



---

# Adultez

---

Craig, J., & Baucum, D. (2009). Adultez. En Desarrollo Psicológico. (pp. 442-456). México: Pearson

## Objetivos del capítulo



Cuando termine este capítulo, podrá:

1. Explicar las interrelaciones del yo, la familia y el trabajo desde las perspectivas de Maslow y de Rogers.
2. Describir el desarrollo de las relaciones íntimas a partir de la teoría triangular del amor propuesta por Sternberg.
3. Explicar el proceso de formación de la pareja como una expresión de la intimidad.
4. Identificar la relación de las exigencias y presiones de la paternidad (maternidad) con el desarrollo del adulto, incluidos los problemas especiales que afrontan los progenitores solos.
5. Analizar el ciclo ocupacional clásico en función de las etapas vocacionales propuestas por Havighurst y los cambios que se han producido en años recientes.
6. Identificar los factores básicos que influyen en la elección ocupacional.
7. Explicar las semejanzas y diferencias en la participación de hombres y mujeres en la fuerza de trabajo y exponer los problemas especiales de las parejas con doble ingreso.

**E**n los inicios del estudio del desarrollo adulto, Freud definió el éxito en este periodo como la capacidad de amar y trabajar. Erikson destacó la obtención de la intimidad y más tarde de la generatividad, que abarca toda clase de trabajo productivo. Algunos teóricos hablan de filiación y logro y otros de aceptación y competencia. El paso exitoso por la adultez está estrechamente ligado al compromiso del individuo con su carrera y, casi en todos los casos, con una pareja romántica y con la familia.

En este capítulo abordaremos la importancia que el amor y el trabajo tienen en el desarrollo durante la juventud. Por lo que respecta al amor, la familia y los estilos personales de vida constituyen un contexto social decisivo. Examinaremos las formas en que el adulto establece relaciones íntimas y cómo se sirve de ellas para estructurar y reestructurar su sentido de identidad. En lo que respecta al trabajo, analizaremos cómo aplica su energía y sus habilidades para realizar sus ambiciones. El trabajo moldea nuestros estilos de vida, la elección de amistades, el prestigio y el nivel socioeconómico, lo mismo que nuestras actitudes y valores. En teoría, nos plantea retos y nos ayuda a crecer. Nos obliga a resolver problemas. Puede ser el medio de encontrar placer, satisfacción y realización. Pero también puede causar frustración, aburrimiento, preocupaciones, humillación y un sentido de impotencia. Puede producirnos estrés y dañar la salud. Sin embargo, siempre constituye el contexto y el elemento esencial del desarrollo del adulto.

## Continuidad y cambio en el desarrollo de la personalidad y en la socialización

La socialización continúa en la juventud y después; socializamos y así aprendemos nuevos roles dentro del contexto del trabajo, la vida independiente,

la intimidad con otra persona, el matrimonio y la familia. Muchos asumen nuevos roles en su comunidad y se unen a clubes, grupos cívicos e instituciones religiosas.

¿Sucedre lo mismo con la personalidad? ¿Continuamos desarrollándonos y cambiando durante la juventud y después? Muchos teóricos así lo consideran, como dijimos en el capítulo anterior. En esta fase, los cambios de roles constituyen transiciones, marcan hitos (Clausen, 1995) y nos hacen cambiar. Vemos las cosas desde otra perspectiva; nos comportamos de modo diferente; ajustamos nuestras creencias, nuestras actitudes y valores a los roles y los contextos del momento. En eso consiste precisamente el desarrollo de la personalidad, aunque los cambios son más sutiles y menos sistemáticos que los de la niñez y de la adolescencia, y también se da una gran continuidad. Sin embargo, una personalidad *estable* por lo general no se logra sino hasta los últimos años de la juventud o al inicio de la madurez. Pero ni siquiera entonces la personalidad presenta una estructura inmutable: los cambios abruptos en la familia, en los contextos sociales o profesionales pueden afectarla en cualquier etapa del ciclo vital.

## El yo, la familia y el trabajo

El desarrollo del adulto puede describirse en el contexto de tres sistemas independientes, pero interconexos que se concentran en varios aspectos del yo: el yo personal, el yo como miembro de una familia (hijo adulto, miembro de una pareja y progenitor) y el yo como trabajador (Okum, 1984) (vea la figura 13-1). Abundan las interacciones. Por ejemplo, la investigación ha demostrado que

