

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

**El sentido de vida en la fase del reencuentro de
los padres con hijos universitarios en Morelia,
Michoacán**

Autor: Blanca Hermilia Hernández Rendón

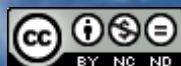
Tesis presentada para obtener el título de:
Lic. En Psicología

Nombre del asesor:
Cristina Almanza Chávez

Este documento está disponible para su consulta en el Repositorio Académico Digital Institucional de la Universidad Vasco de Quiroga, cuyo objetivo es integrar, organizar, almacenar, preservar y difundir en formato digital la producción intelectual resultante de la actividad académica, científica e investigadora de los diferentes campus de la universidad, para beneficio de la comunidad universitaria.

Esta iniciativa está a cargo del Centro de Información y Documentación "Dr. Silvio Zavala" que lleva adelante las tareas de gestión y coordinación para la concreción de los objetivos planteados.

Esta Tesis se publica bajo licencia Creative Commons de tipo "Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada", se permite su consulta siempre y cuando se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras derivadas.





UNIVERSIDAD VASCO DE QUIROGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

“RVOE ACUERDO No. LIC100404 DE FECHA 26 DE ABRIL DEL 2010

CLAVE 16PSU0004J”

TESIS

**EL SENTIDO DE VIDA EN LA FASE DEL REENCUENTRO DE LOS
PADRES CON HIJOS UNIVERSITARIOS EN MORELIA, MICHOACÁN.**

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

BLANCA HERMILA HERNÁNDEZ RENDÓN

ASESOR:

LIC. CRISTINA ALMANZA CHÁVEZ

MORELIA, MICHOACÁN, JUNIO 2011.

AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA

Es para mí muy importante llegar hasta este momento, en el que se da la culminación de uno de mis proyectos más importantes y por el cual luche arduamente.

Agradezco principalmente a Dios por permitirme llegar hasta donde he llegado, por darme la fuerza que necesitaba para afrontar los obstáculos que se me fueron presentando día a día; por hacerme saber que no estaba sola a pesar de los malos momentos.

Quiero agradecer también a mis padres, puesto que sin ellos no hubiera podido realizar este proyecto de mi vida yo sola. Ellos que siempre han estado conmigo, me han apoyado en todos los aspectos y han creído en mí fielmente.

Mi hermana que siempre fue mi soporte y de la cual no recibí más que apoyo incondicional que me brindaba constantemente. Que creyó en mí, que siempre me animaba, que estaba ahí siempre disponible. Y a la cual amo con todo mi corazón.

El estar sola en Morelia sin mi familia y sin gente conocida fue una experiencia de madurez personal, pero a la vez fue una experiencia difícil y muy triste. Por ello siempre voy a estar agradecida por el apoyo que me brindaron sin condición alguna mis amigas: Ilse y Sonia principalmente; la amistad que encontré en ellas fue un gran motor para salir adelante; dos grandes personas que durante toda la carrera estuvieron junto a mí, demostrándome su cariño sincero.

Agradezco también a mi novio Giovanni que en el último año de la carrera me acompañó constantemente, fue mi motor para seguir luchando, me daba fortaleza día con día, creyó en mí, estuvo en las buenas y en las malas sin reproche alguno. Y principalmente por su amor.

Por supuesto agradezco a mi asesora Cristina, que sin ella no hubiera podido realizar este proyecto de investigación. Por estar disponible y accesible cuando lo necesitaba, por aclarar mis dudas y por subirse al barco junto a mí para realizar esto juntas.

Y finalmente agradezco a la UVAQ, a mis maestros y a mis compañeros que fueron piezas clave para que yo pudiera cumplir este proyecto tan importante, y el cual me llena de satisfacción y felicidad.

Este proyecto de investigación va dedicado a mis padres: *Silvina Rendón Orbe* y *Oscar Hernández Vargas*. Ellos que me trajeron a este mundo y que me permitieron conocer lo maravilloso que es la vida.

A ellos les debo todo lo que soy y tengo ahora; son mi principal fuente de inspiración. Ellos que pusieron en mí toda su confianza y creyeron en mí incondicionalmente. Les dedico esta investigación porque gracias a su amor, a su apoyo desde lo moral hasta lo económico, logré llegar hasta este momento tan maravilloso.

Hubo momentos difíciles en los que estuve a punto de desistir, a sentir que ya no podía continuar más en este camino, a pensar que este no era mi destino; pero mis padres me dieron la fuerza que necesitaba y logré culminar mi proyecto.

Sin duda alguna ellos me han enseñado a luchar por lo que quiero, a no rendirme a pesar de los obstáculos, a creer en mí y a ser una persona buena, por todas estas enseñanzas y más, hoy en día soy lo que soy.

No me queda más que dedicarles a estos dos seres tan maravillosos este trabajo que representa para mí algo sumamente importante; sé que se merecen mucho más, pero espero transmitirles la felicidad que para mí representa haber podido concluir satisfactoriamente este sueño tan hermoso.

Mamá, papá, los amo con todo mi corazón, gracias por darme la vida, gracias por su gran amor.

ÍNDICE

Introducción	1
Justificación	5
Importancia del estudio	7
Capítulo 1. Marco teórico	8
1. Familia	8
1.1. Definición	8
1.2. Propiedades de la familia	13
1.3. Familia funcional y familia disfuncional	14
1.4. Tipos de familia	17
1.5. Ciclo vital de la familia	21
1.6. Reencuentro	23
1.6.1. Áreas de reorientación (de acuerdo con estrada, 2002)	25
1.6.2. Patrones nuevos de interacción entre los hijos y los padres	28
1.6.3. Nuevas formas de relacionarse en pareja	29
2. Desarrollo humano	31
2.1. Desarrollo del ciclo de la vida	31
2.2. Adulto temprano	33
2.3. Adulto medio	35
2.4. Adulto tardío	42
3. Sentido de vida	45
3.1. Logoterapia	45
3.2. Sentido de vida	48
3.3. La búsqueda de sentido de vida	51
3.4. El sentido último y el sentido del momento	53
3.5. La voluntad de sentido	54
3.6. El vacío de la existencia	56
3.7. Planeación de la vida	58
Capítulo 2. Metodología	60
2.1. Enfoque	60

2.2. Tipo de alcance.....	61
2.3. Objetivos.....	62
2.4. Planteamiento del problema.....	63
2.4.1. Preguntas de investigación.....	63
2.5. Supuestos.....	64
2.6. Ejes temáticos.....	64
2.7. Participantes.....	67
2.8. Técnica de recolección de datos.....	67
2.9. Escenario.....	70
2.10. Procedimiento.....	70
Capítulo 3. Resultados.....	72
3.1. Análisis descriptivo.....	72
3.2. Análisis general.....	87
Capítulo 4. Conclusiones.....	90
Capítulo 5. Discusiones.....	94
Limitaciones y sugerencias.....	99
Referencias.....	101
Anexos.....	105

RESUMEN

La adultez media es la penúltima etapa de la vida, en la que el ser humano atraviesa por situaciones tales como la aceptación del envejecimiento, el desprendimiento de los hijos que está por llegar o ya se presentó, el sostenimiento de la intimidad con la pareja, la reasignación de los objetivos de vida, la aceptación de la ancianidad de los padres y la propia muerte, entre muchas más. Cuando el adulto medio se prepara para el desprendimiento de sus hijos resulta un proceso sencillo de asimilar y llevar a cabo, a diferencia de lo anterior, la llegada de esta etapa para los padres que no se prepararon adecuadamente, este acontecimiento se vuelve difícil de asimilar y genera en ellos sentimientos de miedo y tristeza. Cuando los padres dedicaron en etapas anteriores su atención completa hacia los hijos, a la llegada del reencuentro la pareja tiene menor comunicación y convivencia íntima debido a que continúan enfocados a sus hijos principalmente. Finalmente, los hijos se vuelven el sentido de vida del adulto medio, haciendo esto, que los proyectos o metas personales se vean postergados.

Palabras clave: adulto medio, sentido de vida, reencuentro, hijos, desprendimiento, familia.

INTRODUCCIÓN

La adultez es la etapa más extensa y algunos autores la consideran la más importante de la vida humana; la adultez media en sí, está caracterizada por una serie de cambios tanto físicos, biológicos y psicológicos que todos en conjunto hacen en cierta manera, un tanto complicado el paso por ella.

Al llegar a la mitad de la vida el adulto se cuestiona sobre las cosas que logró hacer a lo largo de su vida y las que no realizó, por lo que se encuentra en una disyuntiva, ya que considera que le queda menos tiempo de vida para seguir haciendo cosas y olvidarse de las que ya no puede realizar, pero por otra parte, a pesar de que son menos años los que le quedan, sigue vivo y con fuerza suficiente para hacer cosas nuevas que estén a su alcance o continuar las que ya tiene.

La actitud que tenga ante las situaciones que se le presentan con la llegada de esta etapa, va a establecer cómo enfrentar dichos cambios, y principalmente determinará qué tanto le afectan o no.

Los hijos juegan un papel fundamental en la vida del adulto, esto, cuando se tienen. Cuando se inicia la partida del primogénito, tanto física como emocionalmente, esto debido a que muchos jóvenes salen de casa para irse a estudiar a otro lugar, o porque la etapa en la que se encuentran, en la que se presenta un desprendimiento de sus padres, debido a que los hijos empiezan a ser más independientes, dejan de necesitar de los padres y se enfocan en metas y objetivos personales sin tomarlos ahora en cuenta; propicia que el adulto pase por situaciones que alteran la estabilidad y equilibrio que hasta entonces había mantenido.

En algunos padres la partida de los hijos puede ocasionar daños irremediables, como lo es una separación o un divorcio, esto cuando se tiene demasiada atención en criar a sus hijos y se descuida la pareja, por lo que el

reencuentro resulta algo doloroso; en algunos otros casos en los que, si bien los hijos fueron muy importantes, los padres supieron desprenderse positivamente de ellos, la separación de los hijos resulta algo beneficioso para la pareja e incluso puede llegar a fortalecerla.

El adulto se enfrenta a situaciones complicadas tanto individualmente como en pareja, las cuales en muchas situaciones lo llevan a sentirse desamparados, confundido, a sentir que ya no puede hacer más en su vida, entre otras muchas situaciones; estas adversidades lo pueden limitar a pensar de manera positiva ante la vida e impedir su correcto desarrollo y paso por ésta etapa.

Encontrarle un sentido a la vida en esta etapa se convierte en una herramienta eficaz para enfrentar las adversidades, proporciona esperanza para seguir viviendo y conlleva a tener una mejor calidad de vida.

Por todo lo anterior, conocer cuál es el sentido de vida del adulto medio es la necesidad en la presente investigación, así como identificar lo que motiva a las personas de esta edad a seguir viviendo; lo que lleva a hacer la siguiente pregunta ¿Serán personas, proyectos u objetos, los que impulsan al adulto medio a desear continuar generando situaciones positivas de vida?

Conocer el contexto por el que atraviesa el adulto medio resulta de gran importancia para la comprensión de su actuar; conocer el ambiente familiar en el que vive, la relación de pareja, los cambios por los que pasará o está pasando, caso importante es el desprendimiento de los hijos de casa.

Estudiando al adulto medio desde diferentes aspectos, como lo es la partida de los hijos del hogar, se propuso que el cuidar de lleno a los hijos produce en la pareja un distanciamiento y desatención; así como la frustración al no poder sobrellevar la ausencia de ellos.

En esta investigación se estudió al adulto medio desde cuatro esferas que se consideraron son las más importantes para el presente proyecto y las cuales son: el sentido de vida, la pareja, el reencuentro y la familia.

En el tema del sentido de vida, se abordan autores como Victor Frankl, quien es el creador de la logoterapia y quien habla extensamente de dicho tema; así como también a Joseph B. Fabry quien se extiende ampliamente sobre la búsqueda del sentido. En este capítulo se aborda sobre la logoterapia, la búsqueda del sentido así como la voluntad de sentido y el vacío existencial.

También se habla de la adultez, enfocándose principalmente en el adulto medio, aquí se aborda a Diane E. Papalia principalmente, quien describió las características tanto físicas, cognitivas, psicológicas y sociales por las que pasa el adulto medio. Dentro de este contenido también se habla sobre la teoría del desarrollo social de Erik Erikson y la etapa que le toca vivir al adulto medio la cual es: generatividad vs estancamiento.

Otro de los temas fundamentales que se toca en este trabajo es el “reencuentro”, el cual corresponde a la 5° etapa del ciclo vital de la familia expuesto por el autor Lauro Estrada Inda, aquí se habla de las situaciones que vive el adulto medio a la llegada y el transcurso de dicha etapa, con los hijos pero principalmente con la pareja.

Continuando con lo ya expuesto, el tema de la familia es de igual manera abordado, dando a conocer algunas definiciones desde puntos de vista de diferentes autores; así como los diversos tipos de familia que se conocen en la actualidad.

Esta investigación se realizó desde un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, debido a que se consideró ser el más idóneo para la información que se deseaba obtener. Los participantes de esta investigación fueron hombres y mujeres de entre 40 y 60 años de edad. Para la obtención de la información se utilizó la técnica de recolección de datos llamada grupo focal, llevándose a cabo en instalaciones de la UVAQ; desglosando los resultados por ejes temáticos.

