

FASES DE LA VIDA ADULTA

1) Adulthood temprana:

Esta fase segun Bromley abarca de los 21 a 25 años, segun Havighurst de los 18 a los 30 y segun Levinson de los 17 a los 40.

Fase de importantes cambios sociales en los ámbitos de la vida profesional y familiar. La vida del individuo gira en torno de dos polos fundamentales: la familia y el trabajo. Es una fase en la que se hace especialmente presente la tensión entre la concepción de lo joven y lo viejo. Pero el problema está a la hora de determinar el alcance de la crisis, que segun Levinson y Gould se alcanza entre los 39 y los 50.

Costa y McCrae realizaron una investigación con 135 individuos y llegaron a las siguientes conclusiones:

- a) la mayoría no padeció ninguna crisis.
- b) quienes la sufrieron, se repartían aleatoriamente entre los 33 y los 79 años.
- c) la crisis no es mas que una manifestación y consecuencia de una larga inestabilidad psicológica.

Por lo visto, la última conclusión es la mas convincente y su respaldo es el doble orden:

- a) la aparición de variedades de personalidad como causantes de la crisis.
- b) individuos con permanentes problemas de personalidad.

2) Adulthood media:

Esta fase segun Bromley abarca de los 25 a los 40 años, segun Havighurst de los 30 a los 60 y segun Levinson de los 40 a los 65.

Se trata de gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística. Es la etapa de la productividad y la creatividad, de los importantes logros intelectuales, de las mayores contribuciones en los ámbitos de la política, la diplomacia, el pensamiento, el arte... Es el periodo en el que se consigue la plena autorización.

- Quehaceres mas sustantivos durante esta fase:
- Ayudar a los hijos en su crecimiento y prepararlos para la vida adulta.
- Logro de responsabilidades sociales y cívicas.
- Logro y mantenimiento de la satisfacción del propio trabajo.
- Desarrollo de actividades de ocio.
- Relación mas directa con la pareja sin el obstáculo del permanente cuidado de los hijos.
- Aceptación y ajuste a los cambios psicológicos.
- Adaptación a la ancianidad de los padres.

Dos cambios importantes en esta etapa:

- 1) Uno de características físicas que conduce a decisivas modificaciones en la cognición y percepción.
- 2) Unos segundos que acontecen en los roles sexuales y son unos cambios que provienen de las nuevas situaciones hormonales creadas a raíz del climaterio y de la variación de las demandas y exigencias sociales provenientes de unos hijos que prácticamente se encuentran ya al comienzo de su etapa adulta.

3) Adulter tardía:

Esta fase según Bromley abarca de los 40 a los 55 años y a partir de los 60 según Levinson, caracterizado por la experiencia del declinar del propio cuerpo y del paso al estatus de viejo.

Ericson lo denomina madurez y está caracterizada por una seguridad y amor postnarcista del yo, por la aceptación del propio ciclo de vida como algo irrenunciable e insustituible, en una palabra, por la integridad del propio y único yo frente a la desesperación que pueda producir un inquestionable final.

Havighurst, resume en seis las tareas por características de esta fase:

- 1- Ajuste al declive físico.
- 2- Ajuste al retiro y a la reducción de ingresos.
- 3- Ajuste a la muerte del cónyuge.
- 4- Ajuste al establecimiento de una afiliación explícita con el propio grupo de edad.
- 5- Adopción de roles de una manera flexible.
- 6- Establecimiento de condiciones de vida cómodas.

Es un periodo a lo largo del cual se suceden complejos acontecimientos en los ámbitos biológicos, psicológicos, sociales, culturales e históricos que pueden jugar un importante papel en la vida adulta.

Todos aquellos eventos que suponen un paso adelante en la vida adulta, han sido englobados bajo la denominación de crisis normativas en el sentido de que conllevan ansiedad e incertidumbre frente a las nuevas y desconocidas demandas psíquicas y sociales.

Resumen:

- 1) La madurez es la consecución de un estatus de edad.
- 2) De las tres fases en las que tradicionalmente se ha venido dividiendo este periodo, sólo las dos primeras se centran sobre él.
- 3) Nos interesa solamente la primera porque es en ella cuando se producen los cambios más críticos y trascendentales en el estatus de edad del individuo, en pocas palabras, porque es el periodo que define realmente la madurez.
- 4) Desde el punto de vista psicosocial son interesantes los ámbitos del matrimonio, la paternidad y el trabajo.

