



Materiales Educativos GRATIS

PSICOLOGIA

QUINTO

ADOLESCENCIA, JUVENTUD, ADULTEZ Y ANCIANIDAD

I. LA ADOLESCENCIA

Es la etapa en que el individuo deja de ser un niño, pero sin haber alcanzado aún la madurez del adulto. Sin embargo, es un tránsito complicado que normalmente debe superarse para llegar a la edad adulta. Se considera que la adolescencia se inicia aproximadamente a los 12 años promedio en las mujeres y a los 13 años en los varones. Este es el momento en que aparece el periodo de la pubertad, que cambia al individuo con respecto a lo que hasta entonces era su niñez.

En la adolescencia se distinguen dos etapas:

- ❖ Preadolescencia (fenómeno de la pubertad).
- ❖ Adolescencia propiamente dicha.

1. La preadolescencia (pubertad)

A. Desarrollo físico

Se produce una intensa actividad hormonal. Se inicia a los 11 o 12 años en las mujeres y a los 13 o 14 años en los varones. En las mujeres aparece la primera menstruación o menarquía y en los varones las primeras eyaculaciones nocturnas; pero en ambos todavía sin aptitud para la procreación. En ambos sexos aparece el vello púbico. Se da también un rápido aumento de estatura, incremento en el peso, aparición de caracteres sexuales secundarios. En las mujeres, desarrollo de mamas, caderas, etc; en los varones, mayor desarrollo muscular, fuerza física, aumenta el ancho de la espalda, cambio de voz, pilosidad en el rostro, etc.

Hay una preocupación por los cambios físicos y emocionales

B. Desarrollo cognoscitivo

No confunde lo real con lo imaginario y, por tanto, puede imaginar lo que podría ser. Según Jean Piaget, se encuentra en el estadio de las operaciones formales o abstractas. Usa con mayor facilidad los procedimientos

lógicos: análisis, síntesis. Descubre el juego del pensamiento.

Desarrolla su espíritu crítico. Discute para probar su capacidad y la seguridad del adulto. En ocasiones es fantasioso, pero con poca frecuencia. Hay una proyección de sí en el porvenir, pero también a veces evade lo real.

C. Desarrollo afectivo

Gran intensidad de emociones y sentimientos. Hay desproporción entre el sentimiento y su expresión.

Las manifestaciones externas son poco controladas y se traducen en tics nerviosos, muecas, refunfuños, gestos bruscos, gritos extemporáneos. Pasa con facilidad de la agresividad a la timidez.

D. Desarrollo social

Creciente emancipación de los padres. Tiene necesidad de seguridad pero a la vez una necesidad de independencia de sus padres. Esto hace que despierte la necesidad de libertad, de ser independiente y libre; para ello emplea la desobediencia como una necesidad. Busca la independencia pero a la vez busca protección en ellos. Se da mutua falta de comprensión con sus padres.

Tiene necesidad de valorarse, de afirmarse, de afiliación y de sentirse aceptado y reconocido por los de su entorno.

Su principal interés son las diversiones, el deporte, etc. Va pasando de la heteronomía a la autonomía (conducirse por sí mismo). Aquí influye mucho la moral de la familia como testimonio.

Así el adolescente será capaz de lo siguiente:

- * Fijar metas y objetivos propios.
- * Organizar su actividad en conformidad con sus proyectos.
- * Organizar mejor y eficientemente su tiempo libre.

E. Desarrollo psicosexual

Tendencia a la separación entre chicos y chicas. Gran curiosidad por todo lo relacionado con la sexualidad.

2. La adolescencia propiamente dicha

A. Desarrollo cognoscitivo

La adolescencia es la etapa donde madura el pensamiento lógico formal. Así, su pensamiento es más objetivo y racional. El adolescente empieza a pensar abstrayendo de las circunstancias presentes, y a elaborar teorías de todas las cosas. Es capaz de razonar de un modo hipotético deductivo, es decir, a partir de hipótesis y, procediendo únicamente por la fuerza del mismo raciocinio, llegar a conclusiones que pueden contradecir los datos de la experiencia.

La adolescencia es también la edad de la fantasía, «sueña con los ojos abiertos» ya que el mundo real no ofrece bastante campo ni proporciona suficiente materia a las desmedidas apetencias de sentir y así se refugia en un mundo fantasmagórico donde se mueve a sus anchas.

Es también la edad de los ideales. El ideal es un sistema de valores al cual tiende por su extraordinaria importancia. El adolescente descubre estos valores y trata de conquistarlos para sí y para los demás. Aunque este hecho no afecta a todos los adolescentes. Depende de la formación recibida.