Los resultados obtenidos hacen referencia a que son los hijos principalmente el sentido de sus vidas, que sus proyectos se encuentran detenidos por el momento y que en un futuro esperan retomarlos. También se obtuvo que la

comunicación de la pareja se limita a cuestiones familiares y en relación a los hijos, dejando a un lado la relación íntima de la pareja. El desprendimiento de los hijos del hogar genera en los participantes miedo, y consideran será un proceso difícil de llevar a cabo aunque creen que el reencuentro será bueno. Finalmente se obtuvo el dato de que los participantes esperan que sus hijos una vez que abandonen el hogar continúen unidos a su familia de origen.

JUSTIFICACIÓN

Conocer que lleva al adulto medio a seguir viviendo a pesar de las adversidades que se le presentan, como lo es la partida de los hijos, la llegada a esta etapa, entre otras situaciones, concretan realizar la presente investigación.

Cuando los adultos tienen hijos, en algunas ocasiones sucede que se dedican de lleno a cuidarlos, y esto hace que la relación de pareja se descuide y vayan perdiendo interés entre ellos, posteriormente los hijos crecen y éstos se van del hogar, es entonces cuando la pareja se encuentra nuevamente sola, por lo que además de todo lo que implica llegar a la adultez media, el adulto tiene que enfrentar estos problemas y seguir viviendo.

Si bien los hijos son lo más importante para los padres, existe una “ley de la vida” como se dice coloquialmente, que no es más que el ciclo de la vida de la familia, en la cual los hijos tienen que abandonar el hogar para hacer sus propias vidas; algunos padres no saben cómo enfrentarse ante esta situación, lo que los lleva en algunos casos a destruirse como pareja, a no saber cómo resolver sus vidas sin sus hijos, a sentirse desequilibrados sin la presencia de ellos.

Muchos adultos con poca fortaleza no saben o no logran sobrellevar esta etapa de la vida, por lo que consideran que sus vidas no tienen ningún sentido, a diferencia de lo anterior, también existen adultos que consideran que dicha etapa es la mejor de sus vidas, y esto se debe a que han encontrado un sentido importante por el cual vivir sus logros y satisfacciones.

Conocer el sentido por el que viven estas personas se torna importante, ya que de este modo los otros adultos que consideran vacías sus vidas, pueden darse cuenta que esto no es así, debido a que existen adultos semejantes a ellos, que han logrado encontrar un sentido para vivir, se encuentran satisfactoriamente realizando proyectos y viviendo felizmente. De la experiencia de otras personas semejantes a ellos, pueden llegar a reflexionar, a aprender y a echar en marcha un nuevo camino que les permita seguir viviendo llenos de felicidad y dicha.

Además de lo anterior, se torna importante que la sociedad en general les de la importancia que se merecen, ya que ellos son personas activas y capaces de seguir produciendo; esto puede lograrse a través de conocerlos de una manera más profunda, de saber qué es lo que les impulsa en la vida, que es lo que les impulsa a seguir viviendo a pesar de las adversidades que se les presentan.

IMPORTANCIA DEL ESTUDIO

El adulto medio se vuelve, en cualquier sociedad y cultura, la base y equilibrio de ella, debido a que es él quien tiene que proveer a una familia, desde la alimentación, la protección, hasta la educación; es también quien más produce en el ámbito laboral, es quien se encuentra en mayor actividad y quien va dejando a las siguientes generaciones un legado de conocimientos y proyectos que deben seguir cumpliendo para que la sociedad siga en equilibrio.

La presente investigación está centrada en el adulto medio y en específico al sentido de vida que en esta etapa se tiene; ya que si bien, es el mayor productor en la sociedad y el equilibrante de ésta, él también atraviesa por una serie de complejidades de la etapa misma y que su paso por ella en algunas ocasiones le resulta un tanto complicado.

En algunas ocasiones no se valora al adulto medio, principalmente los más cercanos a él; los hijos mismos son los que desconocen a los padres en su actuar. Por lo que conocer el sentido de vida de ellos resulta de gran importancia a la sociedad debido a que de esta manera se tiene una mayor comprensión y apoyo hacia ellos. Se puede explicar de esta manera el porqué de su actuar, pensar y ser.

De lo antes mencionado se considera que es importante abordar temas en relación a la adultez media; siendo esta investigación enfocada a lo que se considera es la base emocional que impulsa al adulto en su actuar diario, esto es, el sentido de vida.

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO

Para fines de esta investigación se tomaron tres principales temas; el primero de ellos es el de la familia ya que es primordial tener conocimientos de ésta, debido a que es uno de los contextos en donde se desenvuelve el adulto medio; toda su vida gira en torno a ella. Otro de los temas importantes es el desarrollo humano en el que se describe brevemente el desarrollo del ciclo de vida de ser humano, dándole mayor importancia al adulto medio, describiendo detalladamente todo su desarrollo. El otro tema fundamental y el cual es el centro de esta investigación es el sentido de vida.

A continuación se abordará el tema de la familia en el cual se presenta diversas definiciones de ella desde puntos de vista de varios autores. Se hablará un poco de sus antecedentes haciendo referencia del cambio que sufrió, de familia tradicional a la familia en la actualidad. Se darán a conocer las propiedades con las que cuenta toda familia. La diferencia entre una familia funcional y una disfuncional, así como los tipos de familia que existen. Se hablará del ciclo por el que pasan todas las familias y se describirán brevemente las etapas que lo componen dándole mayor importancia a la etapa del reencuentro, debido a que es la etapa central de esta investigación.

1. Familia

1.1. Definición

Desde un punto de vista psicológico, de acuerdo con Rodrigo y Palacios (1988) la familia se define como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

Eguiluz (2004) se refiere a la familia como un sistema, el cual debe explicarse como una unidad interactiva, como un organismo vivo compuesto de distintas partes que ejercen interacciones recíprocas. También la considera como un sistema abierto el cual está constituido por varias unidades ligadas entre sí por reglas de comportamiento; cada parte del sistema se comporta como una unidad diferenciada, al mismo tiempo que influye y es influida por otras que forman el sistema.

Escalante (2003) considera a la familia como la unidad básica de desarrollo y experiencia, de realización y fracaso, de enfermedad y salud.

Según el autor los vínculos familiares se hacen a través de una combinación de factores. Biológicamente la familia sirve para perpetuar la especie, es la unidad básica de la sociedad que se encarga del establecimiento de la relación entre un hombre y una mujer para engendrar descendientes y asegurar su crianza y educación; psicológicamente los miembros de la familia están ligados en interdependencia mutua para la satisfacción de sus necesidades afectivas respectivas; socialmente proporciona identidad y status; económicamente la familia satisface las necesidades materiales a través de la provisión de recursos.

Otro punto de vista sobre la familia es el de Corrales (2006), él ve a la familia como una institución la cual señala un punto de unión entre la naturaleza y la cultura, esto debido a que, provee las condiciones requeridas para la socialización y la educación que permiten la transición de ésta.

Antecedentes de la familia

Los modelos familiares han cambiado a lo largo de la historia. La estructura familiar se ha venido transformando poco a poco. La sociedad se enfrenta a situaciones tales como, que las parejas de hoy en día ya no desean tener una relación formal como lo es el matrimonio, prefieren relaciones más liberales, sin ataduras.

López (2001) habla de que la familia tradicional estaba basada en la conveniencia económica, debido a que en las clases trabajadoras la familia era vista como una unidad económica sustentada en la producción agrícola en la que se involucraban todos los miembros; en las clases acomodadas y la aristocracia la base del matrimonio era la transmisión de la propiedad. Este modelo familiar ha tenido cambios.

En la familia tradicional la desigualdad entre hombres y mujeres estaba muy marcada. Los derechos eran para los hombres, ni las mujeres ni los niños tenían voz ni voto. A la mujer se le consideraba una maquina reproductora de hijos, y solo tenía función dentro de las labores domésticas, al cuidado de los hijos y sin gozar de la sexualidad. La mujer tenía muchas restricciones, mientras que el hombre tenía el mando y era el que tenía las decisiones dentro de la familia.

Con la Segunda Guerra Mundial, la mujer pudo mostrar sus capacidades y entró al mundo laboral. Los avances tecnológicos y sus repercusiones en el mundo industrial de producción llevaron a que la organización de la familia tuviera grandes cambios (López, 2001).

En la actualidad

La familia tradicional ha venido sufriendo cambios a lo largo de la historia, esto debido a que las formas de pensar y vivir han cambiado.

Para Calvo (1994), citado por Cornachione (2006), la familia tradicional declinó con el tiempo por:

- Los aumentos del divorcio.
- Las separaciones matrimoniales.
- La tendencia a la disolución o disgregación del vínculo familiar.
- La disminución de los índices de nupcialidad.
- La marcada disminución de los índices de natalidad.
- La presencia de relaciones de convivencia no institucionalizada.

- La presencia de familias unipersonales o de personas solteras, divorciadas, separadas o viudas.
- Las familias monoparentales o sea de madres adolescentes, solteras, viudas o separadas.
- Las relaciones extrafamiliares o uniones de convivencia informal, como la cohabitación.

La familia tradicional era extensa, ahora la familia industrial está conformada por padre, madre e hijos. El padre no es el único que sale a trabajar, la madre también trabaja y aporta a la economía del hogar; ella también exige ser tomada en cuenta en las decisiones de la familia. Ahora el hombre ya no tiene todo el poder (López, 2001).

Las generaciones de hoy en día ya no desean seguir con el modelo de familia tradicional. Actualmente los hijos en muchas culturas ya no son el centro de la familia, puesto que, éstos se consideran como una opción simplemente. El tener hijos se pospone y la pareja decide disfrutar de su relación y desarrollarse profesionalmente. Ahora el centro de la familia es la pareja y sus necesidades individuales.

Corrales (2006) habla de que la familia en la actualidad pasa por una crisis, debido a esto, en que ahora la familia ya no es la célula básica de la sociedad, los individuos se forman ya no dentro de la familia sino de otras instituciones. Esta crisis se presenta, debido a que los individuos no ven el matrimonio como algo sagrado, así como la disminución de hijos de las parejas casadas, los matrimonios disminuyen y los divorcios aumentan.

Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) datos obtenidos sobre matrimonio y divorcio, durante el año 2008, se registraron 589 mil 352 matrimonios en el país. La edad promedio en los hombres fue de 28.3 años por 25.5 de las mujeres. En el mismo año se registraron 81 mil 851 divorcios. La edad promedio de los hombres al momento de divorciarse es de 38 años y de las mujeres de 35.4 años. En el país se registraron 13.9 divorcios por cada 100

matrimonios. También durante este año en el estado de Michoacán se registraron 26 mil 885 matrimonios. La edad promedio al momento de contraer matrimonio en los hombres fue de 26.5 años por 23.5 de las mujeres. En el mismo año se registraron 2 mil 765 divorcios, la edad promedio de los hombres al momento de divorciarse es de 37.1 años y de las mujeres de 34.5 años. En el estado se registraron 10 divorcios por cada 100 matrimonios.

López (2001) considera que la familia es hoy es un modelo democrático de relaciones. Las parejas buscan más relaciones de amor, confianza, intimidad y responsabilidad en lugar de un compromiso firmado y oficialmente validado.

A pesar de estos cambios que se han presentado en la estructura y organización de la familia, diferentes autores coinciden en que la familia es la base de un desarrollo sustentable.

Corrales (2006) considera que la familia es el grupo básico en que se forma el carácter de los individuos, porque es en la interacción de sus miembros donde los hijos reciben los estímulos necesarios para su desarrollo. La familia cumple tres fines esenciales: El desenvolvimiento y equilibrio mental de los niños y adolescentes, la satisfacción de sus necesidades básicas en los primeros años de vida y la humanización de los individuos mediante la transmisión de los valores culturales del grupo. Por lo que Corrales considera que no existen hijos buenos o malos, sino que hay familias sanas o enfermas, y son los padres los encargados de formar hijos sanos y moralmente libres.

Satir (2002) considera a una familia nutricia como aquella en la que existe armonía en las relaciones interpersonales, se tratan como personas a todos en general, las personas se sienten a gusto con el contacto físico, tienen la libertad de comunicar lo que sienten, entre otros.

Menciona la autora que los padres de este tipo de familia, son guías habilitadores, su labor principal es enseñar a los niños a ser verdaderamente humanos en todas las situaciones.

En la familia enseñan cómo enfrentarnos al mundo exterior: de que manera desenvolvernos, como actuar ante la injusticia y las cosas desagradables del mundo, y de qué manera relacionarnos con todas estas situaciones.

Por lo que existe una relación bastante estrecha entre la familia y la sociedad. Todo lo aprendido dentro de la familia se ve reflejado en la sociedad. Satir (2002) menciona que las familias y las sociedades son lo mismo, ya que la sociedad la conforman las personas y éstas tienen o tuvieron una familia; las dos están compuestas de personas que trabajan juntas, y los destinos de ambas están entrelazados.

1.2. Propiedades de la familia

Minuchin (1983), citado por Eguiluz (2004) señala que dentro de las familias se observan ciertas propiedades, las cuales son:

Totalidad: esta habla de que el comportamiento de todo el sistema familiar no puede ser explicado como la suma de la conducta de sus miembros; ya que lo que ocurre a un miembro del sistema familiar afectará a los demás integrantes.

Causalidad circular: esta menciona que las relaciones entre los miembros del sistema se presentan en forma repetida y recíproca, de modo que pueden ser observadas como pautas de interacción.

Equifinalidad: se refiere a que un sistema puede alcanzar el mismo resultado final partiendo de condiciones iniciales diferentes.

Jerarquías: todo sistema se establece con base en la organización de las diferencias entre los individuos, de modo que unos ocupen el lugar jerárquico más elevado, mientras los otros se distribuyen alrededor o debajo, ocupando distintos lugares. Por lo tanto las jerarquías implican poder, relacionado con factores como edad, conocimiento, riqueza y otros.