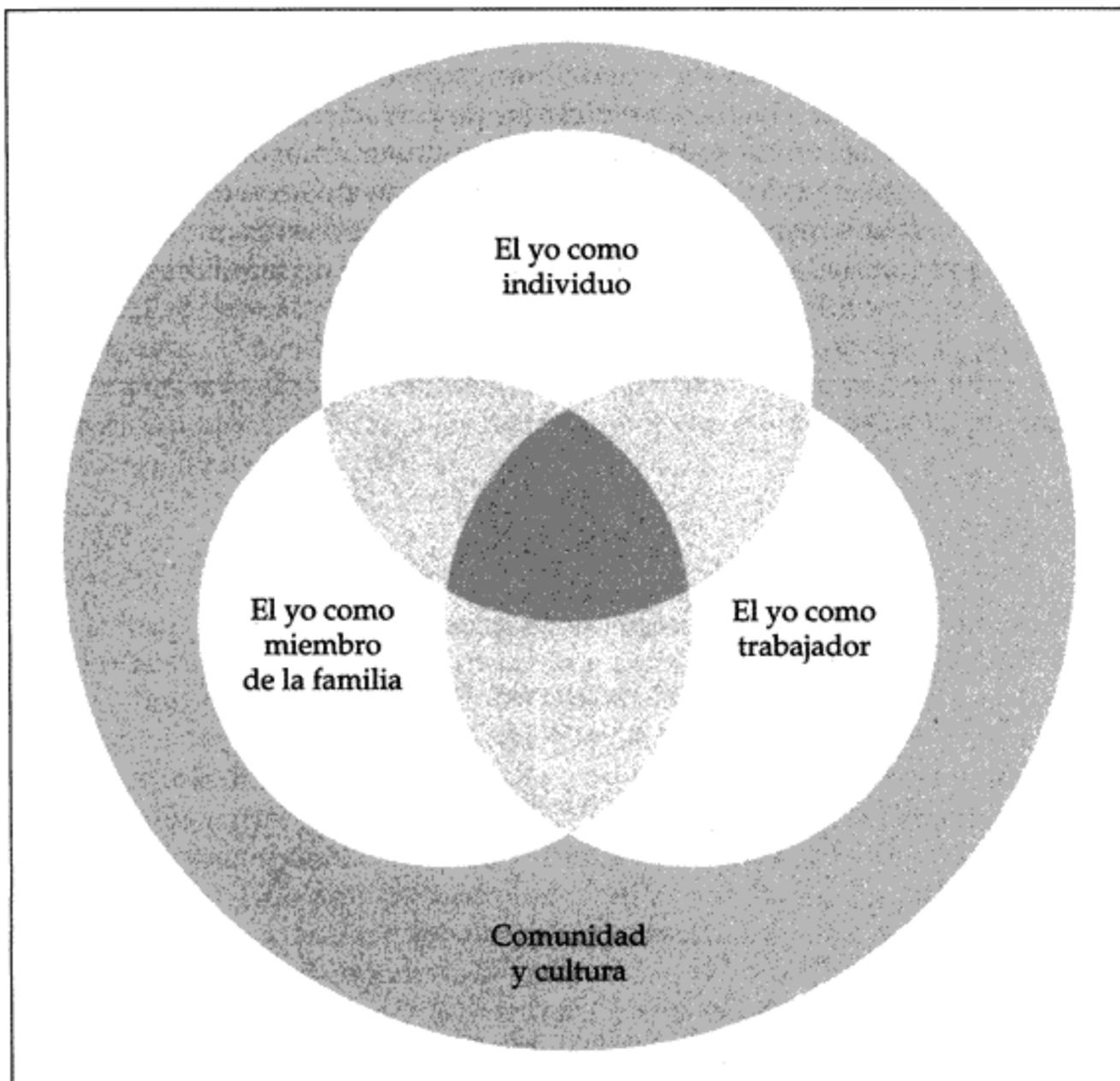


Figura 13-1

Los tres sistemas del desarrollo del adulto comprenden las interacciones dinámicas entre el yo como individuo, como miembro de la familia y como trabajador. Las interacciones tienen lugar dentro del contexto general de la comunidad y la cultura.

Fuente: adaptado de B. Okum (1984). *Working with Adults: Individual Family and Career Development*. Monterey, CA: Brooks/Cole.

cuanto más positiva sea la experiencia laboral del padre, mayor será su autoestima y mayores probabilidades habrá de que tenga un estilo de crianza aprobatorio, cálido y positivo (Grimm-Thomas y Perry-Jenkins, 1994).

Estos sistemas cambian con los acontecimientos y las circunstancias, lo mismo que a raíz de las interacciones con la comunidad y la cultura en general. Según señalamos en el capítulo 3, el modelo de sistemas ecológicos propuesto por Urie Bronfenbrenner (1979, 1989) presenta al desarrollo como un proceso dinámico y multidireccional que abarca el ambiente inmediato del individuo, su entorno social y los valores, leyes y costumbres de la cultura a que pertenece. Estas interacciones y los cambios personales que de éstas provienen ocurren a lo largo del ciclo vital.

## El yo personal: autorrealización y autoestima

El yo se conceptúa de muchas formas, como vimos en capítulos precedentes al hablar de la niñez y la adolescencia. Una formulación clásica de lo que es importante para el yo adulto es la de Abraham Maslow (1908-1970). Su teoría presenta características del desarrollo bien definidas. Sin embargo, en lugar de las etapas pone de relieve las *necesidades* que hemos de satisfacer cuando luchamos por alcanzar nuestro potencial o el sentido del yo. La meta es la **autorrealización**, es decir, la utilización y el desarrollo plenos de nuestros talentos y capacidades (Maslow, 1954, 1979). La autorrealización ocupa la parte más elevada en la "jerarquía de necesidades" de Maslow, que a menudo se representa como una pirámide según se aprecia en la figura 13-2. Los **psicólogos humanistas** como Maslow sostienen que tomamos decisiones acerca de nuestra vida. Recibimos el influjo de nuestras experiencias con la gente, pero también determinamos las direcciones que emprendemos y procuramos realizar nuestras metas (May, 1983).

La necesidad de autorrealización sólo puede expresarse o atenderse después de satisfacer las necesidades de orden inferior como las de alimento, vivienda y seguridad. A los que viven en condiciones de privación o terror difícilmente les interesará alcanzar todo su potencial. Necesitamos amar, sentirnos amados y experimentar un sentido de "pertenencia" en contextos como la familia y la comunidad. Además, necesitamos autoestima y obtener de los otros respuestas positivas, que van de la simple confirmación por parte de familiares y amigos

autorrealización Realizar plenamente nuestro potencial único.

psicología humanista Teoría de que el ser humano toma decisiones y busca cumplir metas positivas de índole personal y social.

Figura 13-2

Jerarquía de necesidades de Maslow Aunque las necesidades superiores no son menos importantes que las inferiores, los individuos deben satisfacer las necesidades inferiores como las de supervivencia y seguridad, antes que las de orden superior como las de pertenencia y estima. Más adelante en su vida, el adulto debe atender a las necesidades de autorrealización a fin de alcanzar todo su potencial.



de nuestra personalidad, habilidades y logros hasta la aclamación y la fama en la sociedad. También buscamos satisfacer las necesidades cognoscitivas y estéticas de orden superior.

Maslow buscó pruebas de la autorrealización y de su composición sobre todo en estudios de casos de personajes importantes y otros individuos que parecían encaminarse a alcanzar su potencial. ¿Qué tipo de personas son? Si bien suelen ser realistas, tener sentido del humor, ser creativos, productivos y tener un autoconcepto positivo, no por fuerza son perfectos: pueden ser caprichosos, distraídos y obstinados en la obtención de su potencial. No tienen tampoco que ser felices todo el tiempo, aunque sí viven *experiencias excepcionales* durante las cuales se sienten muy bien con ellos mismos y con el lugar que ocupan en el mundo.

Una persona sólo puede comenzar en la juventud el camino que la llevará a la autorrealización; se trata de una búsqueda permanente que nunca termina por completo. Conviene verla más como una "búsqueda de la verdad y del conocimiento, la tentativa por garantizar la igualdad y la justicia, y la creación y amor por la belleza" (Shaffer, 1978).

Carl Rogers (1902-1987), otro psicólogo humanista, abordó estos temas desde el punto de vista de un psicoterapeuta. Trataba de averiguar las causas de la ansiedad, de la poca autoestima y del escaso sentido de valor personal, lo mismo que de los problemas interpersonales de sus pacientes. Para él, la naturaleza humana consta esencialmente de impulsos sanos y constructivos (1980). Al nacer estamos preparados para ser "buenos" como individuos y como miembros de la sociedad, pero a medida que nos desarrollamos la sociedad nos "corrompe". Varias personas importantes (u otros significativos) en nuestra vida, comenzando por nuestros padres, nos imponen **condiciones de valor**: "no hagas esto, no hagas lo otro" porque de lo contrario serás una persona sin valor. El que interioriza tales condiciones adquiere poca autoestima, sentidos de fracaso, ansiedad y desesperación recurrentes. Las condiciones interiorizadas se convierten en criterios inalcanzables de perfección. Con una sola vez que nos portemos mal, quedaremos marcados para siempre como niños malos. Bastará una falla como cónyuges o empleados, para que nos tachen de individuos inútiles.

Rogers propone que nos veamos a nosotros y a los demás con una **consideración positiva incondicional**, expresión que para él significa aceptar en forma afectuosa —sin reservas ni condiciones— al otro como un ser humano valioso. El progenitor debe amar a su hijo incondicionalmente, cualquiera que sea su conducta. Cuando un niño se porta mal, se le castiga si es necesario, pero nunca debe negársele el afecto ni restarle méritos a su valor como persona. Las mismas recomendaciones se aplican a las interacciones con miembros de la familia, amigos y compañeros de trabajo.