B. Desarrollo motivacional

Según Schneider, en el adolescente sobresalen los siguientes motivos:

a) Necesidad de seguridad

Se funda en un sentimiento de certeza en el mundo interno (estima de sí, de sus habilidades, de su valor intrínseco, de su equilibrio emocional, de su integridad física) y externo (económica, su estatus en la familia y en el grupo). El adolescente puede sufrir inseguridad por los cambios fisiológicos, la incoherencia emotiva o por la falta de confianza en los propios juicios y decisiones.

b) Necesidad de independencia

Más que una existencia separada y suficiencia económica significa, sobre todo,

independencia emocional, intelectual, volitiva y libertad de acción. Se trata de una afirmación de sí.

c) Necesidad de experiencia

Fruto del desarrollo y la maduración que en todos sus aspectos son dependientes de la experiencia. Este deseo de experiencia se manifiesta claramente en las actividades «vicarias» (TV, radio, conversación, cine, lecturas, juegos, deportes). Por ello participan en actividades poco recomendables: alcohol, drogas, etc.

d) Necesidad de integración (de identidad)

Es un deseo inviolable y de valor personal.

e) Necesidad de afecto

Sentir y demostrar ternura, admiración, aprobación.

C. Desarrollo afectivo

Es difícil establecer si la adolescencia es o no un periodo de mayor inestabilidad emotiva. Pero nada impide reconocer la riqueza emotiva de la vida del adolescente y su originalidad.

La sensibilidad avanza en intensidad, amplitud y profundidad. Mil cosas hay ante las que ayer permanecía indiferente y hoy patentizará su afectividad. Las circunstancias del adolescente, como la dependencia de la escuela, del hogar, le obligan a rechazar hacia el interior las emociones que le dominan. De ahí la viveza de su sensibilidad: al menor reproche se le verá frecuentemente rebelde, colérico. Por el contrario, una manifestación de simpatía, un cumplido que recibe, le pondrá radiante, entusiasmado, gozoso. El adolescente es inconstante en su humor. Este periodo está marcado por la labilidad emocional: cambios rápidos en su estado de ánimo. Hay un egocentrismo afectivo.

D. Desarrollo social

A medida que crece, son mayores y más variadas sus experiencias sociales. Este mayor contacto con la sociedad favorece un conocimiento más real de esta. Mayor conciencia de los demás, así como una

progresiva conciencia de pertenencia a una clase social. Otras tendencias importantes son la madurez de la adaptación heterosexual, la búsqueda de estatus en el grupo de compañeros de la misma edad y la emancipación de la familia.

En este proceso de socialización encontramos la siguiente serie de oscilaciones:

- * Oscilación entre excitación y depresión: trabajo y ocio, buen humor y llanto.
- * Oscilación entre sociabilidad e insociabilidad: delicados e hirientes, tratables e intratables.
- * Oscilaciones entre confianza y desconfianza de sí mismos.
- * Oscilaciones entre vida heroica y sensualidad.

En esta época aparecen rivalidades y luchas para obtener el poder y ejercerlo sobre los demás. Prueba sus fuerzas físicas y así se convierte en agresivo, lo que se manifiesta con ciertos actos exteriores (se golpean unos a otros), palabras agresivas (se insultan), manifestaciones reprimidas y ocultas, agresividad contra sí mismos, agresividad contra las cosas.

La situación del adolescente frente a la familia es ambivalente: por una parte está la emancipación progresiva de la familia, lo que implica un riesgo; y por otra, el adolescente percibe que su familia es fuente de seguridad y ayuda, con miedo a perderla. Por el hecho de que los padres son adultos y representan a la clase privilegiada, que niega al adolescente el estatus del mismo género.

Por el «conflicto de generaciones» debido a los contrastes que pueden surgir por la diferencia de edad entre dos generaciones.

Una línea de solución está en la comprensión, en un gradual proceso decisonal comunitario. Durante la adolescencia, la escuela favorece la reorganización de la personalidad sobre la base de la independencia.

Hemos de ver también las relaciones entre adolescentes: la amistad entre adolescentes se caracteriza por la sinceridad, el altruismo, la delicadeza. Se precian de tener los mismos gustos y opiniones, se imitan, se tienen mutua confianza, se quieren con exclusividad, se sacrifican unos por otros.

Entre ellos predominan los grupos primarios, se reúnen con frecuencia, participan de las mismas diversiones, peligros y emociones.