Triangulaciones: se refiere a las relaciones duraderas formadas entre algunos miembros del sistema, en las cuales dos personas de diferente subsistema (por ejemplo padre e hijo) se unen contra otra del sistema (la madre o una hija). Esta propiedad generalmente ocasiona conflictos entre los miembros.

Alianzas: son relaciones construidas de la misma manera que las triangulaciones, pero menos duraderas y en general producen beneficios al sistema.

Centralidad: esta trata de que hay un miembro que ocupa un espacio emocional mucho mayor que los otros integrantes del sistema.

Reglas de relación: esta propiedad da una estructura más estable al sistema. Los personajes de la familia necesitan definir las relaciones entre ellos y otros elementos del sistema.

1.3. Familia funcional y familia disfuncional

Escalante (2003) menciona que existen familias que cumplen plenamente con su función social, las cuales son familias solidarias o familias funcionales; y las que no cumplen con tal función, se consideran familias deformantes o familias disfunciones, debido a los rasgos que las caracterizan.

Las familias deben cumplir con ciertas funciones, señala que el cabal cumplimiento de dichas funciones por parte de la familia, determina en sí mismo una excelente estrategia para prevenir el comportamiento antisocial.

Las funciones que la familia debe cumplir son las siguientes, de acuerdo a Escalante (2003):

- Brindar identidad al menor. Se refiere a que al nacer el individuo incorpora para sí no solo las características psicosociales; lo mismo recibe actitudes y hábitos, valores personales, estilo de vida, costumbres, cultura, status

socioeconómico, sentido de pertenencia, nombre y apellido, elementos que lo particularizan constituyendo su identidad individual.

- Proporcionar protección. Esto debido a que dependen para su sobrevivencia absolutamente de las personas que lo cuidan, logrando a través del tiempo y en forma paulatina autonomía e independencia.
- Desarrolla y establece la seguridad básica. El niño logra desarrollar y establecer seguridad básica a través de la adecuada satisfacción de sus necesidades primarias y de la relación afectiva, en especial del contacto físico y de la calidez de la atención.
- Brinda las primeras y más importantes experiencias sociales. Ya que el individuo dentro de la familia aprende a compartir su espacio con los demás, desarrollando esquemas de interrelación que le son transmitidos por medio del trato cotidiano que recibe de las personas que conviven con él, particularmente de sus padres.
- Dicta y determina la introyección (incorporación de sus propios esquemas internos) de normas sociales de convivencia. Esto debido a que incorpora modelos de conducta en relación a los demás y establece para sí controles personales acerca de lo que debe ser su actuación social, diferenciando lo que es permitido frente a lo que no lo es.
- Favorece el aprendizaje de la expresión amorosa. Puesto que a medida que el niño crece y a través del contacto físico, el niño aprende a expresar sus emociones y sentimientos, los cuales le permiten en el futuro construir y mantener relaciones afectivas significativas.
- Constituye un filtro con el resto de la sociedad.

La familia solidaria o funcional siguiendo con el autor, él determina la construcción de individuos sanos biológica, psicológica y socialmente hablando, porque cumple con sus funciones y crea un ambiente propio para el desarrollo de las potencialidades de los individuos que la conforman. Una familia solidaria maneja con mayor acierto sus conflictos; su flexibilidad le permite rescatarse ante los problemas, corriendo con mayor oportunidad, se equivoca menos y cuando lo hace, sus equivocaciones suelen ser menos graves.

Menciona Escalante (2003) que la dinámica de la familia funcional propone un grupo social más capaz, rico, impulsor, creativo, afectuoso, inteligente y responsable. Se caracteriza por su capacidad de conexión afectiva, por su sensibilidad al reconocer la trascendencia de su actuación y de las posibles consecuencias de sus errores en la vida futura de los hijos, en la importancia y grave responsabilidad de hacer feliz a su descendencia.

La familia funcional permite y estimula el desarrollo individual, reconociendo las características propias, los talentos personales y las diferentes formas de pensar y actuar de todos los que la componen.

Continuando con el autor, señala que las familias deformantes o disfuncionales al no cumplir con las importantes y decisivas funciones que como encargo social tienen, obstaculizan, detienen, desvían o trastocan la evolución adecuada de sus miembros.

De acuerdo al autor existen diferentes tipos de familias disfuncionales las cuales son mencionadas a continuación:

Familia carencial

Es aquella que está sometida a condiciones de supervivencia, que posee un nivel instruccional escaso o nulo, socioeconómicamente paupérrima, con una estructura interna sumamente frágil y que expresa en sus relaciones soledad e indiferencia afectiva. Como grupo familiar su permanencia es sumamente breve, debido a su incapacidad para satisfacer las necesidades vitales de sus miembros.

Familia transculturizada

Su característica principal es que vive en un medio social completamente ajeno y diferente a su cultura original. Experimenta el rechazo y la discriminación permanente del entorno extra y expresa inadaptación frente al medio.

Familia anómala y/o corruptora

Este tipo de familia se caracteriza por manifestar la presencia de conductas parasociales como: alcoholismo, drogadicción, prostitución, vagancia y malvivencia; de conductas antisociales, generalmente robo, lesiones y venta de estupefacientes y de problemas francos de enfermedad mental, deficientes mentales, psicosis, etc.

1.4. Tipos de familia

Las familias pueden ser de diversas formas debido a su gran complejidad, por lo que existen diferentes tipos de familias las cuales se pueden mencionar desde la forma en la que están estructuradas hasta las funciones que tienen cada una. A continuación se mencionan los tipos de familias de acuerdo a ciertos rasgos.

Eguiluz (2004) las integra en dos grupos los cuales son:

De acuerdo al número de elementos que la forman

Familias nucleares

Se refiere a la unión de dos personas que comparten un proyecto de vida en común, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, hay un compromiso personal entre los miembros y son intensas las relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

El núcleo familiar se hace más intenso cuando aparecen los hijos; en ese momento, la familia se responsabiliza en cuanto a la crianza y socialización de la progenie.

Dentro de la familia nuclear se encuentra tres subsistemas de relaciones familiares: adulto-adulto (entre pareja), adulto-niño (entre padres e hijos) y niño-

niño (entre hermanos), cada uno con sus peculiaridades diferentes y en conexión con los otros subsistemas.

Familias extensas

La convivencia diaria con la familia de origen (abuelos) o parientes establece redes de alianza y apoyo principalmente para los padres que trabajan lejos por largo tiempo o para los hijos que inician una familia a corta edad.

La presencia de otras figuras de cuidado diferentes de la madre o padre biológicos desarrolla en el menor una pluralidad de ideologías que pueden confundirlo al intentar marcar los límites y adoptar los roles familiares que tendrían que mantener.

En las familias extensas, los abuelos llegan a desempeñar un papel muy importante. Es común que los padres encuentren en ellos una alternativa de cuidado y educación para los hijos pequeños durante las horas en que trabajan fuera de casa.

Las familias extensas pueden formarse también cuando las nucleares se separan o divorcian. Los hijos de estos rompimientos buscan en los abuelos, tíos u otros familiares apoyo psicológico para su estabilización familiar.

De acuerdo con la forma de constitución

Familias de padres divorciados

El divorcio en la actualidad ya no es visto como una falla o fracaso y es estimada una solución creativa de un problema, que tiene como objetivo facilitar a los miembros de la pareja insatisfecha y en conflicto la búsqueda de salud mental fuera del matrimonio.

Cuando el divorcio está consumado, la situación ejerce una fuerte influencia sobre los hijos y sus consecuencias están determinadas por la edad y el sexo de éstos.

Urdenato (1994), citado por Eguiluz (2004) refiere que si bien los hijos de divorciados tienen mayor riesgo de daño psicológico que los de familias integradas, no se debe olvidar que esto depende de que tales familias funcionen de manera integral y no sólo residan en un mismo lugar, pero discutiendo continuamente.

Familias reconstituidas

La familia reconstituidas se refiere a cuando al menos un miembro de la pareja proviene de una unión anterior. Tras la separación o el divorcio, los progenitores vuelven a formar pareja con otros para iniciar una nueva convivencia, con vínculo matrimonial o sin él.

En la actualidad, los segundos matrimonios son más complicados porque implican a más familias. Las familias formadas por segundas o siguientes nupcias se integran generalmente con un antecedente de fracaso o pérdida; el dolor es una de las principales emociones.

También esta nueva unión precisa conceptualizar y planear el nuevo matrimonio con base en modelos conceptuales distintos, dada la cantidad de relaciones familiares por negociar simultáneamente.

Familias monoparentales

La primera forma de familia monoparental resulta cuando la pareja decide no seguir viendo junta y separarse o divorciarse. Una característica frecuente de estas familias aparece en la etapa de sexualidad y la independencia emocional, cuando los hijos toman los roles de la pareja ausente y “hace pareja” con el progenitor presente, como forma de protección y apoyo.

Es importante propiciar que los hijos mantengan contacto con el progenitor que no tiene la custodia; pero no solo es ver al progenitor separado, sino que convivan en realidad con él o ella, manteniendo el interés y la responsabilidad en su relación.

Una segunda forma de familia monoparental es aquella en la cual ha habido duelo por la muerte de la pareja. Aquí los padres que conservan la custodia de los hijos tras la muerte de uno de los progenitores afrontan cierta sobrecarga de tensiones, responsabilidades y tareas.

Por último, ciertas familias monoparentales implican la función de ser padre o madre solteros. La difusión de medidas asistenciales para la crianza de los hijos, el trabajo de los movimientos feministas en pro de los derechos de las mujeres a la liberación sexual y de reproducción y las modificaciones de los derechos de la niñez, entre otros factores, han permitido que la presencia de la familia con un solo padre sea reivindicado y respetado como cualquier otra.

Familias adoptivas

La familia adoptiva está basada en la falta de vínculo biológico entre los padres e hijos. Las características de este tipo de familia son diversas, tanto por los motivos que llevan a la adopción como por las características de quienes adoptan y de quienes son adoptados, así como por la dinámica de relaciones que se establecen en su interior.

En la adopción de un menor, la paternidad y la maternidad adoptivas son un tanto difíciles; por un lado, están la adopción mutua y el ajuste en el hogar y en la vida familiar a las características de la niña o niño; y por otro lado, su manejo por parte de los miembros de ésta.

Otros retos específicos que las familias adoptivas deben enfrentar son la reconfiguración de la familia una vez que llega el hijo adoptado y, muy especialmente, el desarrollo de un sentimiento de pertenencia; otro sería cómo comunicar al niño su condición de adoptiva y, finalmente, la percepción que de sí misma tenga la familia como semejante o diversa de las demás familias.

Familias homosexuales

Las familias homosexuales tienden a iniciar sus relaciones en un lugar gay, es decir, sitios que son frecuentados exclusivamente por ellos, donde pueden

desplegar sin limitación sus conductas y emociones. Normalmente, sus amigos son homosexuales también o apoyan este tipo de relación.

Los conflictos más importantes entre ellos se centran al parecer, en las finanzas y en los vínculos con los familiares que no apoyan tal relación.

1.5. Ciclo vital de la familia

La familia pasa por un ciclo el cual tiene que cumplirse en determinados periodos de la vida, Estrada (2002), propone seis fases, las cuales cumplen el ciclo de una familia. A continuación se describen brevemente, tomando mayor énfasis a la fase del *“reencuentro”* debido que esta es la fase que importa en esta investigación.

a. Desprendimiento

Esta fase se refiere a cuando el joven tiene que abandonar el hogar en busca de un compañero fuera de su familia. Resulta doloroso tanto para él como para sus padres. El joven debe estar preparado para formar una nueva pareja y ser capaz de proveer un punto de anclaje en la relación emocional que pueda reemplazar al de los padres.

Un clima permisible en la parte sexual, esto con el fin de que cada uno pueda expresar sus necesidades sin sentirse reprimido por el otro, logrando una buena armonía. Un acuerdo en las labores del trabajo y la casa así como en la adquisición de bienes. Apoyo mutuo para aprender los roles de cada uno, aceptar que cada uno tiene una individualidad, etc.

b. Encuentro

Es una tarea difícil el aprender el rol de cónyuge dado que la persona tuvo que haber renunciado a las ganancias emocionales de las etapas anteriores de pretendiente e hijo, además de que tiene que tener la suficiente capacidad física y

emocional para seguir aventurándose a la vida que lleva ahora y en formar su propia familia.

Lo que primero pasa en una relación de dos, es que tratan cada uno de hacer las cosas aprendidas en su familia, esto evidentemente no funciona en la pareja, ya que la otra persona es diferente y tiene una manera de pensar, vivir, etc., diferente al de él.

En esta etapa se lleva a cabo el “contrato matrimonial”, que Sager (1972), citado por Estrada (2002) se refiere a él como todos aquellos conceptos individuales de naturaleza consciente e inconsciente que pueden ser expresados verbalmente o en alguna otra forma; esto se refiere a la forma en que cada uno piensa acerca de sus obligaciones y los deberes que tienen dentro del matrimonio, así como a los bienes y beneficios que esperan recibir.

c. Los hijos

Cuando llega un hijo ocurre un cambio tanto físico como emocional puesto que se debe de adaptar un espacio en la casa para el nuevo habitante, además de que el contrato matrimonial debe reestructurarse así como también las reglas que hasta ese momento se regían, deben de modificarse. La pareja debe tener un anclaje de relación emocional con el niño, esto, apoyándose mutuamente ambos para que lo logren; es importante que también se apoyen para que no pierdan su anclaje emocional de pareja.

d. La adolescencia

La adolescencia es la etapa que más afecta a la familia y pone a prueba la flexibilidad del sistema, esto debido a que se presentan problemas emocionales serios; los padres se ven obligados a revivir su propia adolescencia, y los abuelos llegan a la edad crítica en la que no pueden mantenerse por sí solos y la muerte está cerca, esto es motivo de preocupación.