## El yo como miembro de la familia

Para el individuo, su familia es un contexto sumamente importante de su desarrollo como adulto. En una encuesta a nivel nacional efectuada en Estados Unidos, hombres y mujeres de todas las edades dijeron que sus roles familiares contribuían de manera decisiva a definir lo que eran (Beroff y otros, 1981). En un estudio más reciente y detallado sobre la identidad del adulto, 90 por ciento de los entrevistados y las entrevistadas indicaron, al definirse, que sus roles y responsabilidades familiares eran los elementos más importantes (Whitbourne, 1986a). Hablaron de sus roles como progenitores, cónyuges, hermanos e hijos; sobre las actividades y responsabilidades familiares; sobre la intimidad, la comunicación, la compañía y la realización personal. En términos generales, manifestaron lo que habían llegado a ser en estas relaciones y experiencias familiares. Muy pocos hombres y mujeres se definieron fundamentalmente en función de su carrera y no en función de su familia.



Los jóvenes solteros se encuentran a menudo en transición de la familia en la que crecieron a la que formarán.

**condiciones de valor** Condiciones que nos imponen para considerarnos seres humanos valiosos y que a menudo es imposible cumplir.

**consideración positiva incondicional** Idea de Rogers según la cual deberíamos aceptar con afecto a los demás como seres humanos valiosos, sin reservas ni condiciones.

Los jóvenes, casados o no, suelen encontrarse en transición; pasan de la familia en la que crecieron a la familia que formarán. Lois Hoffman (1984) identifica cuatro aspectos en este proceso. El primero es la *independencia emocional*, en que el joven necesita cada vez menos el apoyo psicológico de sus padres. El segundo proceso es la *independencia de actitudes*. El joven descubre actitudes, valores y creencias que no por fuerza son iguales a los de sus padres. El tercer proceso, la *independencia funcional*, se refiere a su capacidad para adquirir solvencia económica y atender los problemas cotidianos. Por último la *independencia de conflictos*, que se presenta en cualquier momento, supone la separación de la familia sin sentimientos de culpa ni de traición.

Estudios realizados con estudiantes universitarios (Lapsley y otros, 1989) revelan un progreso notable en cada tipo de independencia durante esa etapa. Sin embargo, se observa una importante dependencia funcional incluso en el último año. Muchos estudiantes siguen dependiendo de sus padres en lo económico. Por último, la probabilidad de que se presenten problemas de ajuste psicológico es mayor entre los jóvenes que no terminan el proceso de separación, sobre todo en la independencia de conflictos (Friedlander y Siegel, 1990; Lapsley y otros, 1989).

## El yo como trabajador

A los niños se les pregunta: "¿Qué te gustaría ser de grande?" Muchos de nuestros pensamientos y fantasías se relacionan con esta interrogante que nos seguimos planteando mucho después de la niñez. La respuesta que demos a esta pregunta en la vida adulta contribuye en gran medida a nuestra identidad, es decir, lo que somos y lo que no. La etapa de *generatividad frente a estancamiento* (vea el capítulo 15), propuesta por Erikson, también guarda estrecha relación con el trabajo, pues muchos adquieren el sentido de ser miembros productivos y valiosos de la sociedad gracias, en parte, a su oficio o profesión.

Sin importar nuestra ocupación, llevamos con nosotros las actitudes, las creencias y las experiencias de nuestro trabajo. Somos miembros de una empresa, de una profesión, de una especialidad, de un arte o un oficio o, quizá, de un sindicato. A menudo el trabajo define nuestro estatus, nuestro ingreso o prestigio. Define, asimismo, nuestro programa diario de actividades, los contactos sociales y las oportunidades de desarrollo personal.

Como los trabajos en los que hay pocas oportunidades de progresar ofrecen a menudo menos satisfacción intrínseca, las amistades pueden ser una fuente importante de satisfacción extrínseca.



¿Qué nos da el trabajo a cambio del tiempo y la energía que le dedicamos? Los psicólogos industriales u organizacionales señalan que, para algunos, el trabajo es un medio de supervivencia. Obtienen del trabajo el dinero que les permitirá adquirir alimento, vestido y morada para ellos y su familia, pero no organizan su vida en función del mismo. A otros les da la oportunidad de ser creativos o productivos; les ofrece un acicate y estimula su crecimiento; les permite, además, lograr autoestima o respeto. Y para otros es una adicción; son “adictos al trabajo”, su motivación gira en torno al desempeño y definen su vida en función del trabajo.

Cuando los investigadores preguntan a los adultos qué aspecto del trabajo es importante para ellos obtienen dos tipos de respuesta. Por una parte, hablan de las características del empleo y de las habilidades que poseen para realizarlo, es decir, de los **factores intrínsecos del trabajo**. Quienes se enfocan en estos factores pueden describir su trabajo en función del reto o interés, aunque también podrían hablar de la competencia y los logros alcanzados. Por otra parte, algunos se concentran en los **factores extrínsecos del trabajo**. Entre éstos se cuentan sueldo y estatus, comodidad o conveniencia del ambiente laboral y las horas de trabajo, lo adecuado de las prácticas de supervisión de la empresa, actitudes y apoyo de los compañeros, y oportunidades de progreso (Whitbourne, 1986a).

Lo que dicen los trabajadores de su empleo depende en parte del trabajo. En el mundo moderno, muchos empleos ofrecen poco interés y oportunidad de crecimiento personal; quienes los realizan hablarán sólo de factores extrínsecos y supervivencia económica. En general, los afortunados que hallan en su trabajo estos factores intrínsecos suelen comunicar mayor satisfacción, motivación y compromiso personales. Es más probable que estos trabajadores definan su identidad principalmente a partir de su trabajo o de su carrera. Conocen la satisfacción personal que les procura y no quieren perderla. En un estudio realizado con trabajadores de clase media de 46 a 71 años de edad (Pfeiffer y Davis, 1971), 90 por ciento de los varones y 82 por ciento de las mujeres entrevistados dijeron que seguirían trabajando aun cuando no tuvieran necesidad. Señalaron que encontraban más satisfacción en el trabajo que en las actividades recreativas. Aun los que se acercaban a la edad de la jubilación preferían seguir trabajando, por lo menos medio tiempo.

La figura 13-3 contiene un modelo de la forma en que se vincula la motivación intrínseca del trabajo con la identidad como empleado competente. Cuando un individuo se siente motivado intrínsecamente, se compromete más con el trabajo, lo realiza mejor y tiene una mejor identidad como empleado competente. Si bien esto aumenta a su vez la motivación intrínseca, el ciclo también puede seguir una dirección negativa. Por ejemplo, el hecho de sentirse incompetente o abrumado disminuye la motivación intrínseca, la participación y el desempeño en el puesto (Maehr y Breskamp, 1986; Whitbourne, 1986b).

Las amistades pueden ser un importante factor extrínseco en el trabajo. Las amistades que ahí se forman pueden ser muy importantes para quienes ocupan puestos de poca proyección (Kanter, 1977), en los que el sueldo acaso sea bueno, pero no hay oportunidades de progresar. Socializar con los compañeros puede dar sentido a este tipo de empleo. Las relaciones sociales en el lugar de trabajo son importantes sobre todo para las mujeres (Repetti y otros, 1989). Estas relaciones ofrecen apoyo emocional y quizá sean una de las razones que explican por qué las mujeres que trabajan fuera de casa tienen mejor salud mental y física. (Esto lo expondremos con mayor detenimiento después.)