El periodo de la madurez incluye importantes transiciones en el ámbito del trabajo, del matrimonio, familia y

educación de los hijos y participación comunitaria. Los adultos con la primera fuerza de trabajo. Se encuentran en un periodo de incremento de los recursos económicos, incremento en la responsabilidad de toma de decisiones en el poder político (Newman, 1982)

NIVELES Y EVENTOS EN LA VIDA ADULTA.

Hombres Mujeres Cambios

Súbitos

Edad	Psicosociales	Psicosociales	Biofísicos	
20–25	Final estudios Primer trabajo. Matrimonio Primer hijo	Primer trabajo Final estudios Matrimonio	Primer hijo	
25–30	Segundo empleo Otros hijos Hijos preescolar	Pérdida de trabajo Hijos en preescolar	Otros hijos	
30–35	Traslado Promoción ocupacional Hijos en la escuela	Traslado Paro Hijos en la escuela		
35–50	Segunda vivienda Promoción Marcha de los hijos	Segunda vivienda Segunda ocupación Marcha de los hijos		
50–65	Desempleo Aislamiento Abuelo Cabeza de familia Incapacitación	Desempleo Abuela Cabeza de familia	Menopausia	Pérdida trabajo Pérdida parientes Pérdida amigos Enfermedad
65 en adelante	Deprivación Deficiencias Sensorio–motoras	Viudez Incapacitación		Retiro Pérdida de la pareja Muerte

INTELIGENCIA EN LA VIDA ADULTA

Las capacidades cognitivas, al igual que las físicas, han quedado disminuidas dada la existencia de un progresivo declive desde la juventud. Este estereotipo sobre el declive intelectual se une a una colonación negativa, en general, de la edad adulta y la vejez.

Evidentemente, la hipótesis de un declive creciente generalizado de las habilidades intelectuales durante la edad adulta y la vejez puede ser rechazada, ya que el declive ni se da en todas las habilidades, ni en todos los individuos, ni es tan importante como los primeros estudios parecían suponer. El declive de la inteligencia fluida estaría relacionada con la pérdida de velocidad, como parecen demostrar las altas correlaciones encontradas con la rapidez perceptiva. Estos autores sugieren que la pérdida de velocidad en la actuación de los adultos puede reflejar una pérdida en la habilidad de mantener dividida la atención. Pero este estereotipo sobre el declive intelectual puede afectar a la actuación de aquellos sujetos que se perciben a sí mismos como disminuidos en su capacidad intelectual.

En cuanto a la familiaridad obviamente durante la edad adulta la mayor parte de los sujetos no suelen enfrentarse ni a tareas estandarizadas en las que se evalúen sus habilidades intelectuales, ni tampoco el contenido ni características concretas que tienen la mayor parte de las tareas.

Los sujetos adultos tienen tendencia a no utilizar sus habilidades fluidas y a resolver los problemas en forma cristalizada. Si estas tareas son realizadas normalmente en la vida cotidiana de los sujetos, como el caso de las tareas aritméticas, tienden a no mostrar decrementos durante la edad adulta.

Denney sostiene que la práctica y la experiencia tienen una influencia fundamental sobre las habilidades cognitivas.

Así, las habilidades verbales se mantendrían durante la edad adulta, mientras las manipulativas comenzarían a descender antes.

Conclusiones

A) Los estudios piagetanos han mostrado que el pensamiento formal no es utilizado de manera completa por una buena cantidad de los sujetos accidentales con un aceptable nivel de escolarización.

La familiaridad que el sujeto tenga con la tarea y el hecho de que éste verse sobre un contenido concreto en vez de abstracto, puede facilitar su resolución, pero, por otro lado, también es cierto que la familiaridad o experiencia frecuente con la tarea también puede ser una fuente de dificultad a generar ideas previas que resultaran difícilmente falseables por los sujetos, ya que representa su concepción de la situación.

El nivel educativo de los sujetos, afecta claramente a su nivel de actuación en tareas de pensamiento formal. Así, los sujetos con nivel educativo bajo tienen mayores dificultades para resolver los problemas abstractos. Sin embargo, esto no quiere decir que estos sujetos no sean capaces de resolver problemas de gran complejidad pero más relacionados por las actividades más características de su vida cotidiana.