El adolescente debe lograr la madurez de su desarrollo, separarse y formar nuevas parejas. Se puede dar una sobreprotección hacia el adolescente,

impidiéndole el crecimiento indefinidamente. En algunas ocasiones a los padres les cuesta trabajo soltar a sus hijos adolescentes pero esto debe llevarse a cabo para que restablezcan su anclaje emocional de pareja.

e. El reencuentro

Se realizó un apartado especial para esta fase, para fines de esta investigación.

f. La vejez

La vejez se asocia con la muerte, dado que está más cerca a ella. Las generaciones nuevas no logran entender el fenómeno y los problemas que conlleva esta etapa. Es muy común que los familiares ignoren a los viejos, que se sientan impacientes cuando están cerca de ellos o incluso que lleguen a negarlos.

En esta etapa se presentan problemas como la llegada de la jubilación en la que el esposo tiene que retornar a la casa, y él invade los territorios que antes eran sólo de la esposa. Otro problema es que los hijos no permiten que la pareja de viejos lleven una vida íntima adecuada, ya que se presenta una sobreprotección de los hijos a los padres y de esta manera no pueden vivir en libertad.

Deben ser realistas a la hora de aceptar sus propias capacidades así como sus limitaciones; tener en cuenta los cambios de roles y en un momento determinado aceptar que se volverán dependientes.

1.6. Reencuentro

Mc Iver en 1937, citado por Estrada (2002), popularizó el nombre de “nido vacío” a esta fase de la familia, y esto debido a que en este tiempo generalmente los hijos se han ido ya de la casa para formar sus propias familias, y esto conlleva a algunos cambios en los padres.

Primeramente los padres están por llegar a los 50 años de edad o más. Cuando las etapas anteriores han funcionado satisfactoriamente, no existirán problemas al aceptar los cambios físicos que van deteriorándolos, asimismo, como pareja que son, podrán enfrentar los cambios familiares y sociales que se les presenta. Tienen que aceptar a las personas que ahora son familia de sus hijos, aceptar el rol de abuelos, la muerte de generaciones anteriores, así como la llegada de la jubilación (Estrada, 2002).

Eguiluz (2004) afirma que el retiro laboral de uno o ambos miembros de la pareja provoca cambios en todas las rutinas, horarios, actividades y economía familiar, lo que genera una nueva crisis. Por lo que es necesario planear cuidadosamente la jubilación y prepararse para esta etapa.

Continuando con el autor, considera que muchas mujeres que estuvieron dedicadas al cuidado de la familia sienten miedo de tener de tiempo completo al marido en casa. Y para los maridos que han trabajado durante toda su vida también resulta asfixiante estar todo el día en casa. No saben disfrutar del tiempo libre, no han desarrollado afirmaciones ni tienen círculos sociales de compañeros jubilados con quienes compartir intereses.

Estrada (2002) señala que pueden ocurrir problemas económicos debido a que un hijo iniciará una carrera, un oficio u otra familia. Es importante que se independicen de los hijos y nietos para que puedan formar nuevamente una pareja.

Debido a que en etapas anteriores los padres tuvieron toda su atención en criar a los hijos, la relación de pareja pasa a un segundo término y esto puede hacer que el reencuentro sea una etapa difícil.

Según el autor, en esta etapa se empiezan a dar cuenta cuál ha sido el lugar que han ocupado en la vida y las limitaciones que presentan y que se hubieran podido postergar o negar. Es preciso que hayan logrado una individualización definida, de modo que si no se logró, será difícil la posibilidad de

seguir renovándose y disminuirá la posibilidad creativa de la propia vida, llevando esto a la sensación de vacío y depresión.

Cuando los hijos ya se han ido, en esta fase del reencuentro, la persona no tiene otra alternativa más que enfrentarse nuevamente a uno mismo y con el compañero. Asimismo reaparecen los problemas de antes y que no fueron resueltos; y ya para este tiempo el rol de esposo pasó a segundo término, esto por las demandas que exige el rol de padre. Pero es importante que los dos vuelvan a recordar ser esposos y compañeros, como lo era al inicio cuando empezaron a formar la familia (Estrada, 2002).

Eguiluz (2004) afirma que si bien, sin la presencia de los hijos algunas parejas han de retomar su relación conyugal, para muchas otras ya que no cuentan con ímpetu de la juventud, dar vida nuevamente a esa relación constituye una tarea sumamente ardua, sobre todo para quienes han descuidado su propia persona, que han dejado de mirarse y atenderse durante muchos años por estar dedicados a atender y cuidar a los hijos.

1.6.1. Áreas de reorientación (de acuerdo con Estrada, 2002)

- a) En el área de la identidad: es ahora más necesario que nunca el apoyo mutuo entre los esposos, para continuar en la búsqueda de nuevos estímulos y nuevas metas para el matrimonio. Deberían existir, más que antes, la capacidad de permitirle al compañero que exprese su ser más libre en todas las áreas sin que esto sea sentido por el compañero como una injuria o como un rechazo. Cada quien debería irse preparando para ser fuerte en la etapa final y sacarla adelante. Debe existir en esos momentos la seguridad de seguir recibiendo cariño y cuidado del otro, aún cuando cada quien tenga intereses diferentes.
- b) En el área de la sexualidad: deberá buscarse un apoyo incondicional a las dificultades que produce la edad misma. Tendrán que encontrarse o

inventarse los caminos para sentir y compartir la satisfacción de haber producido y ayudado a salir adelante otra generación, tal vez mejor que la de uno mismo.

- c) En el área de la economía: será necesario contar con el apoyo y la comprensión de los arduos cambios de la jubilación, con la capacidad de aceptar un manejo de menores responsabilidades, tanto en el trabajo como en el hogar. Debería existir la capacidad de afrontar las deudas y el temor por la economía, o bien el saber aprovechar las mejorías obtenidas durante la vida de intenso trabajo y producción. También será necesario aprovechar mejor el tiempo que ahora está disponible.
- d) En el área del fortalecimiento del yo: es de mayor importancia la ayuda mutua para tolerar los duelos debidos a las pérdidas que se han sufrido en el transcurso de la vida y las que se avizoran en el futuro. Inclusive para prepararse a la soledad y aceptar el envejecimiento.

Es necesario que se preparen para manejar adecuadamente los sentimientos de culpa que se presentan en esta fase, debido a errores que se cometieron en el pasado, principalmente con los hijos, así como los deseos de la propia muerte que empiezan a rebasar la barrera de la depresión (Estrada, 2002).

Otros autores hablan de esta fase, no precisamente con este nombre, pero coinciden en describir las mismas situaciones durante este periodo.

Rage (1997) dice que esta fase comienza con la partida del primer hijo y menciona que se desencadenan muchas transiciones de movimientos familiares y se dan nuevos procesos de crecimiento personal y de madurez para toda la familia. Se da un desarrollo en la relación de adulto a adulto, puesto que los hijos ya han o están madurando. Con la salida de los hijos de la casa, comienza un tipo nuevo de relación y se presentan algunas reestructuraciones que van desde el espacio físico en la casa hasta vivir el duelo de la separación.

Eguiluz (2004) menciona que la evolución familiar alcanza un punto clave en el momento en que los hijos logran ser autónomos e independientes. Debido a

que están menos tiempo en casa ya que amplían su mundo social; además, participan cada vez menos en las actividades familiares. Los padres se van acostumbrando a esta situación y, al final, asumen las repercusiones del desprendimiento de los hijos.

La pareja presenta las siguientes características: como ya se mencionó, empiezan a vivir el duelo de la separación, y a replantear su vida de pareja. Se cuestionan cómo han vivido su relación matrimonial, y sí pueden y saben vivir sin sus hijos. Seguir manteniendo a los hijos a pesar de que ya se han ido, retrasará el establecimiento de la autonomía de los padres y seguirán involucrados con los hijos en este sentido. Se presentan viejos problemas, los cuales deben ser resueltos con nuevas respuestas y mejorar de este modo la relación (Rage, 1997).

Eguiluz (2004) considera que la crisis de la salida de los hijos del hogar familiar es más difícil para la mujer, sobre todo si ha hecho del cuidado de los hijos la tarea más importante y el sentido de su vida, a diferencia de las que trabajan, son quienes las recienten menos.

En esta fase también se presentan nuevas relaciones con la familia política, aquí se pueden presentar choques de valores con la familia política, deben adaptarse a situaciones gratas o ingratas para no afectar a la nueva pareja; si los hijos deciden llevar un estilo de vida diferente al que tenían como familia y ya no necesitan de los padres, es probable que éstos consideren no seguir en conexión con ellos (Rage, 1997).

El objetivo de esta etapa es “socializar” y encaminar a los hijos hacia la autonomía de independencia adulta.

Schram (1989), citado por Rage (1997), habla de la conflictiva en esta etapa y encontró tres descripciones que compiten entre sí:

La primera es la del “síndrome del nido vacío”, en la que tienen problemas uno o los dos padres; se presenta la depresión y soledad y si no se saben

manejar, los llevará a una separación, divorcio, enfermedades, sensación de derrota y aún a la muerte misma.

La segunda es la del “curvilíneo”, es donde se supone que hay mayor libertad para la pareja; es la oportunidad de que los dos puedan realizar juntos actividades que antes eran imposibles de realizar, tales como viajes, cambiarse de casa, tomar juntos clases, reanudar amistades viejas, entre otros.

Y la tercera son las “variaciones en la satisfacción del matrimonio”. En donde la pareja se da cuenta que sus roles de esposos han cambiado y donde alguno de los dos desea experimentar diferentes cosas y quizás el otro ya ha perdido el deseo de su pareja. Se dan cuenta que su matrimonio no les ha brindado la total plenitud.

1.6.2. Patrones nuevos de interacción entre los hijos y los padres

En esta etapa de la familia Rage (1997) menciona que se presentan ciertos cambios dentro de ella. Aquí el matrimonio vuelve a tomar mayor importancia debido a que ya se encuentran solos, por lo que se tiene que reenfocar, revisar y establecer diferentes arreglos en el mismo.

Citado por Rage (1997), Stuart (1980) comenta que la partida del último hijo requiere de patrones nuevos de interacción entre los padres, los cuales son:

- El primero se refiere a que si los padres estaban acostumbrados a tomar las decisiones importantes con sus hijos, tiene que empezar a tomar ellos solos las decisiones.
- El siguiente menciona que si los padres solían pasar mucho de su tiempo libre con sus hijos tiene que empezar a ocupar ese tiempo en compartirlo en pareja.
- Y el último se enfoca a que deben empezar a hablar sobre asuntos que no se relacionen con sus hijos y sus hazañas.

La calidad y la duración del matrimonio van a propiciar que el abandono de los hijos del hogar sea vivido sanamente o se presente una crisis. Esta situación se torna difícil cuando los padres se enfocaron de lleno al cuidado de sus hijos y cuando dejaron de lado problemas sin resolver por darle mayor importancia a la atención y cuidado de los hijos.

1.6.3. Nuevas formas de relacionarse en pareja

Rage (1997) afirma que pueden suceder una serie de situaciones en el matrimonio en esta etapa:

- a) Puede darse una mayor comprensión del amor.
- b) Puede ser que pasen menos cosas, buenas o malas, entre la pareja. Será una relación más estática.
- c) Pueden compartir menos y, consecuentemente, poner más distancia emocional para apartarse de áreas conflictivas.
- d) Se puede poner demasiada distancia, lo que provocará que uno de los cónyuges se sienta desplazado.

Silvestre (1996), citado por Cornachione (2006) menciona que los conflictos maritales cambian con los años, de los 40 a los 50 tiene que ver con la relación y crianza de los hijos, mientras que en los 50 los problemas tienen que ver con la comunicación en la pareja y la distribución de tiempo y de actividades de ocio.

Hoffmann (1996), citado por Cornachione (2006) afirma que la mayoría de los divorcios que se presentan en esta etapa se deberían a la no aceptación de los cambios de roles matrimoniales por parte de un integrante de la pareja o por acontecimientos sorpresivos.

Flores, A. (2008) señala que los adultos han concebido un rumbo del matrimonio, en que las líneas vitales de los cónyuges comienzan juntas pero se van alejando por las avatares de la vida, y cuando ocurre un factor desencadenante de la crisis de la mediana edad, ambos se miran y descubren su

alejamiento; entonces, pueden ocurrir tres cosas por lo menos: se separan, porque ya son desconocidos; o siguen sus caminos alejados pero paralelos; o se acercan y recomponen el vínculo conyugal, que es lo importante en la llamada Edad del reencuentro.

Silvestre (1996), citado por Cornachione (2006), considera que en el matrimonio es necesario afirmar que existe un reforzamiento de la pareja en la edad adulta, producto de la liberación que otorga el alejamiento de los hijos, la renovación de intereses sexuales, un aumento en la intimidad y una valoración de la relación en base a lo invertido en ella.

En esta etapa es fundamental el contacto íntimo y la comunicación que se dan entre la pareja, para Satir (1994) el establecimiento de dicho contacto es una forma de mantener la integridad y de alimentar la autoestima en crecimiento y a la larga, de fortalecer las relaciones consigo mismo y con los demás. Al no hacer un contacto correcto o adecuado con los demás podemos llegar a no sentirnos bien con nosotros mismos y con los demás. Sentirnos desanimados, por no llevar a cabo las cosas y no tener esperanza e incapacidad de hacer algo.