- Hay una preocupación por la apariencia física.
- Empieza a tomar decisiones en cuanto a su ubicación dentro de la sociedad.

E. Desarrollo sexual

La sexualidad del adolescente no es solo un fenómeno psicofisiológico, sino también sociocultural. Los valores, costumbres y controles sexuales de la sociedad en que vive determinan en gran parte su actitud y comportamiento psicosexual.

Todos los adolescentes en un momento dado se preocupan más o menos de su desarrollo sexual, pero de ello no hablan espontáneamente sino en un clima de gran confianza. La tensión sexual que tiene todo adolescente es el resultado de tres tipos de estimulantes que operan de forma compleja: la acción del mundo exterior, la influencia de la vida psíquica y la acción del organismo.

En la adolescencia, comienzan las primeras atracciones heterosexuales, la chica es más corazón y el chico es más cuerpo. Afirman su identidad sexual.

F. Desarrollo moral

La moral para los adolescentes no es una exposición de principios, ni un conjunto de convenciones sociales; es, ante todo, un comprometer todo su ser a la búsqueda de la imagen ideal de sí mismos donde ponen a prueba la fuerza de la voluntad, la solidez de las posibilidades y cualidades personales. Hay algunos valores morales que ellos prefieren por ser más brillantes, más nobles y porque exigen un don de sí más absoluto:

El sentido del honor, sentimiento de la nobleza y de la dignidad del hombre frente al hombre; la sinceridad, signo de una personalidad que se afirma; la valentía, motor de muchos actos; la lealtad.

II. LA JUVENTUD

Es la etapa comprendida aproximadamente entre los 18 y los 25 años. Es la etapa en la que el individuo se encuentra más tranquilo con respecto a lo que fue su adolescencia, aunque todavía no ha llegado al equilibrio de la adultez. El joven es

capaz de orientar su vida y de ir llegando a la progresiva integración de todos los aspectos de su personalidad.

1. En el campo del conocimiento

El joven es más reflexivo y más analítico. Es la mejor época para el aprendizaje intelectual, porque el pensamiento ha logrado frenar cada vez más los excesos de la fantasía y es capaz de dirigirse más objetivamente a la realidad. Tiene ideas e iniciativas propias, pero no deja de ser un idealista, pero sus ideales comienzan a clarificarse. De ahí nace el deseo de comprometerse.

2. En el aspecto moral

Los valores empiezan a tener jerarquía en la que predomina la justicia y es capaz de distinguir lo prioritario de lo urgente. Rechaza la imposición, no con agresividad sino con una sana rebeldía. Asume una conciencia propia de sus actos y les da el valor moral que les corresponde. Su desarrollo puede desembocar en la autonomía, y entonces sabrá integrar a sus convicciones personales los valores presentados por la sociedad, la religión, el grupo y el ambiente de trabajo o de estudio. Pero también puede desembocar en la dependencia, entonces será arrastrado por los otros, será como un barco sin anclas en el que las olas le harán bailar hasta que la primera tempestad le haga naufragar. Nace en el joven el concepto de bien y de mal.

3. En el ámbito vocacional

Es el momento en el que el joven se orienta hacia una profesión, hacia el mundo del trabajo, todo se concretiza en el proyecto de vida. Ese proyecto es el conjunto de valores en que el joven crece, le da una orientación a la propia vida y lo orienta dinámicamente hacia el futuro.

Puede el joven desviarse escogiendo un proyecto consumístico, egocéntrico. Un proyecto válido ha de tener en cuenta el hecho fundamental de la existencia, las convicciones religiosas, el compromiso.

Todo esto supone una opción inteligente y libre. En esa medida será una opción que responda al hecho fundamental de la existencia: «ser para el otro» será una opción de amor. Tiene metas trazadas y opta por un estilo de vida.

III. LA ADULTEZ

Es la etapa comprendida entre los 25 y los 60 años aproximadamente, aunque como es sabido, su comienzo y su término dependen de muchos factores personales y ambientales. En esta etapa de la vida el individuo normalmente alcanza la plenitud de su desarrollo biológico y psíquico. Su personalidad y su carácter se presentan relativamente firmes y seguros, con todas las diferencias individuales que pueden darse en la realidad. Así, hay adultos de firme y segura personalidad capaces de una conducta eficaz en su desempeño en la vida; hay otros de una personalidad no tan firme ni segura; finalmente, existen los que adolecen de una pobre y deficiente manera de ser (personalidad) que los lleva a comportamientos ineficaces y hasta anormales.