B) Puede hablarse de un cierto declive, a partir de los 65 años aproximadamente, que no es de carácter general, y que afectaría solamente a aspectos de la inteligencia fluida.

PENSAMIENTO FORMAL EN LA VIDA ADULTA

En la vida adulta el pensamiento formal no es utilizado claramente mejor que en la adolescencia.

La noción de correlación resulta difícil de comprender para los sujetos adultos (el concepto que mostraban era incompleto y defectuoso, puesto que no incluía todas las posibles relaciones entre las distintas acciones y resultados.)

Dulit, en uno de los primeros trabajos sobre pensamiento formal con sujetos adultos, utilizó dos tareas: la proyección de sombras y la combinación de líquidos. Se entrevistaron sujetos de 14, 16, 17, 20 y 25. No hubo diferencias muy acusadas entre la actuación de los adultos y la de los sujetos de 16 – 17.

Khun, Langer, Kohlberg y Hean hicieron un estudio sobre la relación entre pensamiento formal y juicio moral. Los resultados mostraron que solo el 30% de los adultos resolvían totalmente las tareas formales. La mayoría de los sujetos se encontraban en un estadio intermedio entre las operaciones concretas y las operaciones formales y, por último, el 15% no mostraba utilizar el pensamiento formal en absoluto.

Sinnot encontró que un 63% de sujetos que eran capaces de resolver adecuadamente los problemas formales. En otro estudio encontró que el 80% de los sujetos alcanzaban el nivel formal. Este, básicamente se debe al nivel socioefectivo; las personas que pertenecen a niveles culturales más elevados, resuelven las tareas formales con más facilidad. Pero no todos los problemas formales parecen plantear la misma dificultad a todos los sujetos, sino que aquellos que versan sobre un asunto escasamente abstracto y relacionado con la vida cotidiana de los sujetos pueden facilitar su resolución.

Piaget, afirmaba que probablemente se llegaba a las operaciones formales entre los 15 y los 20 años.

VÍNCULOS Y RELACIONES SOCIALES

Perspectiva psicosocial

El ciclo vital en sí, no es sino una sucesión de roles sociales de normas formales y consecutivamente asolidas a edades concretas y socio–historicamente definidas. Las diversas etapas del desarrollo son paso de un grupo de edad a otro, el tránsito de un estatus a otro, de una ocupación a otra. Se produce una especie de segregación por la edad que priva a las personas de interesantes experiencias de socialización y refuerzan de paso los estereotipos existentes respecto a cada uno de los grupos de edad y los conflictos generacionales.

La estratificación sociohistórica de la edad da lugar a generaciones, a grupos de individuos que por compartir un pasado, un presente y un futuro común, además comparten, algunas características y peculiaridades más personales y psicológicas.

Las investigaciones de Neugarten y Peterson ponen de manifiesto la existencia de unas regularidades de conducta directamente procedentes de las normas de edad e indirectamente, de acuerdo con nuestro esquema, del estatus de edad. Así se produce una coincidencia respecto a las expectativas de acción durante la adultez temprana, como son la edad del matrimonio, la edad a la que se tiene el primer hijo y la edad de los diversos pasos de la vida laboral.

Existe una prescripción social del tiempo en que se han de producir los acontecimientos más importantes a lo largo de la vida del individuo; de esa manera se regulan con cierta unanimidad sus acciones. Estas regularidades de conducta llevan hermandadas unas actitudes no–comunes frente a la vida, unos esquemas cognitivos compartidos y provenientes de la posición del sujeto en la estructura de edad y de su pertenencia a determinada generación.

Brim ha sustentado la idea de que los cambios que acontecen en la personalidad del adulto parecen ser fruto del proceso de socialización a que está sujeto.

La perspectiva psicosocial se ocupa entonces de analizar cómo y por qué en que casos y bajo que circunstancias aquellos factores sociales que rodean la evolución y el desarrollo del individuo actúan sobre algunos aspectos de las acciones comportamentales y, en último, sobre su personalidad.

VÍNCULOS Y RELACIONES SOCIALES

Durante la madurez se inaugura una nueva red de relaciones sociales debido primordialmente a los roles que se vinculan con el estatus de adulto.

El campo de las relaciones sociales durante la vida adulta es amplio.

