perdido-, también compartir hobbies y actividades que ambos disfruten. El tiempo a solas, sin los hijos, es determinante en esta etapa.
Cuarta etapa: Estabilización y "Nido vacío"	Se presenta entre los veinte y los treinta y cinco años de unión. "Cuando las parejas han sido capaces de resolver conflictos y crisis en las etapas anteriores, este es un período de estabilización y una oportunidad para lograr un mayor desarrollo y realización personal, y como pareja." afirma el autor Francisco Castañera en su artículo "Ciclo de vida del matrimonio". En esta etapa por lo general se da lugar al síndrome del "nido vacío", lo que sitúa a la pareja en una nueva forma de vida; ahora están el uno para el otro. Para algunas personas, esta puede ser una situación penosa, pues conlleva al desprendimiento de los hijos, y consigo el sentimiento de soledad. No obstante, es algo que los padres terminan asumiendo y lo superan al cabo del tiempo. Lo valioso de esta etapa es la solidez y el conocimiento pleno de la pareja: la capacidad de dialogar, de tolerar mejor las diferencias, de reírse de los mutuos errores, de hacer las críticas de un modo amable, de iniciar juntos alguna actividad. Es la ocasión para reafirmar más la creatividad y encontrar nuevos desafíos a la vida matrimonial.
Quinta etapa: Envejecer juntos	Se da a partir de los treinta y cinco años de matrimonio. Algunas personas optan por la jubilación, así surge algo muy positivo y es que se dispone de más tiempo para disfrutar el uno del otro. Se realizan actividades antes imposibles por las ocupaciones laborales, y surge una gran motivación: los nietos. Estos pequeños le dan luz y felicidad al matrimonio en esta etapa. Los cónyuges en este tiempo, tienen mucha necesidad de apoyo y cariño uno del otro. Los conflictos en esta fase son bastante menos frecuentes; la mayoría de las parejas se han estabilizado en líneas de poder e intimidad.
Para finalizar, una reflexión en las palabras de Francisco Castañera: "Este recorrido, nos lleva a reflexionar sobre lo importante que es valorar durante todo nuestro matrimonio la calidad y cantidad de nuestra intimidad, el apoyo y el cariño que damos a nuestra pareja, y no esperar a la última etapa cuando el final se encuentra cerca." http://www.lafamilia.info/amor-y-matrimonio/las-cinco-etapas-por-las-que-pasa-el-matrimonio	

UNIÓN LIBRE

- Por su propia ideología, evitarse múltiples trámites y ceremonias, inseguridad, comodidad, etc. Muchas parejas optan por la unión libre relegando al matrimonio.
- Muchos adultos jóvenes desean establecer relaciones estrechas románticas y sexuales, pero no están listos para contraer matrimonios y quizás nunca lo estén.
- Con el incremento del divorcio, muchos tienen menos fe en el matrimonio.



LA COHABITACIÓN (UNIÓN LIBRE)

¿Por qué deciden vivir juntas las parejas? Por un lado, la tendencia secular biológica hacia la madurez más temprana, combinada con la tendencia social reciente hacia la educación extendida crea un intervalo más largo entre la madurez fisiológica y la social. Mucha gente joven desea relaciones sexuales estrechas y

aún no está lista para casarse. Vivir con alguien les ayuda a muchos adultos jóvenes a conocerse mejor, a entender que están involucrados en una relación íntima y a esclarecer qué desean en un matrimonio y en un compañero. A menudo, la experiencia madura a la persona.

Para mucha gente joven, vivir junta es el equivalente moderno de "estar junta". No es un ensayo de matrimonio, y tampoco parece servir como práctica para el matrimonio. La gente que ha vivido junta no necesariamente tiene mejores matrimonios que la que no lo ha hecho (I.M. Jacques y Chason, 1979). De hecho, un estudio encontró que durante el primer año de matrimonio, la gente que no había vivido junta previamente (una tercera parte de una muestra de 168 personas de la comunidad general) congeniaba mejor que la que sí -posiblemente porque la primera no había estado junta el tiempo suficiente para que surgieran los problemas (R.E.L. Watson, 1983).