El adulto maduro se distingue por las siguientes características:

- ❖ Controla adecuadamente su vida emocional, lo que le permite afrontar los problemas con mayor serenidad y seguridad que en las etapas anteriores.
- ❖ Se adapta por completo a la vida social y cultural. Forma su propia familia. Ejerce plenamente su actividad profesional, cívica y cultural. Es la etapa de mayor rendimiento en la actividad.
- ❖ Es capaz de reconocer y valorar sus propias posibilidades y limitaciones. Esto lo hace sentirse con capacidad para realizar unas cosas e incapaz para otras.
- ❖ Normalmente tiene una percepción correcta de la realidad (objetividad), lo que le capacita para comportarse con mayor eficacia y sentido de responsabilidad.
- ❖ Madurez integral de la personalidad.
- ❖ Mayor autonomía, independencia y estabilidad emocional.

IV. LA SENECTUD O ANCIANIDAD

La etapa final de la vida, conocida también como tercera edad, se inicia aproximadamente a los 60 años. Se caracteriza por una creciente disminución de las fuerzas físicas, lo que, a su vez, ocasiona en la mayoría una sensible y progresiva baja de las cualidades de su actividad mental.

Disminuye la memoria inmediata (corto plazo).

Se acentúa la memoria mediata (largo plazo).

Mejora la inteligencia cristalizada pero disminuye la inteligencia fluida.

La declinación biológica se manifiesta por una

creciente disminución de las capacidades sensoriales y motrices y de la fuerza física; las crecientes dificultades circulatorias, ocasionadas por el endurecimiento de las arterias; y en general, el progresivo deterioro del funcionamiento de los diversos órganos internos.

El anciano va perdiendo el interés por las cosas de la vida, y viviendo cada vez más en función del pasado, el mismo que evoca constantemente, ya que el presente y el futuro le ofrecen pocas perspectivas. Por eso es predominantemente conservador y opuesto a los cambios, pues así se siente seguro. Como consecuencia de la declinación biológica, y por factores ambientales, también se van deteriorando las funciones intelectuales (inteligencia, memoria, pensamiento, etc.). Pero este deterioro es muy distinto en las diversas personas, dándose el caso de ancianos de avanzada edad que se conservan en excelente forma. Los rasgos de la personalidad y del carácter se van modificando. Los ancianos que han tenido una adultez inmadura no saben adaptarse con facilidad a sus nuevas condiciones de vida. Manifiestan entonces una marcada tendencia a la desconfianza, el egoísmo, la crítica aguda (especialmente a los jóvenes) y reaccionan agriamente contra sus familiares y el ambiente social.

En cambio, otros ancianos, que fueron adultos maduros, se adaptan mejor a su nueva situación y muchos hasta parecen exagerar el optimismo, buen humor y generosidad. Esto se debe a que, en el fondo, en la ancianidad se acentúan los rasgos que distinguieron el carácter en la adultez, por esto que el individuo ya no es capaz de ejercer un completo control y dominio de sus manifestaciones psicológicas.

En los individuos especialmente dotados, la ancianidad es una etapa de gran comprensión, equilibrio y productividad. Tal es el caso de personalidades ilustres que siguieron contribuyendo activamente a la vida social y cultural de su época, cuando ya la mayor parte de sus coetáneos descansaban en sus cuarteles de invierno.

La ancianidad es la etapa final de la vida y debe merecer el más grande respeto, consideración y protección.

- ▶ Los cambios que se producen en la adolescencia se manifiestan no solo en el cuerpo, sino, sobre todo, en la mente.
- ▶ La maduración psíquica conlleva unas adaptaciones emocionales y sociales a la nueva situación que nos preparan para la adultez.

Retroalimentación

1. La etapa preadolescente también se denomina _____.
2. La primera menstruación en las mujeres se llama _____.
3. ¿Qué edades comprende la etapa de la juventud? _____.
4. El vivir cada vez más en función del pasado es una característica de _____.

Trabajando en clase

La juventud: en la vida afectiva y sexual

Mirando hacia atrás, un joven se ríe de sus fracasos sentimentales, porque empieza a descubrir lo que es realmente el amor. El joven varón, luego de sentirse atraído por el físico de las chicas y por las chicas que llenaban determinadas cualidades, ahora necesita amar a una sola persona con quien proyectar posteriormente una comunidad de vida.

La joven deja de soñar con su príncipe azul, para aceptar un muchacho como es, e iniciar un diálogo de amor auténtico.