Newman ha localizado la vida social del adulto a lo largo de seis zonas de relaciones que conducen a diversos grados de intimidad:

- a) relaciones individuales mas o menos ocasionales y anecdóticas que posee un individuo; son poco íntimas y relativamente numerosas
- b) relaciones asociativas dependientes de la pertenencia grupal en su más amplio sentido y significado.
- c) relaciones profesionales derivadas de la vida ocupacional.
- d) relaciones de amistad, estrechas y escasas
- e) las relaciones familiares ocupan un lugar preeminente en la vida social y personal del individuo ya que alcanzan un alto grado de intimidad
- f) relaciones íntimas, características entre esposos, amante, padres-hijos, etc que poseen el mas alto grado de intimidad.

La gente desarrolla un sistema de reglas que gobiernan, organizan delimitan y dan significado al mundo interactivo del sujeto, unas reglas que se especifican en el pensamiento político y en una filosofía personal que gobierna y preside la calidad y el carácter de esas relaciones. Estas reglas se convierten en uno de los componentes de la personalidad.

Relaciones de amistad y matrimonio

La amistad y el matrimonio pertenecen a relaciones íntimas y poco extensas.

Hoffman y Hoffman llegaron a identificar nueve valores-motivos básicos:

- el ser padre valida el estatus y la identidad del adulto ya que se acoge a una de las normas de edad mas firmes
- a través de los hijos se alcanza una cierta inmortalidad, se sobrevive mas alla de los puros límites de la edad biológica
- la paternidad es una de las maneras de asumir valores como el altruismo, el control de la impulsividad y la dedicación social
- los hijos incrementan el grupo familiar y lo dotan de un mayor contenido de afecto y amor
- los niños son simpáticos y agradables
- Tener un hijo es una experiencia creativa y su cuidado contribuye a incrementar los sentimientos de logro y competencia
- Un bebé se encuentra bajo el control de los padres y sirve para poder ejercer tal control

–del sentimiento de tener un hijo guapo, saludable y bueno se puede derivar una satisfacción competitiva para los padres

–un hijo puede representar una futura ayuda especialmente cuando los padres sean viejos.

La paternidad se trata de una de las normas de edad y de uno de los roles mas ampliamente asumidos, pero por unaas razones y motivos y en defensa de unos valores muy variados; Huyck y Hoyer mencionan el crecimiento, la maduración personal, la capacidad de adaptación a diversas situaciones sociales, la empatía y la autoimagen como las mas importantes.

Trabajo

Juntamente con la elección de pareja y la procreación, la búsqueda de una ocupación fija y convenientemente remunerada constituye una de las tareas más decisivas a la vez que problemática al joven adulto.

La ocupación abedece a no menos de tres requisitos:

el trabajo llena de contenido las aspiraciones vocacionales que en su momento nos condujeron a un aprendizaje concreto, juega un papel decisivo en los sentimientos de identidad y autoestima del sujeto o de frustración.

El trabajo es ademas de una necesidad de auto–realización personal, una norma de edad, un rol que se espera pongan en marcha aquellas personasd llegadas a una edad concreta, una exigencia y demanda social de ajuste al sistema productivo. Tambien suele ser un mecanismo de imprescindible adapación a la dinámica del consumo, a la calidad de vida; la ocupación debe ser considerada como un simple mecanismo de supervivencia.

El trabajo cumple una variedad de funciones que podriamos resumir en:

- el trabajo es fuente de ingresos
- satisfasce la necesidad de actividad física e intelectual
- actua como organizador de nuestra existencia
- obedece a una tendencia de dominio
- es fuente de estima, valoración ,aprovación.

A lo largo de su vida el individuo va tomando varias decisiones respecto a su trabajo y ocupación. Los sociologos han hablado de una herencia ocupacional que se manifiesta de dos maneras: en el aprendizaje de la ocupación paterna y en las facilidades o dificultades que el estatus socioeconomico pone para la elección ocupacional.

Holland ha distinguido seis tipos de personalidad en relación con la elección ocupacional:

- el realista se enclinaría por oficios como electricista, mecanico
- el intelectual profesiones de investigador, biólogo, geólogo...
- el social profesiones como la psicología y la enseñanza

- el convencional profesionales relacionadas con el mundo del dinero
- el empresario ejecutivo de empresa, manager, promotor deportivo
- el tipo artístico cualquier profesion de las denominadas artísticas.

Por medio del trabajo el individuo desarrolla un autoconcepto vocacional que forma parte decisiva de su auto-concepto global.