Algunos de los problemas de las parejas en cohabitación son similares a los de los recién casados: involucrarse demasiado con la otra persona, el ago-

tamiento de una relación sexual, el sentimiento de la pérdida de identidad, una sobredependencia en el otro y un creciente alejamiento de los otros amigos. Otros problemas son específicos a la naturaleza de la cohabitación: inquietud acerca de la ambigüedad de la situación, celos y deseo de un compromiso. La mayoría de la gente recién casada manifiesta satisfacción con su convenio prematrimonial así haya cohabitado o no; pero cuando verdaderamente tiene remordimientos, es más probable que las mujeres se arrepientan de haber cohabitado, mientras que los hombres se arrepienten de no haberlo hecho (R.E.L. Watson, 1983).



LA PATERNIDAD O MATERNIDAD Y NO PATERNIDAD O NO MATERNIDAD

DECISIÓN DE CONVERTIRSE EN PADRES

El nacimiento de un bebé marca una gran transición en la vida de los padres. Pasar de una relación íntima que involucra a dos personas, a una que involucra a una tercera indefensa y totalmente dependiente cambia a la gente y los matrimonios. La paternidad o maternidad es una experiencia de desarrollo, ya sea que los niños sean una consecuencia biológica, adoptados o los hijos de un solo cónyuge.

POR QUÉ LA GENTE TIENE HIJOS

El tener hijos ha sido tradicionalmente visto como la “realización de un matrimonio, si no su razón principal” (McCary, 1975). En las sociedades preindustriales las familias necesitaban ser grandes: los niños ayudaban al trabajo de la familia y, con el tiempo, cuidaban de sus envejecidos padres. Y debido a que la tasa de muerte en la infancia era más alta de lo que es hoy en día, menos niños alcanzaban la madurez.

Debido a que las razones económicas y sociales para tener niños eran tan poderosas, la paternidad o la maternidad y especialmente la maternidad- tenían una única salida. Hoy en día, sin embargo, las razones económicas y culturales para la paternidad o maternidad han disminuido o se han invertido. En las sociedades avanzadas, el progreso tecnológico requiere menos trabajadores y la atención médica mejorada asegura la supervivencia de la mayoría de los niños. La superpoblación es un gran problema en algunas partes del mundo. En los países industriales, la seguridad social y otros programas gubernamentales ayudan con atención a la vejez. A más de esto, como veremos, se ha vuelto claro que los niños pueden tener efectos negativos como también positivos en el matrimonio.

Sin embargo, la mayoría de las parejas que tienen niños escogen hacerlo. Un equipo de investigadores estudió a 199 parejas casadas que fluctuaban entre no ser padres y ser padres de cuatro niños. Las motivaciones principales para la procreación fueron el deseo de una relación estrecha con otro ser humano y el deseo de tomar parte en la educación e instrucción de un niño. Los principales factores disuasivos eran los gastos asociados con los niños y las percepciones de los padres de que un niño interferiría con sus metas educativas y vocacionales.

Los teóricos psicoanalíticos sostienen que las mujeres tienen un deseo instintivo profundo de dar a luz y criar infantes; que de este modo reemplazan a sus propias madres; y que sus bebés son un sustituto del pene que nunca tendrán. Los psicólogos del yo como Erikson definen la paternidad o maternidad desde el punto de vista de crecimiento de fuentes de destrezas y personalidad; ven la generatriz o un interés en establecer y guiar a la generación venidera como una necesidad de desarrollo básica. Los sociólogos funcionalistas atribuyen la reproducción a la necesidad de inmortalidad de la gente, la cual logran reemplazándose por sus propios hijos. Aún otra interpretación es que la paternidad o la maternidad son una parte de la naturaleza, común a todo el mundo animal. Y hay todavía presiones culturales para tener hijos, con la hipótesis de que toda la gente normal los desea.

CUÁNDO LA GENTE TIENE HIJOS

De manera general, ahora las parejas tienen pocos hijos, y los tienen a una edad avanzada; muchas parejas gastan los primeros años de matrimonio finalizando su educación y estableciendo sus carreras. Más mujeres en estos días -no menos del doble de hace una generación-- tienen sus primeros hijos después de los 30 años -un patrón que se parece más estrechamente al de sus abuelas que al de sus madres (C.C Rogers y O'Connell, 1984).