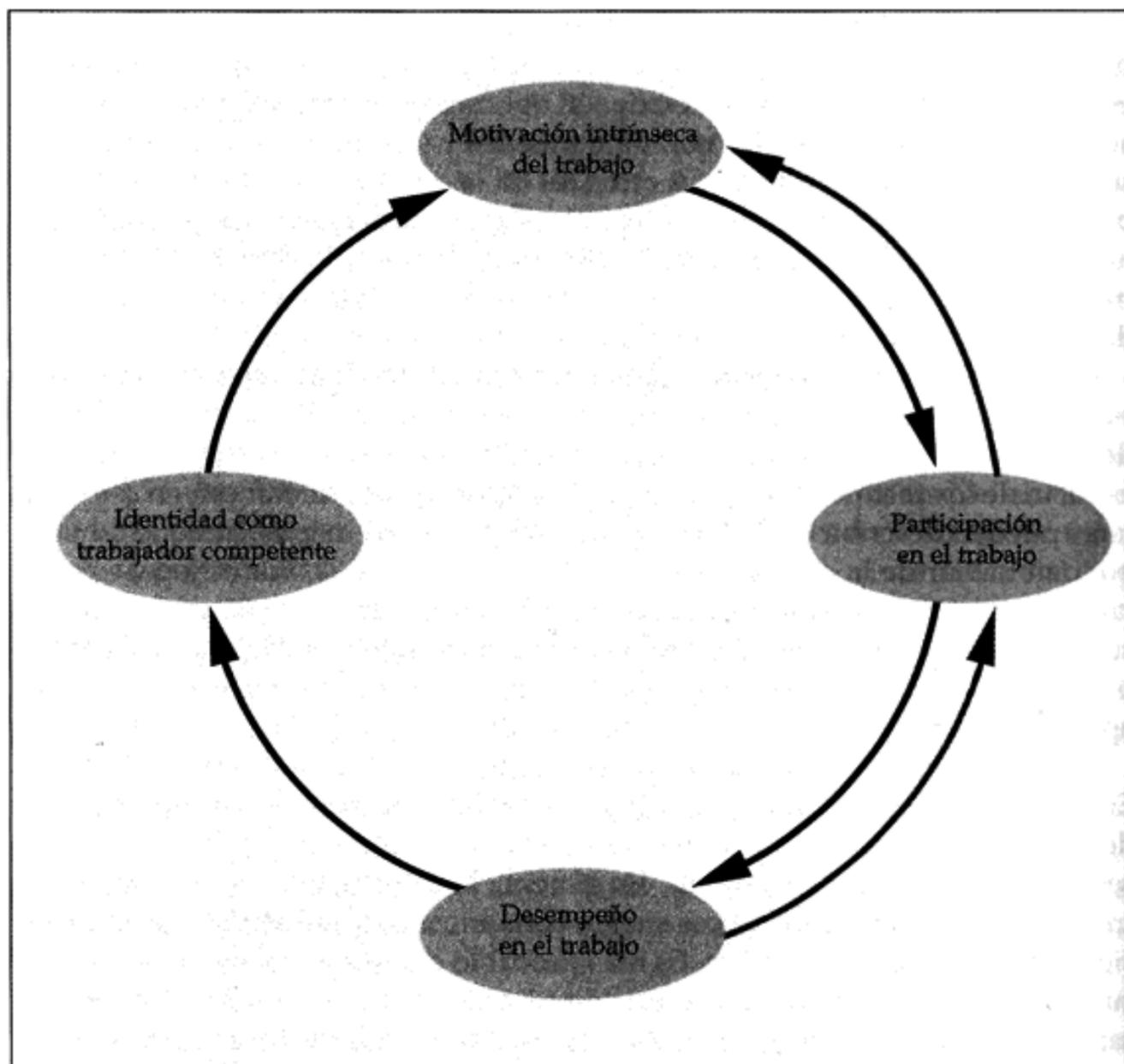
Hay otros factores extrínsecos que se relacionan con la salud. Cuando se combina una exigencia excesiva con una supervisión poco clara, aumentan el estrés y el riesgo de ataques cardíacos (Repetti y otros, 1989). Por tanto, los factores extrínsecos son importantes no sólo para la satisfacción en el trabajo, sino también para la salud física y mental en general.

factores intrínsecos del trabajo Satisfacciones que se obtienen cuando se realiza el trabajo por su propio valor.

factores extrínsecos del trabajo Satisfacción por medio de sueldo, estatus y otras recompensas.

Figura 13-3

Interacción entre la motivación intrínseca del trabajo y la identidad del trabajador.



Por último, las actitudes y los valores relacionados con el trabajo se han modificado a partir de la década de 1980. En la actualidad, la mayoría de los trabajadores ya no se definen exclusiva o, incluso, principalmente en función del trabajo. Son cada vez más los que buscan un equilibrio entre familia, trabajo, intereses personales y pasatiempos (Derr, 1986; Whitbourne, 1986b). No obstante, la mayoría de los entrevistados sentía una gran satisfacción personal en su trabajo. En este estudio, las recompensas intrínsecas superaron a las extrínsecas.

## Establecimiento de relaciones íntimas

Sin importar si los adultos son solteros, casados, viudos, divorciados o si cohabitan, casi todos buscan o mantienen relaciones íntimas —como parejas románticas y como amigos cercanos. La intimidad, parte esencial de un vínculo duradero, satisfactorio y emocional, constituye la base de la amistad y del amor.

## Amistades adultas

Como apuntó Beverly Fehr (1996), las amistades son el aspecto esencial de la vida adulta. Aunque como lo plantea Fehr “Hay tantas definiciones de la amistad como científicos sociales que la estudian”, todas tienen ciertos elementos en común. Los amigos íntimos son personas en quienes confiamos y a las que acudimos cuando tenemos problemas; siempre están dispuestos a ayudar

y compartimos con ellos momentos agradables. Igual que las relaciones románticas, las amistades suelen caracterizarse por un vínculo emocional positivo, por la satisfacción de necesidades y por la interdependencia (Brehm, 1992). Retomaremos este tema en el capítulo 15; por ahora obsérvese que la amistad posee elementos muy afines a los del amor.

## Teoría triangular del amor propuesta por Sternberg

La teoría triangular del amor que propuso Robert Sternberg (1986) demuestra las complejidades que supone establecer relaciones amorosas. Afirma que el amor tiene tres componentes, como se observa en la figura 13-4. El primero es la **intimidad**, sensación de cercanía que ocurre en este tipo de relaciones. Es sentirse unido o vinculado al ser querido. Queremos hacer cosas para que la persona amada tenga una vida mejor. Nos une a ella un auténtico cariño y nos sentimos felices cuando está cerca de nosotros. Contamos con ella cuando la necesitamos y procuramos darle a cambio todo nuestro apoyo. Los que se aman comparten actividades, posesiones, pensamientos y sentimientos. En efecto, el compartir es quizás el factor decisivo que convierte un noviazgo en un matrimonio amoroso o en una relación parecida al matrimonio.

La **pasión** es el segundo componente del amor. Indica la atracción física, la excitación y el componente sexual de la relación. Las necesidades sexuales son importantes, pero no son la única fuente de motivación. También intervienen las necesidades de autoestima, afiliación y afecto. Unas veces, la intimidad culmina en la pasión; otras, la pasión aparece primero. En ocasiones hay pasión sin intimidad o intimidad sin pasión (como sucede en una relación fraternal).