Menciona la autora que existen barreras físicas y emocionales que impiden tener un contacto verdadero con la otra persona, por lo que se debe acabar con dichas barreras mediante la comunicación franca, de todo lo que se lleva por dentro, solo así pueden aclararse las cosas.

Flores, A. (2008) señala que el diálogo es la llave maestra para renovar y actualizar el vínculo amoroso, la armonía sexual y para procesar los cambios que ocurren dentro y fuera de cada uno de los cónyuges.

Rage (1997) sugiere que cuando se ha vivido las etapas anteriores y ésta de manera positiva y con motivo de crecimiento y desarrollo, puede ser que la relación de pareja se encuentre fortalecida y se viva con mayor satisfacción que en cualquier otra etapa.

A continuación se abordará el tema del desarrollo humano en el cual se describe brevemente todas las etapas del ciclo de vida, ampliando el tema del adulto temprano, tardío y en mayor importancia a adulto medio; se describirá características importantes del adulto medio en cuanto a su desarrollo físico, emocional, sexual, entre otros. Se señalan aspectos relevantes de su vida, los cambios por los que pasa en este momento; así como también se hablará detalladamente de la etapa de generatividad vs estancamiento, que de acuerdo con Erikson (1964), citado por Dicaprio (2007), es por la que pasa el adulto medio.

2. Desarrollo humano

2.1. Desarrollo del ciclo de la vida

El desarrollo humano está conformado de tres aspectos principalmente, el físico, el cognoscitivo y el psicológico, estos se relacionan entre sí y cada uno afecta a los otros.

Papalia, Olds, Feldman (2005) mencionan que son ocho las fases del ciclo de la vida, estas son: el periodo prenatal, la infancia y los primeros pasos, la niñez temprana, la niñez intermedia, la adolescencia, la adultez temprana o juventud, la edad adulta intermedia o madurez y la edad adulta tardía o vejez.

De acuerdo a Papalia y cols. (2005) el periodo prenatal es la primera fase, va de la concepción al nacimiento, y comprende tres etapas: germinal, embrionaria y fetal. La *etapa germinal* se presenta en las dos primeras semanas del desarrollo prenatal. En esta etapa hay una rápida división de las células; así como la implantación del embrión en la pared del útero. La *etapa embrionaria* va de dos a ocho semanas de desarrollo; es la segunda etapa de gestación, los órganos y sistemas corporales crecen y se desarrollan con rapidez. La *etapa fetal*, es la etapa final de gestación y va de las ocho semanas al nacimiento. Aquí los órganos y sistemas corporales del feto se vuelven más complejos hasta desarrollarse por completo.

La infancia y los primeros pasos, se presenta del nacimiento a los tres años. El crecimiento físico y el desarrollo de las habilidades motoras son rápidos. El uso y la comprensión del lenguaje se desarrollan con rapidez. Se forman apegos principalmente con los padres pero también con otras personas. La conciencia de sí se desarrolla aquí. El interés por otros niños se incrementa y se da el cambio de la dependencia a la autonomía.

Papalia y cols., (2005) señalan que en la niñez temprana que va de los tres a los seis años, el crecimiento es continuo, su apariencia es más similar al adulto; aquí el apetito disminuye; mejora la fuerza así como las habilidades motoras finas y gruesas. Su pensamiento es algo egocéntrico pero la comprensión de la perspectiva de otras personas crece. La memoria y el lenguaje mejoran. Aquí también el autoconcepto y la comprensión de las emociones crecen. Desarrollan la identidad de género.

La niñez intermedia va de los 6 a los 11 años. En esta etapa el crecimiento se hace más lento. Las enfermedades respiratorias son comunes, pero la salud en general es mejor que en cualquier otra etapa del ciclo. La mejoría y las habilidades lingüísticas aumentan. Empiezan a pensar de manera lógica pero concreta (Papalia y cols., 2005).

De acuerdo a los autores la adolescencia, va de los 11 a los 20 años aproximadamente. El crecimiento físico es mucho más notorio. Se da la madurez reproductiva. En esta etapa se desarrolla la habilidad para que puedan pensar de manera abstracta así como usar el razonamiento científico. La búsqueda de la identidad es una de las cuestiones centrales de esta etapa.

Por la importancia del estudio se dejaron las tres siguientes etapas: Adulto temprano, Adulto intermedio y Adulto tardío, en apartados especiales, ya que la adultez corresponden a la población que se estudiará.

2.2. Adulto temprano

Esta etapa va de los 20 a los 40 años. En cuanto a salud, en esta etapa el adulto se encuentra en buenas condiciones, sus capacidades físicas y sensoriales son muy buenas (Papalia y cols., 2005).

Dentro del estilo de vida hay factores, tales como la dieta, la obesidad, el ejercicio, el tabaquismo y el consumo o abuso de drogas, que afectan la salud y la supervivencia del adulto joven.

Anderson (2002), citado por Papalia y cols. (2005), habla de que los accidentes son la causa principal de muerte entre adultos de 20 a 34 años, seguido del homicidio y el suicidio.

Continuando con los autores, mencionan que el adulto joven suele preocuparse principalmente por tres situaciones: el síndrome premenstrual, las enfermedades de transmisión sexual y la infertilidad.

En cuanto al desarrollo cognoscitivo de adulto temprano, señala Papalia y cols. (2005) el modelo del desarrollo cognoscitivo de Schaie, el cual cuenta con siete etapas; la etapa de logros es en la que se encuentra el adulto joven, en la que las personas ya no adquieren el conocimiento sólo por sí mismo; usan lo que saben para perseguir metas, como la carrera y la familia.

Menciona Carretero (2000) que se trata de una fase de importantes cambios en los ámbitos de la vida profesional y familiar. Unos cambios que se resumen en la apropiación de aquellos roles requeridos para la ejecución de una serie de tareas.

Las relaciones personales que en esta etapa tienen los adultos, sufren cambios drásticos. Buscan la intimidad física y emocional en sus relaciones con amistades y la pareja.

En esta etapa el adulto temprano suele abandonar el hogar de los padres, ingresan al mundo del trabajo, hacen elecciones profesionales y se plantean

metas. Esta es la etapa en la que normalmente las personas se casan. El éxito del matrimonio tiene que ver con el grado de compromiso que tenga la pareja, así como la interacción entre ellos. La llegada de los hijos y la crianza de estos, ocasiona que la satisfacción del matrimonio disminuya (Papalia y cols., 2005).

Erik Erikson desarrollo ocho etapas del desarrollo social. Citado por Dicaprio (2007), Erikson (1964) dice que al lograr estas etapas satisfactoriamente se le está dando fortalezas al yo. Él llama a estas fortalezas *virtudes*, las cuales en cada etapa de la vida son diferentes y se logran con el buen desarrollo de cada etapa.

De acuerdo a Erikson (1964), citado por Dicaprio (2007), al adulto temprano le corresponde la Sexta etapa: Estado adulto temprano. *Intimidad contra aislamiento. Virtud: amor*

Es en esta etapa de la vida en que las interacciones sociales alcanzan un punto crítico, esto debido a que, el adulto temprano desea relacionarse íntimamente con otra persona del sexo opuesto; esto lo logra a través del matrimonio. Cuando el adulto temprano satisface sus necesidades de interacción social, disfruta de sus relaciones sociales, tanto íntimas como casuales.

Con el logro de etapas anteriores, las personas tienen la capacidad de formar una relación íntima exitosa en esta etapa. Para *amar*, que es la virtud de esta etapa, se requiere de cualidades como compasión, simpatía, empatía, identificación, reciprocidad y mutualidad; estos son aspectos sociales de la personalidad, y sin ellos no se puede llegar a la intimidad (Dicaprio, 2007).

Siguiendo con el autor, menciona que por medio del matrimonio se dan las relaciones íntimas y cuando cada cónyuge siente las emociones anteriores por su compañero, el matrimonio tiene éxito. Cuando no se sienten relaciones íntimas satisfactorias, las personas tienen un sentido de aislamiento y extrañeza.

2.3. Adulto medio

De acuerdo a Papalia y cols. (2005), la edad adulta intermedia que se presenta de los 40 a 65 años, es la que se toma para realizar la presente investigación.

Siguiendo con los autores, señalan que es una etapa en la que el adulto tiende a reflexionar más sobre los actos que ha hecho a lo largo de su vida, revalora situaciones importantes de ella. Después de haber cumplido con situaciones como criar a sus hijos y cumplir sus metas se sienten más libres e independientes. Los que han sabido llevar su vida satisfactoriamente se sienten exitosos y están conscientes de sus limitaciones y de las situaciones que no pueden controlar, como el hecho de ir envejeciendo.

Citado por Cornachione (2006), Sheehy (1984) dice que la adultez se caracteriza por la liberación de las grandes presiones y la búsqueda de placeres mas individuales, junto a una mayor experiencia, que será bien aprovechada si no se mantienen sueños imposibles ni se mantienen posiciones muy rígidas.

Hoffmann (1996), citado por Cornachione (2006), considera que el autoconcepto, la confianza en uno mismo y el control del yo suelen aumentar en esta época y la salud mental dependerá del buen ajuste entre las expectativas y la realidad.

Lartigue y Vives (2003) citan a Margis y Valpota (2001), quienes señalan las siguientes tareas como las principales en la etapa del adulto medio:

- Reasignación de los objetivos de vida y la preparación creciente para enfrentar la vejez.
- La aceptación de un cuerpo que envejece.
- El incremento de la generatividad y el de capacidad productiva en el ambiente laboral, así como el aprendizaje de nuevas habilidades.
- El sostenimiento de la intimidad.

- La consolidación de las relaciones con las y los hijos (en caso de que se tenga).
- La revaloración de las relaciones de amistades y vínculos con el grupo de pares.
- Y la aceptación de las limitaciones del tiempo vital y de la muerte propia.

Al igual que lo anterior, Carretero (2000) cita a Havighurts (1952), éste último también habló de los quehaceres del adulto medio y enumeró los que considera, son los más sustantivos durante esta etapa, los cuales son:

- Ayudar a los hijos en su crecimiento y preparación para la vida adulta,
- Logro de responsabilidades sociales y cívicas,
- Logro y mantenimiento de la satisfacción en el propio trabajo,
- Desarrollo de actividades de ocio,
- Relación más directa con la pareja sin el obstáculo del permanente cuidado de los hijos,
- Aceptación y ajuste a los cambios fisiológicos,
- Y adaptación a la ancianidad de los padres.

Papalia y cols. (2005) mencionan que en cuanto a los cambios físicos que presentan en esta etapa, se dan principalmente los siguientes:

Los cambios y deterioros en el funcionamiento sensorial y psicomotor que presentan son: a la llegada de los 40 años muchos adultos tienen problemas con la vista debido a que el cristalino del ojo se vuelve menos flexible y se va perdiendo la capacidad de enfocar, por lo que es muy común el uso de lentes en esta etapa de la vida. En los 50 se acelera una pérdida gradual de la audición; también declina la sensibilidad al gusto y el olfato. Después de los 45 años empiezan a perder sensibilidad al tacto y el dolor después de los 50 años. De los 45 años en adelante se va perdiendo la fuerza muscular.

Si bien estos cambios físicos van deteriorando las capacidades de los adultos y con ellos les acarrearán problemas en la vida cotidiana, sobre todo en el

trabajo, la experiencia y el buen juicio que los adultos han adquirido a lo largo de sus vidas, compensan éstas pérdidas de capacidades físicas.

Siguiendo con los autores, mencionan que en cuanto al área sexual, ocurren cambios significativos. En las mujeres ocurre la menopausia alrededor de los 50 y 51 años. En la menopausia se experimentan síntomas físicos como resequedad vaginal, infecciones vaginales, entre otros; problemas psicológicos como irritabilidad, bochornos, ansiedad, depresión, entre otros. La menopausia es vista de diferente manera en las mujeres, dependiendo a la cultura a la que pertenecen, mientras que para algunas no significa absolutamente nada, para otras significa un gran problema o una enfermedad debido a que pierden la capacidad reproductiva, y para otras mujeres la llegada de la menopausia lo ven como algo positivo debido a que tienen mayor libertad y disfrute de su vida. Coon (2005) afirma que para muchas mujeres la menopausia es un proceso natural de envejecimiento, no un problema médico.

Papalia y cols. (2005) señalan que en los hombres los niveles de testosteronas disminuyen lentamente después de los 60 años. El climaterio del varón se presenta en forma más lenta y tardía y se presentan problemas tales como erecciones más lentas y menos firmes, tienen menos orgasmos y eyaculaciones menos abundantes, entre otros. Cornachione (2006) considera que de manera menos frecuente, algunos hombres también presentan síntomas como irritabilidad, labilidad emocional, angustia, depresión, fatiga, inadaptación sexual y molestias físicas definibles.

Papalia y cols. (2005) citan a Anderson (2002), quien afirma que en la actualidad las dos causas de muerte principales, en los adultos de entre los 45 y los 64 años son las enfermedades relacionadas con el envejecimiento, que son el cáncer y enfermedad cardíaca.

Señalan los autores que la inteligencia del adulto medio se relaciona más con las experiencias que éste ha vivido; los conocimientos en esta etapa se vuelven más específicos; es decir, en cuanto al área (hablando de un

profesionista) en la que se especializó, debido a la experiencia que ha adquirido a lo largo de su vida profesional, sus conocimientos se vuelven más sagrados. El pensamiento del adulto medio suele ser más flexible y adaptable; los juicios y el pensamiento intuitivo que ellos tienen, son generados básicamente por la experiencia.