Este patrón aparentemente no es un accidente: las encuestas nacionales muestran que las mujeres de hoy creen en una edad ideal tardía para el primer parto. Las mujeres más recientemente casadas, las mejor educadas y las más radicalmente feministas escogen las "edades ideales" tardías (Pebly, 1981). Las mujeres más educadas, en realidad, tienen sus hijos tarde; el

nivel educativo en el momento del matrimonio es el predictor más importante de la edad en que una mujer dará a luz por primera vez (Rindfuss y St. John, 1983). (Véase sección 2.3. sobre las ventajas y desventajas de tener hijos pronta o tardíamente).

La tendencia hacia la maternidad tardía parece ser favorable para los bebés. Cuando se entrevistó y se observó la interacción con sus infantes a 105 nuevas madres que oscilaban entre 26 Y 38 años, las madres mayores reportaron más satisfacción con la maternidad y empleaban más tiempo en ella. Eran también más afectuosas y sensibles con sus bebés y más efectivas para fomentar el comportamiento deseado. Una explicación puede ser que las madres más maduras son más capaces de manejar la transición a la maternidad.

■ SECCIÓN 2.3. ¿CUÁL ES LA MEJOR EDAD PARA TENER HIJOS?

EL TENER HIJOS PRONTO TIENE CIERTAS VENTAJAS:

- Es probable que los padres tengan más energía física.
- Pueden salir adelante mejor con cosas tales como levantarse en mitad de la noche, permanecer levantados toda la noche con un bebé enfermo e ir al paso de las pesadas exigencias de un trabajo y una familia.
- Es probable que la madre tenga menos problemas médicos con el embarazo y el parto. Estadísticamente, es más probable que las mujeres que conciben después de los 35 a 40 años, sufran de toxemia, presión sanguínea alta y problemas de temperamento, y corren un riesgo más alto de dar a luz a un hijo con un defecto de nacimiento.
- Cuando los niños son pequeños, los padres serán compañeros más eficaces. A medida que los niños se vuelven adolescentes y después adultos, los padres estarán más en armonía con ellos psicológicamente.
- Los padres se estarán dando a sí mismos un tiempo si tienen dificultad para concebir.

- Inmediatamente. (Algunas parejas de mayor edad que no conciben inmediatamente escuchan al reloj marcar el paso del tiempo. Cuántas más dificultades tengan, se volverán más ansiosos, y esta misma ansiedad puede resultar en nueva dificultad.)
- La madre habrá tenido menos años para participar en actividades que han sido identificadas como factores de riesgo en la maternidad -tales como tomar, fumar y comer en exceso. Además, es más probable que la hipertensión y problemas circulatorios relacionados, la intolerancia a la glucosa y la diabetes se desarrollen en la edad intermedia.
- No es tan probable que los padres hayan desarrollado expectativas irreales de sus hijos, como lo hacen muchas parejas que han esperado años para tener una familia.

POR OTRA PARTE EL TENER HIJOS TARDE TIENE TAMBIÉN VENTAJAS:

- Los padres habrán tenido una oportunidad de pensar más sobre sus metas -lo que desean en la vida, tanto de sus familias como de sus carreras.
- Los padres serán más maduros y tendrán los beneficios de la experiencia de su vida para traerlos a su paternidad.

- Los padres se encontrarán mejor establecidos en sus carreras y, así, no tendrán que apremiarse demasiado de trabajo en el preciso momento en que es más probable que las necesidades de sus hijos sean mayores.
- los padres ya se habrán probado a sí mismos que pueden hacerlo en el lugar de trabajo y, de este modo, no sentirán como si sus hijos estuvieran absteniéndolos de alcanzar el éxito en su carrera y serán capaces de descansar y de disfrutar de sus hijos.
- Es probable que los padres tengan más dinero, lo cual hará más fácil manejar los gastos de los niños, comprar servicios que economizan trabajo y tiempo y obtener más atención para los niños.
- Los padres estarán en una posición más fuerte para negociar una licencia de maternidad o paternidad, un horario de trabajo de medio tiempo, un arreglo para hacer algún trabajo en casa, o algún otro acuerdo. Conociendo su valor en una organización, es más probable que un empleador haga concesiones a las cuales sujetarse.

Fuente: Adaptación de Olds. 1986, p.p. 30-31.