El tercer componente del triángulo amoroso de Sternberg incluye **decisión y compromiso**. Dicho componente presenta aspectos a corto y a largo plazos. El primero es la decisión o el darse cuenta de estar enamorado. El aspecto a largo plazo es el compromiso de cultivar ese amor. Una vez más puede variar la relación entre este componente y los dos restantes. Para demostrar las combinaciones posibles, Sternberg (1986) ideó la taxonomía

**intimidad** Sensación de contacto estrecho que se experimenta en las relaciones amorosas.

**pasión** Segundo componente del amor que se refiere a la atracción física, la excitación y la conducta sexual en una relación.

**decisión y compromiso** Darse cuenta de estar enamorado y hacer el compromiso de mantenerlo.

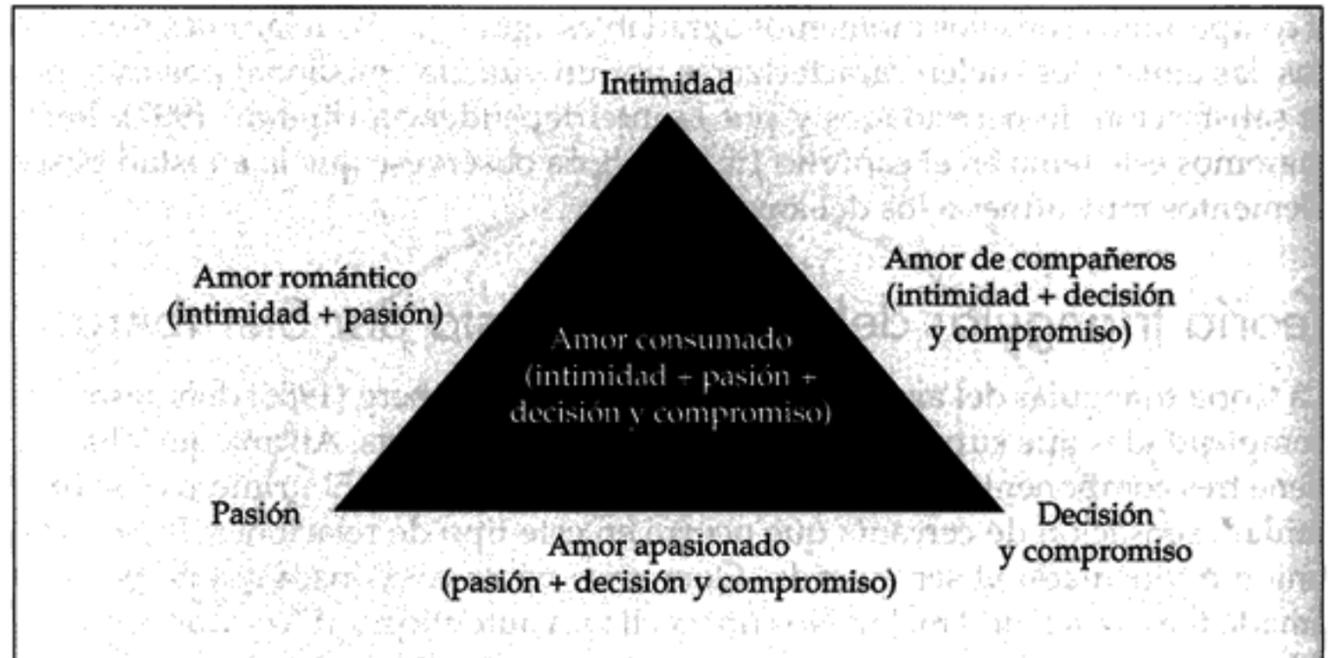


Según Sternberg, la intimidad es la principal característica de una relación amorosa.

Figura 13-4

Teoría triangular del amor propuesta por Sternberg

Fuente: adaptado de Feldman (1998).



de las relaciones amorosas que aparece en la tabla 13-1. Por supuesto la mayoría de la gente desea una relación matrimonial en la que predomine el amor consumado. Pero más de una pareja ha confundido el apasionamiento con el amor; en muchos matrimonios la pasión desaparece y entonces la esencia de la relación se torna no romántica.

La intimidad puede destruirse si se niegan los sentimientos, en especial el enojo. El temor al rechazo también la bloquea, sobre todo cuando produce una falsa identidad que tiende a satisfacer al otro y no las necesidades personales más importantes. El cortejo tradicional y los patrones del noviazgo pueden desalentar incluso la intimidad, si sólo abarcan intercambios superficiales y apariencias. Hay conductas que son aún más nocivas para la intimidad: el sexo informal, la franqueza brutal y una falsa indiferencia no son tierra fértil para la intimidad (McCary, 1978).

Tabla 13-1 Taxonomía de las clases de amor basada en la teoría triangular del amor propuesta por Sternberg

Clase de amor	Componente		
	Intimidad	Pasión	Decisión y compromiso
Cariño	+	-	-
Entusiasmo	-	+	-
Amor vacío	-	-	-
Amor romántico	+	+	-
Amor fraternal	+	-	+
Amor apasionado	-	+	+
Amor consumado	+	+	+

Nota: + = componente presente; - = componente ausente. Estos tipos de amor representan casos límites basados en la teoría triangular del amor. La mayoría de las relaciones amorosas encaja entre las categorías porque los componentes del amor se expresan a lo largo de un continuo, no en forma diferenciada.

Fuente: Sternberg (1986).

## Formación y desarrollo de la pareja

La formación y el desarrollo de la pareja son elementos importantes del desarrollo adulto. Una parte de la identidad personal se adquiere por ser miembro de una pareja relativamente estable. Es, pues, indispensable entender cómo se escoge la pareja y por qué algunos deciden casarse y otros prefieren cohabitar.

Cuando Arland Thornton (1989) analizó cómo habían cambiado las actitudes y los valores concernientes a la vida familiar desde finales de la década de 1950 hasta mediados de la de 1980, descubrió un debilitamiento notable y generalizado de las normas que exigen que las parejas se casen, sigan casadas, procreen, tengan relaciones íntimas sólo dentro del matrimonio y mantengan separados los roles del hombre y de la mujer. Como veremos, se ha atenuado la fuerza de las creencias compartidas socialmente, según las cuales las personas “deben” o “deberían” seguir ciertos patrones en el matrimonio y en la formación de la familia. Con todo, aunque en la actualidad se aceptan diversos patrones de familia, la mayoría de la gente sigue escogiendo un estilo de vida familiar tradicional —que abarca el matrimonio y la procreación.

**Elección de cónyuge** ¿Cómo elegimos a nuestro cónyuge? ¿Tomamos esta decisión trascendental basándonos en la semejanza, es decir, escogemos a personas que se parecen a nosotros? ¿O algunos factores emocionales y ambientales más complejos nos llevan a cierto tipo de persona? Con los años, varios teóricos han tratado de contestar estas preguntas. Sus conclusiones muestran, por lo menos, que la elección es mucho más compleja de lo que parecería a primera vista.