Tras la consecución del primer empleo el individuo se enfrenta a una serie de tareas relacionadas con la socialización profesional que tienen que ver específicamente con dos quehaceres fundamentales y complementarios: la consolidación del puesto de trabajo y superación de las diversas fases de la carrera profesional; ambas dos requieren un concienzudo y atento aprendizaje de como tratar con los compañeros de trabajo, como responder a la autoridad, reacciones de actamieto, sumisión o protesta, defensa de los propios intereses, etc.

El paro

El fenomeno del paro hace referencia a la ausencia de un rol capital en la vida adulta, a una falta de educacion y respuesta a ciertas demandas y exigencias sociales, al incumplimiento de una norma basica de edad.

El desempleo uno de mas graves problemas a los que se enfrenta nuestra sociedad actual (tasa de desempleo 20%).

El trabajo es considerado como lazo mas fuerte que une al individuo con la realidad; la perdida de ese vinculo deja al individuo al estado de desvalimiento.

Relaciones sexuales

La expresión sexual es un componente importante de la relacion hombre-mujer plena. La expresión positiva de la sexualidad contriuye a la satisfacción de cada miembro de la pareja con el otro y a su satisfacción con la vida.

Una pregunta que suele plantearse se refiere a la frecuencia con que las pareja sostienen relaciones sexuales y al tiempo que se prolongan cuando la pareja se envejece. La mayoría de las parejas al principio sostienen relaciones con mucha frecuencia pero luego la incidencia empieza a disminuir y la pareja establece sus propios patrones individuales.

Hay ocasiones en que los organos sexuales no responden, es decir, un estimulo particular no produce la respuesta esperada. Se denomina disfunción sexual a cualquier función defectuosa del sistema de respuesta sexual humana porque la persona no responde como normalmente se esperaria.

Disfunción sexual masculina

El hombre que tiene una inhibición del deseo sexual puede representar un gran misterio para una pareja que desea una expresión sexual regular.

Una minoria de hombres sufre una inhibición eyaculatoria. En consecuencia, las relaciones sexuales se vuelven frustrantes, porque aunque el hombre desee el orgasmo y reciba la estimulación suficiente para alcanzarlo no puede lograrlo.

Si un hombre es incapaz de producir una erección que permita que tenga lugar la conexión coital o mantenerla

el tiempo suficiente para completar el acto sexual, presenta una disfunción eréctil.

La eyaculación prematura ha sido definida como una condición en que el hombre es incapaz de ejercer control voluntario sobre un reflejo eyaculatorio, lo que tiene como consecuencia que una vez que se excita sexualmente alcanza el orgasmo de inmediato.

Una pareja necesita ser capaz de participar en el juego sexual y en la cópula el tiempo suficiente para que ambos compañeros estén lo suficientemente excitados y tenga lugar el orgasmo.

Disfunción sexual femenina

Las mujeres que experimentan una disfunción sexual general no sienten deseo sexual ni experimentan placer en las relaciones sexuales.

Algunas mujeres son capaces de excitarse sexualmente pero no logran alcanzar un clímax.

Disfunción orgásmica es una de las disfunciones sexuales más comunes en las mujeres.

El vaginismo, una condición que es poco común, se refiere a la presentación de contracciones y espasmos involuntarios de los músculos de la vagina. Las relaciones sexuales pueden ser muy desagradables incluso en las condiciones leves de vaginismo.

Otro problema es la dispareunia o relaciones sexuales dolorosas. El dolor puede ser frecuente o ligero, dependiendo de su origen y de la condición de la mujer.

Causas de las disfunciones sexuales

Pueden ser producidas por causas físicas o emocionales:

- 1) las ignorancias y la falta de conocimiento y comprensión en la relación con la anatomía sexual.
- 2) Las circunstancias situacionales o ambientales pueden impedir que las parejas alcancen una función sexual satisfactoria.
- 3) La estimulación inadecuada, empleo de técnicas inadecuadas o tiempo insuficiente.
- 4) Algunas formas de bloqueo psicológico como el temor y la ansiedad, el miedo al embarazo, a resultar lastimado, al rechazo o al fracaso, sentimientos de culpa, vergüenza o disgusto, son causas de dificultades.
- 5) Los sentimientos negativos hacia el compañero o los problemas en la relación pueden producir disfunción sexual.
- 6) Las anomalías físicas, las enfermedades, la cirugía o el consumo de drogas son factores que también pueden causar dificultades sexuales.