LA TRANSICIÓN A LA PATERNIDAD O MATERNIDAD

Tanto los hombres como las mujeres experimentan muchos sentimientos conflictivos, a medida que se preparan para volverse padres. Los que han planeado

deliberadamente el embarazo están usualmente emocionados por el nacimiento venidero pero, generalmente, todavía experimentan ambivalencia. El embarazo los fuerza a pensar en la responsabilidad de cuidar de un niño totalmente dependiente e impone una sensación

ocasionalmente aterradora de estabilidad en el matrimonio. El embarazo tiene también un impacto en la relación sexual de una pareja, intensifica algunas veces la intimidad entre ellos, y otras crea barreras.

En verdad, la paternidad o la maternidad representan una alteración más abrupta y completa en la vida de una persona de lo que representa el matrimonio, tanto en las actividades cotidianas como en la apariencia externa. Los primeros estudios mostraron que el nacimiento o la adopción de un primer niño ocasiona un gran trastorno tanto para los padres como para el vínculo matrimonial (Dyer, 1963). Estudios más recientes, sin embargo, han representado el evento como una época de transición que involucra alguna dificultad pero es, de manera general, una experiencia positiva (Hobbs y Wimbish, 1977).

Durante el primer embarazo, los dos padres enfrentan tareas como desarrollar vínculos emocionales con los niños venideros, llegar a un acuerdo en las relaciones con sus propios padres, resolver sus propias necesidades emocionales de ser cuidados, evaluar el aspecto financiero y de alojamiento del cuidado de un niño, y otras cuestiones prácticas. Estas tareas les ayudan a los dos a desarrollar una apreciación de sí mismos como personas y como padres (Valentine, 1982).

Dos estudios de un total de 139 familias de Pensilvania, en su mayoría de clase media y que funcionaban bien, encontró que la transición a la paternidad o la maternidad puede crear tensión en un matrimonio. El efecto es particularmente notable de uno a tres meses después del nacimiento del primer niño, cuando la "luna de miel" termina. Sin embargo, aparentemente la paternidad o la maternidad no alteran drásticamente la calidad de la relación matrimonial: las parejas que tienen los matrimonios más felices antes de la llegada del bebé tienen aún los matrimonios más felices después (Belsky, Lang y Rovine, 1985).

Con la llegada de los alimentos nocturnos y los pañales sucios, las parejas reportaron que el matrimonio tendía a volverse menos romántico y de más participación. Manifestaron menos afecto, se comunicaban menos y compartían actividades en el tiempo libre con menos frecuencia. Las esposas, que realizaban la mayor parte de las labores del cuidado de los niños y de este modo experimentaban el mayor cambio de estilo de vida, mostraron un mayor descenso en la satisfacción matrimonial que sus esposos -pero después, las mujeres estaban más satisfechas que los hombres-. Los esposos se involucraron más, en cierto modo, en el cuidado de los niños cuando

los infantes tenían de tres a nueve meses; al final de ese tiempo, la satisfacción de los esposos y esposas se aproximó a un nivel casi igual.

Un estudio relacionado encontró que las parejas que experimentaron más estrés eran aquellas cuya experiencia con la paternidad o la maternidad durante los tres primeros meses de vida del bebé no fue tan buena como la esperaban. Este hallazgo confirma el punto de vista de la escuela de pensamiento de programación de eventos -de que la manera como la gente responde a los eventos cruciales de la vida depende de su anticipación a estos eventos-. De nuevo, este efecto era más pronunciado para las mujeres, que pudieron no haberse dado cuenta de hasta qué punto su vida cambiaría debido al agotamiento físico tanto del nacimiento como de la rutina diurna y nocturna del cuidado del bebé (Belsky, 1985).

Otro estudio, de 210 mujeres casadas de clase media en Georgia, encontró que el sexo del niño tiene importancia. Las madres de niños -especialmente las madres de dos niños, un infante y un preescolar- reportaron menos satisfacción matrimonial y cohesión que las madres de niñas o las esposas sin niños, que parecían ser igualmente felices en el matrimonio. Esto puede ser debido a que algunos padres encuentran que los jovencitos son más temperamentalmente difíciles y revoltosos que las niñas y el conflicto sobre el manejo del comportamiento de un hijo puede arruinar un matrimonio (Abbot y Brody, 1985).

DECISIÓN DE NO SER PADRE O MADRE

¿Cuándo van a tener ustedes un bebé?» Este estribillo es familiar -y molesto- para muchas parejas sin hijos. Algunas parejas eligen no tener hijos; otras (como lo acabamos de ver) desearían, pero no pueden. De 5% a 7% de parejas norteamericanas son parejas sin niños voluntariamente, y el número parece estar elevándose (O.E. Bloom y Pebley, 1982). Las parejas que eligen no tener niños tienden a seguir uno de dos caminos característicos: pueden decidir antes del matrimonio no tener nunca hijos; o más común: puede permanecer posponiendo la concepción hasta que, finalmente, lleguen a un punto en el que deciden que no desean niños en lo absoluto.