Coon (2005) considera que los principales problemas del adulto medio son: disputas conyugales, divorcios, dificultades profesionales, desempleo, problemas de salud, presiones económicas, conflictos legales y tragedias personales; y cita a Ryff (1995) quien sugiere que se requiere de seis elementos para mantener el bienestar en las vicisitudes de la vida moderna de la adultez, los cuales son: adaptación de sí mismo, relaciones positivas con los demás, autonomía (libertad personal), dominio del ambiente, un propósito en la vida y crecimiento personal continuo.

Linn (2007) afirma que cuando el adulto hace una introspección a cerca de su vida y las cosas que ha realizado a lo largo de ella, puede llegar a generarle una crisis. Los adultos tienen que enfrentar la muerte de sus padres ancianos, un cambio de trabajo o la jubilación, los hijos que tiene problemas o que dejan la casa, también se presentan dificultades conyugales o tal vez la terminación del matrimonio, que el cuerpo está envejeciendo o que está enfermo, problemas económicos y principalmente se enfrenta a la interrogante de qué es lo que tiene para transmitir a las siguientes generaciones.

Siguiendo con el autor, señala que con ésta revisión de su vida, muchos adultos se dan cuenta que los sueños que querían realizar en su juventud no podrán cumplirse o que la realización de estos no les dieron satisfacción. La revisión que se hace el adulto puede traerle arrepentimiento por no haber realizado algún sueño o darse cuenta que tiene muchas limitantes para realizarlo ahora.

Flores, A. (2008) cita a Brim (1975), quien estudio la crisis de la mediana edad del varón, y las causas que encontró son:

- Hormonal, por la disminución de la testosterona con todas sus consecuencias.
- Discrepancia entre lo que el hombre esperaba de su vida y lo que realmente alcanzó.
- Se hacen presentes de improviso los sueños de juventud omnipotentes.
- El estancamiento, el agotamiento de los proyectos.
- Los cambios en la familia, nido vacío, padres ancianos, deterioro familiar.
- Los factores externos, como las revoluciones históricas y sociales, la depresión económica o la guerra.

Considera Linn (2007) que la madurez es una transición de la vida, que lleva al adulto a replantarse como ha sido su vida, a saber manejar las ganancias y pérdidas que la madurez conlleva y a reconocer que está cerca el fin de su vida.

Continuando con el autor, menciona que para que esta transición de vida no se convierta en una crisis es necesario que el adulto tenga una personalidad resistente, ya que de esta manera tiene mayor posibilidad de atravesar la madurez con éxito.

Otro tema muy común que los adultos de esta etapa tienen constantemente presente es el de la muerte. Lartigue y Vives (2003) señalan que en etapas anteriores a ésta, la muerte estaba referida al otro, mientras que para el adulto medio, la muerte comienza a significarse referida a uno mismo. Por lo que ven los pensamientos de la propia muerte como posibilidad, ya no remota ni negable, sino como una realidad insoslayable que debe ser tomada en cuenta, independientemente de que el adulto pueda vivir aún treinta o cuarenta años más.

La séptima etapa: que le corresponde al estado adulto medio es: *Generatividad contra estancamiento. Virtud: cuidado*

Citado por Dicaprio (2007), Erikson (1963) considera a la generatividad como la necesidad de un trabajo y afecto sostenidos y productivos.

Para Linn (2007) la generatividad se refiere al cuidado de los demás, más allá de la propia familia, sino que también, cuidar de las generaciones futuras y cuidar del mundo en que vivirán esas nuevas generaciones. A demás de ser padre, que es la forma principal de generatividad, está el papel de maestro y mentor u otras formas de crear vida y pasarla a otras.

De Barbieri (2007) menciona que el adulto tiene que garantizar a la generación siguiente las esperanzas, las virtudes y la sabiduría que ha acumulado, incluyendo la responsabilidad por los esfuerzos y los intereses de la sociedad en el apoyo a las medidas de atención y educación infantil, a las tradiciones que pronto se incorporaran a la vida del individuo que está desarrollándose.

Lefracois (2001) señala que debido a la madures que el adulto va teniendo, necesita establecer relaciones afectivas y laborales que le beneficien al mundo y a la comunidad, es decir, de crear, generar o producir en lugar de estancarse en el yo.

Cornachione (2006) considera a la generatividad como el deseo de ser más productivos y creativos en beneficio de la sociedad que se produce en el adulto; ya no se valora la propia persona en función de los estándares de la industria, sino en cuanto se puede aportar a la sociedad.

Aquí las personas son más productivas, realizan una profesión, forman una familia y se forjan una reputación favorable en la comunidad. También en esta etapa las personas alcanzan su madurez física, psicológica y social, completa. Pero se necesita lograr con éxito las etapas anteriores para funcionar favorablemente en este periodo (Dicaprio, 2007).

De acuerdo con Maier (1989) las palabras generatividad y estancamiento se refieren al curso que el individuo fija y sigue con su compañero en la sociedad en general, con el fin de garantizar a la generación siguiente las esperanzas, las virtudes y la sabiduría que él ha acumulado.

Maier (1989) menciona también que una unión conyugal sana es la base que permite asegurar el cuidado y el desarrollo satisfactorio de la nueva generación.

Según Lefracois (2001) la generatividad se presenta en distintos campos de la vida, y uno de ellos es el trabajo; más que ser un medio de ganarse la vida o matar el tiempo, para muchos adultos es una forma de ser alguien, un medio de descubrimiento y expresión del yo, un aspecto esencial del sentirse valioso, así como una forma de contribuir de manera importante a la familia y a la sociedad.

Cornachione (2006) considera que se puede llegar a producir un cambio de profesión en esta etapa, ya sea como cambio de carrera o de rubro, y afirma que esto puede traer complicaciones en la seguridad, especialmente en lo financiero.

Para Lefracois (2001) las personas son generativas cuando crían y conducen a sus hijos o a los hijos de otros, cuando contribuyen a la comunidad por medio de su participación política, social o económica, y cuando hacen aportaciones por intermediación de su trabajo.

De Barbieri (2007) señala que el desafío está en aceptar a la nueva generación como responsabilidad propia y asegurarle la confianza basada en la primera fase del desarrollo, la confianza en que la vida tiene sentido.

Cuando no se logra la generatividad, se da el estancamiento. El adulto medio experimenta un empobrecimiento personal cuando se estanca; puede sentir que su vida es monótona y vacía; que solo pasa el tiempo y él se está volviendo más viejo sin cumplir sus expectativas. Estas personas no hacen sus vidas interesantes ni agradables, se vuelven apáticos y se quejan de fatiga crónica o pueden ser quejumbrosos o resentidos crónicos (Dicaprio, 2007).

El sentimiento de no haber contribuido en nada a este periodo de la vida y no dejar nada a las generaciones futuras se experimenta como un estancamiento. Linn (2007) comenta que cuando el adulto se estanca sufre una crisis debido a

que se da cuenta que no ha hecho nada productivo, no tiene nada para dejar y su vida está por concluir.

Flores, A. (2008) menciona que los que fracasan en su misión en esta etapa de la vida, hacen crisis y no llegan a la octava etapa (integridad del yo) que premia con la integridad del individuo. Cuando uno puede resolver sus conflictos frente a los triunfos y desengaños para alcanzar la felicidad de realizar sus proyectos y de trazar la justa ecuación entre sus posibilidades y pretensiones, no hay crisis, y desaparece el temor a la muerte, porque el mundo tiene sentido y todos sus tiempo, pasado, presente y futuro están armonizados.

Nuevamente se requiere del logro de los anteriores periodos para que el adulto sea capaz de trabajar productivamente y con creatividad. Una persona generativa encuentra significado a la utilización de sus conocimientos y habilidades, su trabajo le gusta y lo hace bien (Dicaprio, 2007).

Erikson (1968), citado por Dicaprio (2007), atribuye las virtudes de *producción* y *afecto* a las personas que logran la generatividad.

2.4. Adulto tardío

Esta etapa va de los 65 años en adelante. Las personas que viven en países más desarrollados, viven más años que las personas en países menos desarrollados; esto debido a que en los países más desarrollados cuentan con mayor acceso a mejores condiciones de vida, tales como la buena nutrición, mejor control de enfermedades, acceso al agua segura, entre otros.

De acuerdo con Papalia y cols. (2005), los cambios físicos que caracterizan esta etapa de la vida se dan principalmente en la piel, debido a que la piel más vieja tiende a palidecer, se llena de manchas y pierde elasticidad, y se arruga. Otros cambios se presentan en el cabello, ya que el cabello de la cabeza se torna blanco y se adelgaza, y el vello corporal se vuelve escaso.

De acuerdo a Mishara y col. (2000), los hombres se ven afectados por la calvicie con mayor frecuencia que las mujeres, pero también éstas pueden quedarse calvas. Hombres y mujeres comprueban en ocasiones la aparición de vello en ciertos lugares de su cuerpo. En las mujeres puede suceder quizá en las piernas, el mentón y el labio superior; en los hombres en las orejas y en las fosas nasales.

Continuando con los autores, mencionan que la vejez llega en efecto acompañada de una disminución de la talla, los huesos se tornan más porosos (osteoporosis), se acentúa la curva natural de la columna vertebral (cifosis) y la cavidad torácica disminuye de volumen mientras que las costillas se desplazan hacia abajo y hacia delante.

Papalia y cols. (2005), mencionan que la jubilación es un tema muy importante en esta etapa de la vida, los ancianos se enfrentan a ello forzosamente. La jubilación conlleva un estilo de vida centrada en la familia, los roles cambian, la toma de decisiones, el matrimonio, entre otros, esto debido a que ya pasan más tiempo en casa. Con la jubilación del trabajo los ancianos tienen que regresar a casa, y dejan de tener contacto con los compañeros de trabajo. Las relaciones sociales disminuyen en esta etapa, el contacto social se hace escaso. Los ancianos se relacionan con muy pocas personas, principalmente con sus familiares y quizás con uno u otro amigo muy cercano.

Los matrimonios que llegan hasta la vejez suelen ser satisfactorios y la manera en que resuelven sus conflictos es una clave para dicha satisfacción. Al revisar su vida el adulto tardío examina y evalúa su existencia. Cuando reconocen y reconsideran la vida que han tenido, llegan a una mejor comprensión de sí mismos, cuando saben o pueden resolver satisfactoriamente conflictos que se les presentan, enfrentan de esta manera su vida con mayor sabiduría y seguridad. Feldman (2005) considera que de esta manera el adulto tardío no aguarda la muerte, sino que la vive como un periodo de crecimiento y desarrollo.

El tener presente que la muerte llegara tarde o temprano, y conocer las consecuencias psicológicas que conlleva, pueden hacer que la llegada de ésta produzca en el anciano menos ansiedad y resulte más comprensible (Papalia y cols., 2005).

La octava etapa: es la que le corresponde al estado adulto tardío y es la: *Integridad del yo contra desesperanza. Virtud: sabiduría*

Esta es la última etapa de la vida y va de los 60 años hasta la muerte. Aquí la integridad del yo requiere de una unificación de toda la personalidad. La idea de llegar al fin de la vida, para muchas personas se vive angustiosamente. Cuando esto sucede así, los ancianos experimentan situaciones como, malestares físicos, apatía y pérdida de interés en cosas y personas, sentimiento de inutilidad, aislamiento y la *desesperación*, que Erikson le da a todos estos problemas (Dicaprio, 2007).

Pero quienes han cumplido con éxito las tareas de las etapas anteriores, no ven éste último periodo como aterrador. Ya que el logro de etapas previas, prepara al anciano para afrontar la muerte sin desesperación y con un sentimiento de haber tenido una vida plena. Entonces el anciano encara este periodo con *sabiduría*, que es la virtud que Erikson le da a esta etapa.

Por último con la finalidad de dar mayor amplitud a esta investigación, se abordará sobre el sentido de vida el cual es de gran importancia debido a que es el tema central de este proyecto. Se describirán distintas definiciones y lo que diferentes autores señalan. De acuerdo a Frankl, (2004), se mencionará como se puede llegar a tener un sentido de vida y las características que lo forman; de la misma manera se abordará sobre el vacío existencial, que hace referencia a la ausencia del sentido; así como una breve explicación de la logoterapia, técnica creada por Frankl y que precisamente aborda este tema; entre más aspectos importantes relacionados.

3. Sentido de vida

3.1. Logoterapia

Lukas (2004) señala que la logoterapia fue fundada por Victor Frankl, y la cual se puede ubicar en el abanico actual de tratamientos terapéuticos desde dos puntos de vista:

- ✓ Según W. Soucek, la logoterapia es la “tercera escuela” vienesa de psicoterapia. Considerando el psicoanálisis de Freud como la “primera escuela” y la psicología individual de Adler como la “segunda”. A diferencia de los otros autores Frankl entendió al hombre como un ser que desea trazarse una vida llena de sentido y que puede enfermar mentalmente si su voluntad de sentido se ve frustrada.
- ✓ Según los tratados estadounidenses, la logoterapia se incluye en la “tercera fuerza” de la psicoterapia, en un sentido distinto al de Soucek. En Estados Unidos el psicoanálisis se considera “primera fuerza”, la terapia de la conducta la “segunda fuerza” y la psicoterapia existencial o psicología humanista como la “tercera fuerza”.