Freud fue uno de los primeros teóricos que intentó explicar por qué nos casamos. Una piedra angular de su teoría psicoanalítica es la atracción amorosa que el niño siente por el progenitor del sexo opuesto (vea el capítulo 1), atracción que más tarde “transferirá” a un objeto socialmente aceptable: la posible pareja. (Por tanto, quizá tenga razón la vieja canción que dice “Quiero una muchacha como la que se casó con mi querido padre”.) Sin embargo, como tantos otros aspectos de la teoría freudiana, tampoco éste cuenta con pruebas concluyentes producto de las investigaciones.

La *teoría de las necesidades complementarias* (Winch, 1958) se basa en el viejo principio de que los polos opuestos se atraen. Así, un hombre dominante se sentirá atraído por una mujer sumisa o un hombre tranquilo por una mujer dinámica y extrovertida, y a la inversa. La *teoría instrumental de la selección de pareja*, ideada por Richard Centers (1975), también se concentra en la gratificación de las necesidades, pero establece que algunas de éstas (como el sexo y la afiliación) son más importantes y que algunas son más apropiadas para el hombre y otras para la mujer. Según Centers, nos sentimos atraídos hacia personas con necesidades semejantes o complementarias a las nuestras.

Según la *teoría de estímulo, valor y función* formulada por Bernard Murstein (1982), la elección de pareja nace del intento por lograr la más idónea posible. Cada persona examina las cualidades y deficiencias de la otra para determinar si la relación vale o no la pena. Este análisis tiene lugar en las tres etapas del cortejo. Durante la etapa de *estímulo*, cuando un hombre y una mujer se conocen o se ven por primera vez, hacen un juicio inicial sobre el aspecto, personalidad e inteligencia del otro. Si las primeras impresiones son favorables, la pareja pasa a la segunda etapa, la de *comparación de valores*. En ésta, sus conversaciones revelan si son compatibles sus intereses, actitudes, creencias y necesidades. En la etapa final, la de *la función*, la pareja decide si puede desempeñar funciones compatibles en el matrimonio o en otra relación a largo plazo.

De acuerdo con un estudio realizado durante seis meses con parejas estables de universitarios (Adams, 1979), la atracción inicial se basa en cualidades bastantes superficiales: atractivo físico, carácter gregario, porte e intereses comunes. La relación se refuerza con las reacciones de otros (incluido el hecho de ser



El matrimonio adopta muchas formas según la cultura, pero es un hito muy importante prácticamente en todas.

considerados como pareja) y por sentirse cómodos cuando están juntos. La pareja inicia entonces una etapa de compromiso e intimidad que produce mayor atracción y enamoramiento. Examinan los puntos de vista del otro y sus sistemas de valores al hacer un compromiso. En esta fase, la pareja a menudo cree estar preparada para tomar decisiones respecto del matrimonio.

Por último, tenemos la *teoría del sistema familiar* (McGoldrick, 1980), según la cual la formación de la pareja conlleva la creación de una nueva estructura y el proceso de conocerse mejor. Es indispensable negociar los límites, de ahí que la pareja redefine poco a poco sus relaciones con los otros —familiares y amigos— y entre sí. Ocurren muchos cambios informales en la relación. Además, algunos acontecimientos más formales, como la ceremonia matrimonial, establecen límites concretos a la pareja.

**Matrimonio** En Estados Unidos conviven muchas subculturas con patrones de estilos de vida adulta propios. Con todo, el matrimonio monógamo es, sin duda, el de mayor aceptación y el tipo de estilo de vida más común. En ese país más de 90 por ciento de los hombres y las mujeres se casará algún día. Muchas culturas aprueban el sexo sólo dentro del matrimonio. La preparación para el matrimonio a veces incluye rituales complejos: salir juntos, cortejo y compromiso. La ceremonia nupcial simboliza el vínculo; después se definen los nuevos roles conyugales en relación con la pareja y con el resto de la sociedad. La comunidad aprueba la unión, que deberá ofrecer apoyo emocional, gratificación sexual y seguridad económica a la pareja y a su familia. La exigencia de fidelidad varía mucho de una cultura a otra y también entre los individuos.

Por ejemplo, en las culturas árabes tradicionales, los parientes mayores organizan rigurosamente la transición a la vida matrimonial. Tan pronto como la mujer llega a la pubertad, la familia intenta preservar a toda costa su virginidad mediante una estrecha vigilancia. Una vez escogido el prometido, se prohíbe todo contacto con hombres, incluido el novio. A los jóvenes también se les excluye del proceso de cortejo. Sus parientes mayores seleccionan a las jóvenes elegibles y a sus familias. Los ancianos se encargan de efectuar las negociaciones sobre el precio de la novia. Para conservar los activos de la familia y proteger su honor, se prefieren los "matrimonios entre primos" con la hija del hermano del padre. De este modo, una familia se asegura de que la joven esposa sea acompañada y protegida en forma aceptable (Goode, 1970).

Aunque en Estados Unidos los matrimonios por lo general no están sujetos a tal investigación y negociación prenupcial, se restringen mucho las relaciones que violan los límites sociales, económicos, religiosos o étnico-raciales. Los grupos de la comunidad y las instituciones sociales, lo mismo que los padres, no ven con buenos ojos los matrimonios "mixtos" de cualquier tipo; sin embargo, estas uniones cada vez gozan de mayor aceptación social. Por ejemplo, las investigaciones señalan que uno de cada cinco estadounidenses ha tenido una relación afectiva con una persona de otra raza (Porterfield, 1973) y que, en 1996, había ya 1,260,000 parejas interraciales en el país (U.S. Census Bureau, 1997).

**Alternativas al matrimonio formal** Según la pareja, la cohabitación o unión libre puede parecerse o no al matrimonio formal. Ésta no tiene la aprobación social ni las responsabilidades legales del matrimonio tradicional, pero a cambio ofrece mayor libertad a la pareja para que diseñe sus roles según lo desee. Se caracteriza por un reconocimiento franco de que la pareja no está casada. Es difícil presentar estadísticas confiables por la renuencia de algunos a proclamar su relación y también por la naturaleza a menudo transitoria de la cohabitación. La Oficina de Censo de Estados Unidos señala un gran aumento en el número de parejas que abiertamente admiten vivir en unión libre, sobre todo entre los jóvenes. En la población general, la cohabitación aumentó casi ocho veces entre 1970 y 1996, de 523,000 a 3,958,000 parejas (U.S. Census Bureau, 1997). Entre las



Si bien todas las parejas enfrentan problemas de fidelidad, compromiso y estabilidad, estos temas son especialmente importantes para las parejas que cohabitan.

personas menores de 25 años, se registró un incremento multiplicado por 15: de 55,000 parejas en 1970 a 816,000 en 1996. La mayoría (64 por ciento) no tiene hijos, pero ese porcentaje incluye a un millón de familias que sí los tienen. Casi todas estas personas son adultos jóvenes; la edad de 59 por ciento fluctúa entre 25 y 44 años (U.S. Census Bureau, 1997). A medida que la unión libre vaya ganando aceptación, el matrimonio puede que pierda importancia como medio de sanción formal del sexo (Thornton, 1989).