¿Qué hace que la gente llegue a esta decisión?

Algunas parejas concluyen a una temprana edad que no tienen lo que se necesita para ser buenos padres y que prefieren más bien tener contacto con los hijos de otra gente a que la responsabilidad sea completamente suya. En algunos casos, la gente tiene obligaciones tan pesadas con sus carreras que no desea tomar tiempo aparte de ellas para levantar una familia. Algunas parejas

piensan que el tener hijos puede ser una intrusión en su relación. Algunos disfrutaban la libertad de viajar o de poder hacer lo que decidan en el momento, y no desean las cargas financieras que los niños acarrear.

Los que eligen no tener niños tienden a ser habitantes blancos y educados en la ciudad con ingresos relativamente altos. Tienden a haberse casado relativamente tarde, haber experimentado la disolución matrimonial y

haberse mudado a menudo -algo que probablemente no habrían hecho con hijos. (O.E. Bloom y Pebley, 1982).

A pesar de que hay más aceptación ahora de la que solía haber de parejas que deciden no tener hijos, la desaprobación social aún existe, lo que hace a tales parejas defensivas y llenas de excusas. A pesar de la considerable evidencia de que la ausencia voluntaria de hijos no tiene efectos nocivos para la salud mental (O.E. Bloom y Pebley, 1982)

■ SECCIÓN 2.4. ETAPAS DE LA PATERNIDAD

LO QUE LOS NIÑOS DE DIFERENTES EDADES NECESITAN DE SUS PADRES				
<u>INFANTE Y NIÑO QUE EMPIEZA A CAMINAR</u>	<u>PREESCOLAR</u>	<u>COLEGIAL</u>	<u>ADOLESCENTE</u>	<u>ADULTO JOVEN</u>
Atención total: alimentación, vestimenta, baño, protección contra el peligro, etc. Vínculo emocional. Una sensación de seguridad que surge de la confianza de que están siendo cuidados. Los comienzos de un sentimiento de control sobre la vida, producto de la comprensión de los padres.	Cuidado constante, equilibrado con el fomento de la independencia y la autonomía. Ayuda para canalizar la agresión. Ayuda para desarrollar un buen sentido de identidad de sexo. Ayuda para formar una saludable aceptación de sus cuerpos. Estimulo de las capacidades intelectuales, especialmente el lenguaje.	Ayuda para balancear la información proveniente del mundo exterior, con lo aprendido en casa. Ayuda para formar metas por las cuales esforzarse. Ayuda para desarrollar un razonamiento moral. Fomento al logro (académico, atlético, social) Estimulo a los talentos especiales y a las habilidades. Ayuda para lograr una alta autoestima.	Ayuda para manejar el impulso sexual de manera positiva. Ayuda para lograr la independencia de los padres y otras autoridades adultas. Fomento a la formación de un código de valores propio. Animación y ayuda con los objetivos educativos y de carrera.	Fomento a la independencia. Conciencia de que los padres pueden ser consultados como amigos de más edad que compartirán su sabiduría y experiencia sin dirigir la vida de sus hijos, a causa de sus propias necesidades de éxito indirecto. Modelos de rol para lograr la intimidad para integrar los roles de trabajo y los familiares, a fin de hallar satisfacción.