Fabry (2005) menciona que Frankl define a la logoterapia como una educación destinada a fomentar la responsabilidad del individuo, precisamente en una época en la cual la tecnología amenaza con reducir al hombre a la categoría de un objeto carente de responsabilidad, cuyos actos pueden ser calificados como meras reacciones.

Señala Fabry (2005) que la logoterapia se funda en tres principios:

- ✓ Sentido de vida. La vida tiene sentido bajo todas las circunstancias;
- ✓ Voluntad de sentido. El hombre es dueño de su voluntad de sentido y se siente frustrado o vacío cuando deja de ejercerla; y
- ✓ Libertad de voluntad. El hombre es libre, dentro de sus obvias limitaciones, para consumir el sentido de su existencia.

El autor sostiene que el sentido no puede ser inventado y debe ser descubierto. El sentido existe en el mundo exterior y es tarea de cada individuo encontrarlo en las circunstancias específicas de su vida.

El sentido último de la existencia es real y su presencia es de suma importancia en la vida de todo ser humano. Es accesible a todo hombre en cuanto es consciente de que, a pesar del caos aparente, hay un orden en el universo del cual él forma parte (Fabry (2005)).

El reconocimiento de que existen sentidos que pueden y necesariamente deben ser descubiertos si se desea llenar el vacío existencial.

Siguiendo con el autor, él señala que para la logoterapia, la búsqueda de sentido es más que un derecho inalienable del hombre, es la esencia misma de su humanidad.

Continuando con el autor, la logoterapia ve al hombre como un ser cuya vida está integrada por una serie de situaciones, cada una de las cuales entraña un sentido específico que le está destinado a él y solamente a él. Su realización, su felicidad e incluso su salud mental dependen de que encuentre, en la medida de sus capacidades, el sentido de cada una de las situaciones que comprende su vida.

La logoterapia no puede prescribirle a su paciente un sentido determinado, solo puede ayudarlo a que cobre conciencia de los diversos sentidos potenciales que le ofrece su vida.

Considera Lukas (2004) que la logoterapia se orienta hacia los momentos luminosos de la vida, pero también vislumbra el sentido de los oscuros.

De acuerdo con Fabry (2005) una de las aportaciones de la logoterapia es el hecho de que amplía y multiplica las áreas en las cuales es posible descubrir sentido.

Según Lukas (2004) la logoterapia además de asistir en el espacio psicoterapéutico, en los síndromes de ansiedad, los trastornos afectivos, las adicciones, las anomalías sexuales o los trastornos de la personalidad y el comportamiento; también puede asistir a adolescentes en su difícil metamorfosis hacia la edad adulta y a personas mayores en la recapitulación de los años vividos y la preparación para la despedida. También es capaz de guiar a parejas o miembros de una familia a través de sus conflictos y de ofrecer apoyo a trabajadores y desempleados en la explotación y el desaprovechamiento a que se ven sometidos a diario. Incluso puede animar un poco a personas doblegadas por la preocupación y la tristeza, e intentar reconducir a sus raíces ideológicas a quienes han desistido de su visión del mundo.

Lukas (2004) comenta que la logoterapia es capaz de esto, y el único medio que utiliza para hacerlo es el lenguaje. La logoterapia es una forma terapéutico-pedagógico-filosófico-psicológica de conversar.

Menciona la autora que el diálogo es un intercambio de ideas que se va intrincando en torno a lo que dice el paciente, con el empeño de ambas partes de entender de manera consensuada una parte de verdad.

La misión del logoterapeuta es: iluminar y permitir que el sentido “resplandezca” (Fabry 2005).

El logoterapeuta lo único que puede hacer es abrir el mayor número posible de puertas a su paciente, y a éste corresponde elegir la puerta por la cual desea pasar.

Lukas (2004) señala que el logoterapeuta desempeña una “función catalizadora” mediante la cual el paciente entiende mejor las posibilidades de sentido que el mundo pone a su disposición. Y para conseguirlo, el terapeuta aporta ideas, reflexiona con el paciente sobre las consecuencias y no sólo presta su oído, sino que también la inteligencia emocional. El terapeuta trata de comprender a su interlocutor y meterse en sus pensamientos en aras de la estimulación espiritual.

Menciona Lukas (2004) que el terapeuta se entrega con el paciente a la búsqueda de sentido para averiguar juntos las posibilidades dignas de ser hechas realidad y que descansan ocultas en cada situación.

3.2. Sentido de vida

De acuerdo a Frankl (2004) el sentido de vida es único y específico por lo que no se puede definir en términos abstractos y es la persona misma, quien tiene que encontrarlo. Por lo que menciona que no se trata de buscar un sentido abstracto a la vida, ya que a cada persona le está reservada una misión propia, algo que tiene que cumplir. Por lo que nadie más puede realizar esa misión y su vida no puede volver a repetirse, entonces la misión y la oportunidad de lograrla son únicas.

Rodríguez, M. (2005) señala que el sentido de la vida es lo que le da significado y ayuda a encontrar un soporte interno a la existencia. Sin dicho soporte interno es más probable que la psique se vuelva más frágil, y por consiguiente, tenga más probabilidades de enfermar.

Según el autor, el sentido no es el mismo para todos los seres humanos, pues cada uno ha de hallarlo en función de sus propias circunstancias y en función de sus propios objetivos en la vida y sus posibilidades; cada ser humano ha de hallar aquello que para él confiere un significado a su vida. Este significado debe hallarse por medio de una búsqueda personal, no puede darse a otro.

Rodríguez, M. (2005) considera que no hay respuesta estándar para encontrar un sentido a la vida; a pesar de que hay elementos comunes entre las personas que han encontrado sus respuestas, cada uno ha de llegar a su propia solución de sí mismo, tiene que descubrirse en la vida misma. Dicha búsqueda puede ser una fuente de motivación para seguir viviendo y para asumir las propias obligaciones. Citado por Rodríguez, M. (2005), Frankl (1988) sostiene que la lucha

por encontrar un significado en la propia vida constituye la primera fuerza de motivación del hombre.

Para Andrade (2000) dar sentido tiene que ver con asumir responsabilidades y por esto con la búsqueda de caminos para transformar la situación que se vive es más humana.

El autor afirma que la palabra sentido alude en el fondo a la esperanza. Esto es importante, porque se puede disponer del dar sentido: se puede recordar, reflexionar, evaluar, pedir consejos y esforzarse; y es en estas actividades donde se construye el sentido.

Continuando con el autor, menciona que el hallazgo del sentido se da cuando un ser humano:

- Descubre una verdad sobre sí mismo: así soy yo.
- Toma conciencia sobre alternativas de elección
- Experimenta su unicidad.
- Actúa responsablemente.
- Realiza actividades significativas.
- Percibe la verdad, la belleza y el amor.
- Trasciende sus intereses a través del amor y del servicio.
- Transforma el dolor y el sufrimiento en oportunidad.

Para Yalom (1984), citado por Rodríguez, M. (2005), el sentido de la vida debe contemplarse desde una perspectiva que permita apreciar su desarrollo en el tiempo, pues los tipos de significado cambian a lo largo de la vida, se produce un cambio de prioridades y de valores a lo largo de la vida pues no aspira a conseguir lo mismo un niño, un adolescente, un adulto o un anciano. En cada época de la vida se desarrollan predominantemente un tipo de valores.

Señala Fabry (2001) que la búsqueda del sentido es vital para todos:

- Para el joven que aún no encuentra el sentido.

- Para quienes encontraron el sentido pero lo perdieron (crisis de la edad adulta).
- Para las personas que afrontan la jubilación, la edad avanzada, alguna enfermedad o la muerte.
- Para aquellos cuyas posibilidades de sentido han cambiado por modificaciones drásticas de la situación de sus vidas, como la pérdida de un miembro, de la pareja o su carrera profesional.
- Para la gente que sufre una pena debido a la pérdida ocasionada por muerte, divorcio, un incendio, un accidente.
- Para los que se están recuperando de alguna adicción.
- Para quienes sufren de depresión y neurosis.
- Para quienes se aburren debido a su opulencia.

Rodríguez, M. (2005) menciona que el desarrollo del sentido se ve influido por el contexto cultural, las experiencias pasadas, el nivel de conocimientos y los sistemas de creencias.

De Barbieri (2007) cita a Jung, quien divide la vida en dos grandes etapas la primera mitad de la vida y la segunda mitad de la vida. La primera se caracteriza por la búsqueda de nuestra identidad como persona, se podría decir que el sentido viene más marcado por cierta continentación social y familiar, que se refiere a las expectativas tanto familiares como sociales que el joven recibe y cómo estas pueden orientarlo y ayudarlo a descubrir y asumir un sentido auténtico de vida.

La segunda etapa del proceso es un retomar todo lo que se había dejado de lado, es un volver hacia atrás para reunir nueva vitalidad, por medio del contacto con el origen; la persona pone en cuestión el sentido de todas esas conquistas que realizó en la primera etapa, y se pregunta “¿Para qué hago lo que hago?, ¿Tiene sentido seguir con este trabajo o puedo cambiar?, ¿Cómo estoy viviendo mi vida en pareja?, ¿Tiene sentido seguir o podemos cambiar juntos?” Será necesario en este punto, reconciliarse con lo que uno ha dejado por el camino.

Fabry (2005) menciona que Frankl sostiene que las actitudes que tiene la persona, en mayor medida aún que sus actividades y experiencias, le ofrecen la oportunidad de encontrar el sentido más profundo de la vida.

3.3. La búsqueda de sentido de vida

Frankl (2004) señala que de acuerdo con la logoterapia se llega al sentido de vida mediante tres modos diferentes:

1. Realizando una acción. Las metas y los objetivos que se plantea una persona dan sentido a su vida.
2. Aceptando las donaciones de la existencia (amor). Frankl menciona que el amor es la meta última y más alta a la que puede aspirar el hombre; la salvación del hombre es posible en el amor y a través de él.
3. Por el sufrimiento. La manera en que una persona vive, la manera en cómo enfrenta las circunstancias que se le presentan, como afronta el sufrimiento y lo sobrelleva, le da la oportunidad, incluso en circunstancias adversas, de llenar su vida de un profundo sentido; Frankl (2004) cita a Nietzsche con la siguiente frase: él que tiene un “porqué” para vivir, puede soportar casi cualquier “como”. El sentido es posible sin el sufrimiento o a pesar de él, pero para que el sufrimiento confiera un sentido, debe ser un sufrimiento inevitable, absolutamente necesario. Frankl (2003) menciona que el hombre está dispuesto y quiere soportar un sufrimiento sólo sí y en la medida en que es capaz de verle sentido.

Considera Fabry (2005) que cuando una persona está en una situación dolorosa que es incapaz de alterar, puede encontrar sentido si se le enfrenta con valor y dignidad y sienta entonces un ejemplo para otras personas a la vez que transforma su sufrimiento en una conquista suprema del espíritu humano.

Afirma Lukas (2004) que el ser humano aunque se encuentre en condiciones poco favorables, en situaciones irreversibles; puede llegar a ver la vida de manera positiva, con entereza.

Siguiendo con la autora, ella sostiene que a veces, una experiencia dolorosa representa un motivo de peso para apreciar a su justa medida las condiciones de vida favorables del presente y alegrarse por ello, en vez de sufrir a solas y generar más problemas.

Frankl (2004) considera que si una persona vive sin un sentido o cuando vive la vida al azar, no vale la pena vivirla. Señala que quien se refugia en el pasado y no afronta la vida, su sentido se oscurece o se pierde.

De acuerdo con Fabry (2005) la búsqueda de sentido se inicia a un nivel simple y cotidiano. Se puede hallar sentido al responder a la situación del momento y al aceptar las tareas sencillas de la vida. Esta búsqueda implica la elección de un curso a seguir.

El primer consejo que puede dársele a quien emprende la búsqueda del sentido de su vida, es la seguridad de que su sentimiento de vacío, lejos de representar un síntoma de enfermedad, no es sino una prueba de su humanidad. Sólo el ser humano busca sentido, duda y se siente frustrado cuando no puede encontrarlo.

Continuando con el autor, considera que las situaciones que revelan sentido son: situaciones en las cuales la persona descubre una verdad relacionada consigo misma. En todos los casos el descubrimiento debe ser propio del individuo. Fabry (2005) señala que si por un momento la persona logra mirar a través de las máscaras que se va formando, la visión de su verdadero rostro le revelará un sentido. Otras de las situaciones, comprende aquellas en las cuales la persona toma conciencia de que existen alternativas a su elección, por limitadas que sean, la desesperación se origina en el sentimiento de hallarse cercado, pero la logoterapia sostiene que la persona puede elegir bajo cualquier circunstancia. Otro tipo de situación capaz de revelar sentido, es aquella en la cual la persona

experimenta su unicidad. La logoterapia sostiene que toda persona es un ser único y que su vida es una cadena de situaciones irrepetibles.

Fabry (2005) considera que el sentido debe venir en respuesta a la exigencia de la situación; lo único que podemos hacer es abrirnos a los sentidos, realizar un esfuerzo consciente para intentar descubrir la totalidad de sentidos posibles que nos ofrece una situación determinada y luego elegir aquel que, dentro de los límites de nuestro conocimiento, consideremos como el verdadero para esa situación específica.

El sentido se origina en compromisos que trascienden los intereses personales. Tiene su fundamento en una trascendencia del yo en busca de causas que servir, o personas a quienes amar.