Se estima que más o menos una tercera parte de las parejas que viven en unión libre termina por casarse. Aunque la gran mayoría planea hacerlo, no siente tanta urgencia como quienes nunca han cohabitado. Las parejas que acaban casándose no necesariamente se comunican mejor ni encuentran mayor satisfacción en el matrimonio que las parejas que no vivían juntas antes del matrimonio (Demaris y Leslie, 1984). Como las parejas que no se casan suelen separarse, es infrecuente encontrar una que dure mucho tiempo. Philip Blumstein y Pepper Schwartz (1983) no pudieron encontrar una cantidad suficiente de heterosexuales que llevaran juntos más de 10 años para poder analizar los datos, aunque sí hallaron la cantidad necesaria de parejas de homosexuales y lesbianas que habían cohabitado por ese tiempo. Sin duda, este último dato se relaciona con las leyes contra el matrimonio de homosexuales, las cuales sólo hasta hace poco comenzaron a reconsiderarse en Estados Unidos, a menudo a despecho de las protestas de los heterosexuales.

La unión libre supone muchas de las funciones que enfrentan los recién casados en el establecimiento de sus relaciones. Hay que resolver los conflictos mediante un complejo proceso de "negociación y acuerdos colectivos" (Almo, 1978), por lo que resulta indispensable una comunicación constante y eficaz. Al igual que en el matrimonio, hay un esfuerzo constante por lograr una buena comunicación. De hecho, puede ser aún más importante y más difícil dentro de los límites tan vagos de la cohabitación.

Por último, la pareja que vive en unión libre debe resolver los problemas de compromiso, fidelidad y estabilidad. Los amoríos son más probables entre los hombres y las mujeres en una relación de cohabitación que entre los casados (Blumstein y Schwartz, 1983). Esto contribuye a crear mayor tensión que la que se observa en los matrimonios, o entre las parejas establecidas de homosexuales y lesbianas (Kurdek, y Schmitt, 1986). De acuerdo con un estudio (Almo, 1978), a las parejas les resulta difícil encarar abiertamente tales problemas, a pesar del entrañable afecto que se profesan. La mayor parte de las parejas hacen un compromiso claro —aunque tácito— con el otro antes de empezar a convivir. El compromiso se funda en el deseo mutuo de cierta clase de estabilidad que les permita planear el futuro, sin perder su flexibilidad. No siempre exigen la exclusividad sexual o fidelidad. Algunas parejas consideran tabú las relaciones sexuales fuera de su relación. Otras aceptan de manera explícita que el compañero puede tenerlas, aunque por lo general uno de los dos lo propone y el otro lo acepta.

Una alternativa al matrimonio o a la cohabitación consiste en permanecer soltero, según se comenta en el recuadro "Teorías y hechos" de la página 454.

---

## REPASE Y APLIQUE

1. Describa los tres componentes de la teoría triangular del amor propuesta por Sternberg, así como los siete tipos de relaciones amorosas derivadas de la teoría.
  2. ¿Cómo se explica la selección de la pareja en la teoría psicoanalítica, la teoría de las necesidades complementarias, la teoría instrumental de la selección de la pareja y la teoría de estímulo, valor y función?
  3. ¿En qué se distinguen la cohabitación y el matrimonio?
-

## TEORÍAS Y HECHOS

### LA SOLTERÍA

En muchos periodos de la historia, la soltería fue a menudo un resultado desafortunado de desastres naturales o de guerras. Se le consideraba, y en cierto modo sigue considerándose, como signo de anormalidad o inmadurez. Los casados tienen una imagen estereotipada de los solteros; por ejemplo, que son personas promiscuas y "perdedoras". Se cree que los promiscuos llevan una vida emocionante y desenfrenada, con pocas restricciones. El perdedor estereotipado es un individuo físicamente poco atractivo sin características intelectuales o de personalidad que compensen esto, a quien le gustaría casarse, pero no encuentra quien lo acepte. ¿Tienen algo de verdad semejantes estereotipos?

Algunas veces, sí. Si bien hay individuos que encajan en las descripciones anteriores, al menos por cierto tiempo, la gente cambia. Sin embargo, si queremos entender la soltería debemos ponerla en una perspectiva histórica. De manera periódica, numerosos grupos de personas permanecen solteros. Así,

a fines de la década de 1930, cuando Estados Unidos empezaba a recuperarse de la Gran Depresión, se casaban menos personas y a una edad mayor. Esta tendencia se prolongó durante la Segunda Guerra Mundial, cuando millones de mujeres temporalmente solas ingresaron a la fuerza laboral mientras su esposo o su novio combatían y morían en el frente de batalla. Terminada la guerra, la situación cambió de manera radical. A mediados de la década de 1950, sólo 4 por ciento de los adultos en edad de casarse permanecían solteros, y la edad de las primeras nupcias fue la más baja de la historia. Permanecer soltero volvió a ponerse de moda entre las décadas de 1970 y 1980: la tasa de matrimonios entre solteros menores de 45 años bajó a un nivel igual al periodo posterior a la Depresión. En 1996, 26.8 por ciento de la población estadounidense mayor de 18 no estaba casada, 2.7 había enviudado y 8.4 por ciento estaba divorciada (U.S. Census Bureau, 1997).

La elección de la soltería como estilo de vida a veces es deliberada: un equilibrio entre libertad y restricción,

autosuficiencia e interdependencia. A algunos comentaristas les preocupa la tendencia decreciente de los matrimonios y el aumento de los divorcios. ¿Estamos en una sociedad demasiado fascinada con la libertad y la autonomía a costa de las obligaciones interpersonales (Weiss, 1987)? Más de un observador ha manifestado temores ante los efectos de estos estilos de vida individualistas y la preferencia por el libre albedrío en detrimento de los vínculos entre generaciones y los roles interdependientes (Hunt y Hunt, 1987).

Muchos escogen la soltería para disfrutar de las relaciones íntimas sin las restricciones y los problemas del matrimonio. No quieren sentirse atrapados por una pareja que les obstaculice el desarrollo personal. Tampoco quieren sentirse aburridos, tristes, irritados, sexualmente frustrados ni solitarios, aunque vivan con una persona de quien han ido distanciándose. Al observar la separación de sus amigos casados, piensan que la soltería es una opción mucho mejor

## Paternidad (maternidad) y desarrollo del adulto

El nacimiento de un hijo impone nuevos roles y responsabilidades al padre y a la madre. Les confiere, además, otro estatus social (Hill y Aldous, 1969). La llegada de un hijo significa una serie de tensiones físicas y psicológicas: alteración de las rutinas del sueño, gastos, aumento de la tensión y conflictos de diversos tipos. La madre se siente cansada; descuidado el padre, y ambos cónyuges piensan que han perdido parte de su libertad. Su intimidad y su camaradería pueden disminuir con la llegada de un nuevo miembro de la familia, y la atención de uno o de los dos a veces se concentra en el niño (Komarovsky, 1964).

Los desafíos y las exigencias de la paternidad representan una importante fase en el desarrollo de los padres como individuos y de la pareja como sistema (Osofsky y Osofsky, 1984). Factores importantes en este caso son hacer la transición correspondiente y aprender a enfrentar la crianza.