■ CUADRO 2.4. COMO SE DESARROLLAN LOS ADULTOS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA PATERNIDAD

<u>ANTES DEL NACIMIENTO DEL PRIMER HIJO.</u>	<u>PREESCOLAR</u>	<u>COLEGIAL</u>	<u>ADOLESCENTE</u>	<u>ADULTO JOVEN</u>
<u>Pensar por qué desean hijos. Planeación de sus vidas como padres.</u> <u>INFANTE Y NIÑO QUE EMPIEZA A CAMINAR</u> <u>Resolución de los conflictos entre las metas individuales (carrera, bienestar y comodidad) y las necesidades de los bebés.</u> <u>Cambio en la imagen de sí mismos de hijos de padres a padres de hijos.</u> <u>Dar de uno mismo física y emocionalmente.</u> <u>Abrir paso a la relación con sus propios padres –estimulando su papel como abuelos– mientras que no se apoyen en ellos para las decisiones paternas o maternas.</u>	Aprender a cambiar el comportamiento paternal a medida que las necesidades de los niños cambian (permitir más independencia, por ejemplo.) Mantener firme el vínculo matrimonial, a pesar de las demandas de tiempo y energía de los niños. Perseguir metas vocacionales más vigorosamente a medida que el niño empieza a irse de la casa. Aprender como consultar libros, medios publicitarios y expertos en educación de niños, sin depender mucho de ellos. Perdonar a sí mismos por no ser padres perfectos.	Desarrollo de un punto de vista realista de las habilidades del niño, separando sus propias necesidades de logro de las del niño. Apreciación del niño por lo que es, no por vivir sus propias fantasías de ser un genio o un atleta. Aprendizaje de cómo ser sensible a las necesidades emocionales de otra gente. Participación en la vida escolar y extracurricular del niño para dar de sí mismos en un sitio público. Recuperación de la frescura de la infancia, viendo las cosas a través de los ojos de su hijo. Reescritura de su propia historia de la infancia, ofreciéndole al niño oportunidades que ellos nunca han tenido.	Reexamen de los valores en respuesta al interrogatorio y análisis de límites de los niños. Aprendizaje de cómo ser flexibles. Aprendizaje de cómo ser firmes para establecer límites necesarios. Ver al adolescente como a un adulto que está surgiendo, con sus propios intereses y no como un espejo de sus padres. Prestar atención a sus metas de carrera propias, mientras no se ignoren las necesidades de los niños.	Disfrute de la relación con los adultos jóvenes que llegan a ser como sus hijos. Aceptación de los niños como gente independiente que necesita tomar sus propias decisiones y aprender de sus errores. Aprendizaje de cómo ofrecer ayuda sin ser impertinente o controlador. Reconstrucción de su matrimonio (o la vida social simple) con una nueva base, sin niños en casa. Pensar nuevamente en objetivos de vida individuales después de que el trabajo de padre o madre está consumado. Adopción de la etapa de ser abuelos sin interferir en la educación que les dan a sus propios hijos los padres.



DIVORCIO

La disolución del matrimonio es mayormente un fenómeno de la edad adulta temprana. La “comezón de los siete años” es más que folklore; ésta es una época cumbre para el divorcio.

Los Estados Unidos tienen una de las tasas más altas de divorcio, con más de un millón al año (National Center for Health Statistics, 1984a). Pero la tasa de divorcio después de un ascenso de dos décadas, parece haberse nivelado desde 1980 (Glick y Lin, 1986b; Norton y Moorman, 1987). En la actualidad la tasa de divorcios en EE.UU., es del 53%. Y en otros países las estadísticas son las siguientes: “... Las tasas de divorcio más altas son las de los países europeos: España (61%), Portugal (68%), la República Checa (66%) y Hungría (67%). Pero Bélgica se lleva la palma con una tasa del 70%. La tasa de divorcios de Latinoamérica está aumentando en casi todos los países, sin embargo, este aumento es menos exagerado, por ejemplo, que en el continente europeo.

En Latinoamérica, el país con menos divorcios (de todo el mundo) es Chile (3%), mientras que en Ecuador el porcentaje de divorcios llega al 20%, en Guatemala al 5%, en México al 15%, en Panamá al 27%, en Brasil al 21% y en Venezuela al 27%.” (Business Insider 2014)

POR QUÉ HA AUMENTADO EL DIVORCIO

El divorcio es más común hoy en día debido a los cambios sociales. Ahora las mujeres son menos dependientes financieramente de sus maridos. De este modo, es menos probable que permanezcan en malos matrimonios. Hay menos obstáculos legales menos oposición religiosa y menos desdén social asociado a él. En el pasado, algunas parejas permanecían juntas “por el bien de sus hijos”; hoy en día ese no es siempre considerado el camino más sensato. Y puesto que actualmente una menor proporción de parejas *tienen* hijos puede ser más fácil retornar a un estado de soltero. También las tasas de divorcio son las más altas en épocas de prosperidad nacional (Kimmel, 1980); en épocas menos prósperas, las parejas pueden estar más dispuestas a soportar los

matrimonios infelices debido a las ventajas económicas de mantener sólo una familia.