El amor ya no es para él o para ella un simple pasatiempo, una necesidad social, un escape, una compensación, sino un compromiso serio y respetuoso con la persona a quien ama. Todo esto implica que el joven es ya dueño de sí, controla sus impulsos y así se desempeña oportunamente.

Su socialización

Frente a los demás, el joven actúa responsablemente; es decir, haciendo uso de su libertad es capaz de responder a cada uno de sus actos, de tener conciencia de lo que dice y hace en orden a la realización del proyecto de vida. Esto significa que el joven:

- ▶ Asume la vida como tarea.
- ▶ Es consciente de su solidaridad con los demás.
- ▶ Está convencido que su vida es para los demás.
- ▶ Está abierto a nuevas responsabilidades.

El joven va concluyendo la emancipación de la familia, mientras que se abre cada vez más a múltiples relaciones sociales. Descubre las ideologías y se orienta por un ideal político, pero también entra en conflicto ante diversas pretensiones totalizantes que lo llevan a relativizar todo (para él vale tanto Julio César, Jesucristo o Mahoma). Otro peligro es caer en la politiquería.

El joven al ingresar a la universidad o a un centro de estudios superiores, se encuentra con una serie de ideologías que pretenden dar una explicación exhaustiva del hombre y del mundo. Frente a este fenómeno el peligro es el de querer relativizar todo.

1. Escribe una característica del joven con respecto al amor.

2. Para la juventud, ¿qué significa el amor?

3. ¿Cómo actúa el joven frente a los demás?

4. Escribe una característica del joven con respecto a su socialización.

- ▶ Escribe a qué etapa pertenece cada una de las siguientes características:

Preocupación física	
Mejor desarrollo intelectual	
Mayor madurez y autonomía	
Mejor inteligencia cristalizada	
Añorar el pasado	

Verificando el aprendizaje

1. En el desarrollo físicomotor, a los 6 años aproximadamente, el niño es capaz de diferenciar si es diestro, zurdo o ambidiestro. Lo anterior corresponde a la definición de _____.
 - a) socialización
 - b) lateralización
 - c) comportamiento cognitivo
 - d) etapa fragmentaria analítica
 - e) carácter global
2. Ericsson, psicólogo alemán, plantea que el conflicto del desarrollo entre los 3 y los 6 años se expresa como _____, demostrando la relación éxito-seguridad, fracaso-demostración.
 - a) iniciativa de culpa
 - b) iniciativa de contraculpa
 - c) manipulación de objetos
 - d) rol social
 - e) imitación diferida
3. En el juego asociativo, a diferencia del juego solitario, los niños _____.
 - a) comparten material e interactúan de alguna manera
 - b) necesitan autonomía
 - c) juegan con otros utilizando juguetes semejantes
 - d) tienden a diferenciarse de los demás
 - e) comienzan a controlar sus esfínteres
4. Para Piaget, en la niñez, en el aspecto cognitivo se da el periodo de las _____.
 - a) operaciones formales
 - b) operaciones abstractas
 - c) operaciones concretas
 - d) operaciones irreversibles
 - e) operaciones verbales
5. En la etapa de la niñez, el pensamiento se hace más _____.
 - a) objetivo y fantasioso
 - b) realista y objetivo
 - c) animista y fantasioso
 - d) fantasioso y animista
 - e) realista e irreversible
6. Es considerada la mejor etapa para la óptima captación de conocimientos para el aprendizaje intelectual:
 - a) Niñez
 - b) Infancia
 - c) Adolescencia
 - d) Juventud
 - e) Adulthood
7. La elaboración de teorías, el pensamiento hipotético y probalístico, se inicia en la _____.
 - a) adolescencia
 - b) juventud
 - c) niñez
 - d) adultez temprana
 - e) adultez tardía
8. La afirmación de la identidad, armonización corporal y confianza férrea en el poder de las ideas corresponden a la _____.
 - a) adolescencia
 - b) juventud
 - c) adultez temprana
 - d) adultez madura
 - e) niñez
9. No es una característica de la adolescencia:
 - a) Habilidad emocional
 - b) Lenguaje metafórico
 - c) Búsqueda de la identidad
 - d) Realismo moral
 - e) Necesidad de autonomía
10. Si un individuo desea realizar su proyecto de vida, lo primero que debe formular es:
 - a) Su visión personal
 - b) Su horario
 - c) Desarrollar valores
 - d) Su misión personal
 - e) Una evaluación personal