### El ciclo de la vida familiar

Las familias pasan por un ciclo predecible en su vida familiar, caracterizado por hechos concretos (Birchler, 1992). El primer hito ocurre cuando el individuo deja a su familia de origen. La separación puede realizarse en el momento del matrimonio o antes, si opta por la independencia y vive solo o con amigos. El segundo hito suele ser el matrimonio, con los ajustes que conlleva establecer

una relación con otra persona y con otra red familiar, la del cónyuge. El tercer hito es el nacimiento del primer hijo y el inicio de la paternidad (maternidad). Hay otros hitos: la inscripción del primer hijo en la escuela, el nacimiento del último hijo, la partida del último hijo y la muerte del cónyuge.

En los últimos 50 a 100 años, han cambiado los tiempos y la naturaleza del ciclo familiar. Hoy no sólo viven juntas más personas durante más tiempo, sino que también ha cambiado su edad en varios momentos del ciclo y la duración entre los hitos. Por ejemplo, el tiempo entre la partida del último hijo y la jubilación o muerte del cónyuge ha aumentado y seguirá aumentando.

## La transición a la paternidad (maternidad)

Esta transición es uno de los periodos centrales en el ciclo de la vida familiar. A menudo la familia y la cultura ejercen presión para tener un hijo —cambio que es irrevocable. En comparación con los roles propios del matrimonio, los roles y responsabilidades de tener un hijo persisten a pesar de las circunstancias cambiantes de la vida (Rossi, 1979), y exigen muchas adaptaciones y ajustes. Los recién casados disfrutan a menudo un nivel relativamente alto de vida cuando trabajan los dos y no deben mantener a un hijo. Compran automóviles, muebles y ropa. Con frecuencia comen fuera de casa y gozan de numerosas actividades recreativas. Este estilo de vida llega a un fin abrupto con el nacimiento del primer hijo (Aldous, 1978).

Entre los efectos que esta transición tiene en determinados dominios de la vida personal y familiar se encuentran los siguientes (Cowan y Cowan, 1992):

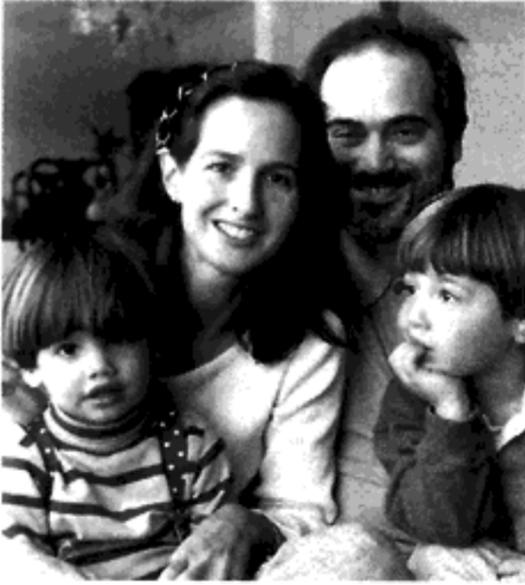
- *Cambios en la identidad y en la vida interior.* Se modifican tanto el sentido del yo de los padres como sus suposiciones respecto del funcionamiento de la vida familiar.
- *Cambios en los roles y en las relaciones dentro del matrimonio.* La división del trabajo entre los padres cambia en un momento en que se sienten presionados por la alteración del sueño y porque no pueden estar juntos tanto como desearían.
- *Cambios en los roles y en las relaciones entre generaciones.* La transición influye también en los abuelos.
- *Cambio en los roles y en las relaciones fuera de la familia.* Los cambios externos influyen sobre todo en la madre, pues seguramente interrumpirá su carrera al menos en forma temporal.
- *Nuevos roles y relaciones de paternidad (maternidad).* La pareja debe cumplir con las nuevas responsabilidades relacionadas con la crianza del hijo.

Aunque comparten muchas preocupaciones, el padre y la madre exteriorizan reacciones diferentes cuando nace su primer hijo. La mujer ajusta su estilo de vida para dar prioridad a los roles maternos y familiares. Por su parte, el hombre pone más empeño en su trabajo para garantizar el sustento de su familia. Con la llegada del niño se presentan nuevas tensiones y dificultades, y los roles cambian con mayor rapidez (Rossi, 1979). Los padres experimentan sentimientos de orgullo y emoción, aunados a una mayor responsabilidad que puede resultar abrumadora. A algunos hombres les causa envidia la capacidad de su esposa para establecer un vínculo emocional tan estrecho con el bebé. La pareja necesita reservar un poco de tiempo para estrechar su relación y cultivar otros intereses. Después del nacimiento de un hijo, en muchos matrimonios surgen problemas sexuales, disminuyen la comunicación y los intereses comunes, y aumentan los conflictos (Osofsky y Osofsky, 1984).

Sin embargo, el nacimiento del primer hijo marca una transición más que una crisis (Entwisle, 1985). Casi todas las parejas señalan que el ajuste no fue tan difícil (Hobbs y Cole, 1976). Por ejemplo, las madres, en su mayoría, no sufren



Durante el embarazo, ambos cónyuges se ofrecen apoyo emocional.



Los progenitores con gran autoestima se ajustan mejor a la paternidad (maternidad) que los que tienen poca autoestima.

la depresión de posparto (vea el capítulo 2). Experimentan, más bien, una ligera "tristeza por el bebé" durante dos o tres días; y es posible que entre 10 y 20 por ciento de ellas ni siquiera pase por eso (O'Hara y otros, 1990). Además, un estudio reciente (Belsky y Rovine, 1990) reveló que entre 20 y 35 por ciento de las parejas experimentan mayor satisfacción conyugal.

Varios factores influyen en el ajuste de los padres a sus nuevas funciones. El apoyo social, en especial del marido, es muy importante para la madre (Cutrona y Troutman, 1986). La felicidad conyugal durante el embarazo es otro factor decisivo en el ajuste de ambos (Wallace y Gotlib, 1990). De hecho, en la adaptación del padre influye profundamente la evaluación que haga la madre de su matrimonio y de su embarazo (Wallace y Gotlib, 1990).

La autoestima de los padres es otro factor, pues los que tienen una gran autoestima suelen lograr un ajuste adecuado (Belsky y Rovine, 1990b). También son importantes las características del niño. Por ejemplo, a menudo disminuye la satisfacción conyugal de los padres de bebés "difíciles" (vea el capítulo 5) (Belsky y Rovine, 1990b; Crockenberg, 1986). Finalmente, como se comenta en el recuadro "Estudio de la diversidad" en la página siguiente, la edad en que se procrea influye de modo considerable en la adaptación a la paternidad y la maternidad.

## Cómo se enfrentan las etapas del desarrollo de los hijos

Las exigencias impuestas a los padres varían con cada periodo del ciclo de la vida familiar. Un bebé necesita una atención casi total y constante, y algunos progenitores la dan con mayor facilidad que otros. Algunos se sienten abrumados por la gran dependencia de sus hijos. Otros no soportan el llanto. Los gemidos del niño pueden provocar sentimientos de impotencia y hasta de ira al padre o a la madre.

Cada periodo crítico del desarrollo infantil produce o reactiva un periodo también crítico de los progenitores (Benedek, 1970). De acuerdo con una teoría (Galinsky, 1980), en la paternidad o maternidad existen seis etapas. En la *etapa de formación de la imagen*, que abarca desde la concepción hasta el nacimiento, la pareja genera una imagen del tipo de padres que serán y evalúa el desempeño

En ocasiones los progenitores saben tratar mejor a sus hijos en una etapa del desarrollo que en otra.