Además la gente espera más del matrimonio ahora. A medida que sus bases económicas y sociales se han vuelto menos significativas su importancia emocional sí se ha vuelto tal. Más gente vive lejos de grandes familias. y desea que los esposos sirvan de padres y mejores amigos así como de amantes. La gente de hoy en día espera que su compañero enriquezca su vida, le ayude a desarrollar su potencial y sea compañero amoroso y sexualmente apasionado. Cuando un matrimonio no alcanza sus expectativas, pocas personas consideran vergonzoso tratar de obtener divorcio.

Por todas estas razones, es menos probable que la gente de matrimonios infelices acepte la situación hoy en día que lo que podría haber sido hace años. Es más probable que reconozca que el matrimonio no mejorará por sí solo y que la situación presente deteriore la personalidad de ambos esposos y sus hijos. Algunas parejas intentan una asesoría matrimonial profesional. Esto puede ayudarlos a resolver sus dificultades y salvar el matrimonio o a decidir que la separación es mejor para todos y manejarla de la mejor manera posible.

REACCIONES ANTE EL DIVORCIO

Aun si un matrimonio ha sido infeliz, terminarlo es siempre doloroso, especialmente cuando los niños están involucrados. Un divorcio trae sentimientos de fracaso, culpa, hostilidad y autorrecreminación. El divorcio tiene muchos aspectos: el emocional (deterioro de la relación matrimonial); el legal; el económico; el común a los dos padres (cuidar de las necesidades de los niños); los comunales (cambios en las relaciones con gente e instituciones externas a la familia); y el psíquico (la necesidad del individuo de obtener de nuevo la autonomía personal). En una relación particular, algunos de estos aspectos son más intensos que otros, pero todos causan estrés.

La disolución de un matrimonio es rara vez un suceso que ocurre de la noche a la mañana. En un estudio longitudinal que siguió a más de 4000 hombres durante cinco años, los más tardíos en separarse obtuvieron puntajes más bajos en medidas de bienestar psicológico que los obtenidos por los que todavía estaban casados cuando el estudio terminó; las diferencias a menudo se revelaban mucho antes de que ocurriera cualquier disolución matrimonial (Erbes y Hedderson, 1984). Por supuesto, no podemos estar seguros de si el bienestar general estaba afectado por el grado de satisfacción con el matrimonio o si la satisfacción en el matrimonio estaba afectada por el estado psicológico, o las dos cosas.

La adaptación de la persona después del divorcio depende ampliamente de los sentimientos hacia sí

mismo, hacia el compañero y hacia la forma como ha sido manejado el divorcio. La decisión de separarse puede ser una acción positiva que representa desarrollo y madurez, una nueva comprensión de uno mismo y de las necesidades propias, una nueva apreciación de lo que uno debe hacer para que un matrimonio funcione. Pero sin importar qué tan “exitoso” sea el divorcio, siempre hay un período doloroso de adaptación.

LA GENTE DIVORCIADA TIENDE A SER SOLITARIA

Puede estar apartada de parientes políticos de los cuales ha sido muy cercana y de amigos que continúan viendo sólo al anterior compañero o cónyuge. Una persona divorciada enfrenta un sinnúmero de problemas prácticos así como emocionales: cuidar de los niños, pagar las cuentas, hacer nuevos amigos, desarrollar nuevas relaciones románticas y sexuales, adquirir fuentes de

apoyo social y llegar a acuerdos sobre la importancia psicológica del divorcio.

La persona que da el primer paso para terminar el matrimonio a menudo lo hace no sólo con alivio sino también con tristeza, culpa, temor e ira. No obstante, él o ella (más a menudo ella --las mujeres inician el divorcio más frecuentemente que los hombres--) está usualmente en mejor forma emocional los primeros meses de la separación que el otro compañero quien, además de muchos de estos sentimientos, tiene que tratar con el profundo dolor del rechazo y la sensación de impotencia sobre su vida (J.B. Kelly, 1982; Pettit y Bloom, 1984). Ira, depresión y pensamiento y funcionamiento desordenados, a menudo caracterizan el período posterior al divorcio, equilibrado, en cierto modo, por sentimientos de alivio, un vínculo continuado a la esposa separada y el sentimiento esperanzador de tener una nueva oportunidad en la vida (J. B. Kelly, 1982).