3.4. El sentido último y el sentido del momento

Según Fabry (2001) existen dos clases de personas: aquellas que dicen sí a la vida a pesar de los reveses que conlleva, y las que dicen no pese a las cosas buenas que les pasan. La gente que dice que sí se siente usualmente satisfecha y feliz; los que siempre dicen no, por lo general están enajenados, frustrados y vacíos.

Desde el autor el sentido se presenta en dos niveles: el sentido último y el sentido del momento. Y dice que cuando se busca el sentido último, el individuo está consciente, aunque sea en forma un tanto confusa, de que hay un orden en el universo y que él es parte de ese orden.

El sentido último, el sentido de la vida, es inaccesible, Fabry (2001) considera que es como el universo ya que, se intenta llegar a él pero nunca se alcanza. Pero considera que para ser una persona que dice sí, se tiene que tratar de buscar el sentido último aún cuando nunca se logre.

El sentido último es una cuestión de fe, de aceptación, de experiencia personal. Se puede vivir con el sentimiento de ser parte del entramado de la vida, o como si ésta fuera algo caótico y uno se sintiera víctima de sus caprichos (Fabry, 2001).

El otro tipo de sentido, que se puede lograr y deberá ser para orientarse en la verdad hacia una existencia plena, lo citado por Fabry (2001) es lo que Frankl llama sentido del momento. El sentido del momento establece que cada ser humano es un individuo extraordinario que transita por la vida en medio de una serie de situaciones únicas, y que a cada momento ofrece un sentido que satisface una oportunidad de actuar en forma significativa.

Menciona el autor que esto puede ser alcanzado a través de lo que hace uno, de lo que experimenta y también mediante la actitud que se toma en condiciones de una tragedia inevitable.

Por lo que existe una relación entre el sentido último y el sentido del momento. Si se siente conciencia del sentido último, uno será capaz de dar respuesta significativa a las oportunidades del momento, porque cuenta con una brújula interna que lo orienta hacia el sentido. Cuando no se tiene conciencia de lo anterior, se reacciona al sentido del momento del modo que se pueda, pero a lo largo de la vida se irá orientando hacia una plena comprensión del sentido último.

Según Fabry (2001) el sentido está en todas partes, pero se adquiere conciencia de ello solamente si se está en sintonía con él. Frankl considera que el espíritu humano es el instrumento para encontrar el sentido, por lo que tiene uno que darse cuenta de que lo posee, de lo que contiene y de la forma de utilizarlo.

3.5. La voluntad de sentido

Frankl (2003) señala que la voluntad de sentido es el esfuerzo por el mejor cumplimiento posible del sentido de la existencia. Es la voluntad de sentido lo que motiva al hombre.

Para Fabry (2001) la voluntad de sentido es la más poderosa motivación para vivir y para actuar; los humanos son seres en busca de sentido. Visualizar el sentido de su vida les permite desarrollar sus capacidades y soportar los contratiempos. El sentido no es ni un subproducto ni un medio para lograr un fin: es la meta última. Si la voluntad hacia el sentido es ignorada o reprimida, el individuo se sentirá vacío.

En muchas situaciones no siempre resulta claro decidir si el sentido estriba en luchar contra los problemas o en aceptarlos como son.

De acuerdo a Frankl (2004) no importa que no esperemos nada de la vida, sino que la vida espere algo de nosotros. Y se enfrente responsablemente a las demandas que la vida plantea.

Frankl (2003) afirma que en la medida en que el hombre ha llevado a efecto el sentido concreto de su existencia personal podrá también conseguir la plena realización de sí mismo.

Lukas (2004) menciona que donde hay voluntad de sentido, hay también un camino. No existe prácticamente nada de lo que nuestra "sonda para el bien y el mal", no pueda filtrar algo bueno, y tan pronto como aparezca algo así, podremos interrumpir la crítica y el lamento y dedicarnos a tareas vitales que nos proporcionen la verdadera libertad más allá del destino y la casualidad, ésta es la libertad del espíritu.

Por otra parte, Flores, E. (2009) señala que para la corriente existencialista el ser humano está conformado por tres partes, soma (cuerpo), psique (mente) y logos (espíritu). Habla de que logos es sentido, por lo que se considera que la dimensión del ser humano puede trascender, donde radica la voluntad y la libertad. Sólo ésta es capaz de elevarse por encima de las circunstancias, decidiendo libremente sobre las muchas situaciones y eligiendo por propia voluntad, aquella que nos permite encontrarle un sentido y actuando conforme a ella de manera responsable.

Sostiene Lukas (2004) que el individuo necesita un campo de acción personal dónde realizar claramente lo suyo y donde él, por tanto, sea irremplazable. Algo que le dé sentido a su vida, y de tal manera no caer en el aburrimiento, depresión y sin sentido.

3.6. El vacío de la existencia

Frankl (2003) explica el vacío existencial de la siguiente manera, contrariamente al animal, el hombre carece de instintos que le digan lo que tiene que hacer y, a diferencia de los hombres del pasado, el hombre actual ya no tiene tradiciones que le digan lo que debe ser. Entonces, ignorando lo que tiene que hacer e ignorando también lo que tiene que ser, parece que muchas veces ya no sabe tampoco lo que quiere en el fondo. Y entonces sólo quiere lo que los demás hacen, o bien, sólo hace lo que los otros quieren, lo que quieren de él.

Flores, E. (2009) afirma que si el sentido es aquello que buscamos, el sinsentido sería como un agujero, un hueco en la vida que se hace presente de manera repentina. En cuanto se siente, surge la necesidad de salir corriendo a llenarlo, porque al final de cuentas, es una necesidad.

Fabry (2005) cita Frankl quien sostiene que una completa satisfacción de las necesidades e instintos del hombre, lejos de conducir automáticamente a la felicidad, sólo daría como resultado un frustrante vacío interior, una sensación angustiosa de vacío.

Frankl (2003) habla de que la frustración existencial, es un sentimiento de falta de sentido de la propia existencia. Que el hombre actual no sufre por el sentimiento de que tiene menos valor que otros, sino más bien por el sentimiento de que su existencia no tiene sentido. Este hombre no conoce nada con lo que pueda llenar su vacío existencial. Cuando más desconoce el objetivo de su vida, entonces vuelve más agitado el ritmo de ésta.

La voluntad de sentido del hombre se ve frustrada a escala mundial. Un número creciente de personas están obsesionadas por un sentimiento de ausencia de sentido, que a menudo va acompañado del sentimiento de vacío. Dicho sentimiento se manifiesta por el aburrimiento y la apatía. Si el aburrimiento revela una falta de interés por el mundo, la apatía manifiesta ausencia de iniciativa para hacer algo en el mundo, para cambiar alguna cosa en el mundo.

Y considera Frankl (2003) que lo que le falta a los hombres es precisamente el compromiso, el empeñarse en algo que es digno de tal compromiso, la entrega a una tarea por la que se puedan decidir libremente.

Flores, E. (2009) menciona que se intenta llenar el vacío existencial con cosas que de manera inmediata producirán satisfacción como: el saturar la vida de placer, de lujos, de comodidad, conformándose con los acontecimientos, o llenar la vida de preocupaciones. Cualquiera que sea la forma de llenar esa sensación que produce un hueco en alguna parte del hombre, no lo logra, sino por el contrario, la sensación se hace cada vez mayor, y aquello con lo cual se intenta hacerlo desaparecer no es suficiente, por lo que se requiere de cada vez más y más; y cuando parece no existir nada que pueda alejarse de ese vacío, de alejar esa sensación, la muerte empieza a ser una opción.

Fabry (2005) considera que la solución al problema del vacío existencial no reside en someterse a una introspección rigurosa plagada de temores, o en evadirlo lanzándose a una búsqueda de diversiones (poder, riqueza o satisfacción ilusorias tales como las producidas por el alcohol o las drogas); este vacío solo puede llenarse con sentido.

Flores, E. (2009) afirma que sólo la muerte es lo que da sentido a la vida, ya que al darnos cuenta de que nuestra existencia es breve, se tiende a encontrar la manera de trascender, de dejar huella; así que, a pesar de todos los problemas con los que tenga que enfrentar, la vida vale la pena vivirla, y más aún cuando el hombre pone en práctica la fuerza de oposición del espíritu frente al destino. El sentido tal vez cambie, pero nunca faltará.

Aunque sólo existe un problema verdaderamente serio, y es juzgar si la vida vale o no la pena vivirla. Y la vida vale la pena, porque hay razones, hay muchos motivos por los cuales vivir, y esto es lo que le da sentido a la existencia humana (Flores, E., 2009).

3.7. Planeación de la vida

Maggi y Barriga (1999) consideran que para lograr el éxito personal, el ser humano debe planear las acciones que habrá de realizar; esto con el fin de que pueda alcanzar las metas que se van fijando a lo largo de la vida. Por lo que afirman que se necesitan seis pasos para realizar un programa de planeación de vida, los cuales se mencionan a continuación:

1. **Cristalizar el pensamiento.** Esto hasta llegar a punto de que la persona sepa lo que quiere, cuáles son sus metas específicas que quiere alcanzar y que está haciendo ahora en función de esas metas.
2. **Realizar planes por escrito.** Esto permite vigilar hacia dónde se va y establecer cómo llegar, estos le permiten no distraerse y darse cuenta si se dirige hacia sus metas.
3. **Fijar plazos para lograrlo.** Permite que la persona se automotive, por que las fechas límite representan un reto interno y le permiten tener una actitud positiva.
4. **Desarrollar un deseo ferviente de lograr lo que se quiere.** Ya que por medio del deseo hay mayor probabilidad de que las metas se logren.
5. **Poseer absoluta confianza en sí mismo y en sus habilidades.** Para que esto se logre es importante tener una idea nítida de las acciones que deben emprenderse y conocer el orden a seguir.
6. **Poseer una decisión inquebrantable para ajustarse a un plan.** Sin importar los obstáculos y lo que los demás digan, piensen o hagan, se debe tener la voluntad para lograr las metas.

Para Riso (2006) las personas que logran tener un sentido especial de trascendencia muestran ciertas ventajas: viven más tiempo, mejoran sustancialmente su calidad de vida, se enferman menos, afrontan las enfermedades terminales con más entereza, crean inmunidad a muchas enfermedades mentales, pierden el miedo a la muerte, y son resistentes a crear apegos de todo tipo.

Por otra parte, Lukas (2004) considera que las personas más dignas de admiración son aquellas que se entregan a un ideal de tal manera que se olvidan de sí mismas. Las personas que más éxito obtienen son aquellas que no se preocupan en absoluto por el éxito, sino que tienen ante sí un objetivo lleno de sentido en el que aplicarse.

Las personas más felices son aquellas que no derrochan un solo pensamiento en la expectativa de felicidad, sino que se entregan a la alegría del momento (Lukas, 2004).

CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA

2.1. ENFOQUE

La presente investigación se realizó con un enfoque Cualitativo de tipo descriptivo.

Este enfoque utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación (Hernández, Fernández, Baptista, 2008).

Sus características de acuerdo con Hernández y cols. (2008) son las siguientes:

- El investigador plantea un problema, sin seguir un proceso claramente definido.
- Se utiliza para descubrir y refinar preguntas de investigación.
- El investigador comienza examinando el mundo social y desarrolla una teoría coherente con lo que observa qué ocurre. Va de lo particular a lo general.
- No se prueban hipótesis, se generan durante el proceso y van refinándose conforme se recaban más datos o son un resultado del estudio.
- El enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados. Esta recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes. El investigador pregunta cuestiones generales y abiertas, recaba datos expresados a través del lenguaje escrito, verbal y no verbal, así como visual, los cuales describe y analiza y los convierte en temas.
- Utiliza técnicas para recolectar datos como la observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, discusión en grupo, evaluación de experiencias personales, registro de historias de vida, interacción e introspección con grupos o comunidades.

Hernández y cols. (2008) mencionan que el enfoque cualitativo puede definirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen el mundo visible, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos.

Es naturalista porque estudia a los objetos y seres vivos en sus contextos o ambientes naturales.

Es interpretativo pues intenta encontrar sentido a los fenómenos en términos de los significados que las personas les otorguen.

Por su parte, Vasilachis (2007) cita a Creswell (1998), este último considera que la investigación cualitativa es un proceso interpretativo de indagación basada en distintas tradiciones metodológicas; como lo son la biografía, la fenomenología, la etnografía y el estudio de casos; que examina un problema humano o social.

De la misma manera Vasilachis (2007) cita a Denzin y Lincoln (1994) quienes mencionan que la investigación cualitativa es multimetódica, naturalista e interpretativa; es decir, que los investigadores cualitativos indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido o interpretar los fenómenos en los términos al significado que las personas les otorgan.

2.2. TIPO DE ALCANCE

Descriptivo

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los aspectos importantes del fenómeno que se somete a análisis (Gómez, 2006).

Menciona Gómez (2006) que en un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide o recolecta información sobre cada una de ellas, para así describir lo más detalladamente posible, lo que se investiga.

Los estudios descriptivos se centran en recolectar datos que muestran como se manifiesta un evento, un fenómeno, hecho, contexto o situación.

El investigador debe ser capaz de definir, o al menos tener una idea concreta, antes de la recolección de datos, de qué se va a medir u observar. Asimismo, es necesario especificar quienes o qué deben estar incluidos en la medición, (quienes o cuáles son las unidades de análisis) y en qué contexto, ambiente, comunidad o equivalente habrá de describirse.

Y siguiendo con el autor, la medición puede ser más o menos profunda, aunque en cualquier caso se basa en la medición de uno o más atributos del fenómeno descrito (si es cuantitativa), o en la recolección de datos sobre éste y su contexto (si es cualitativa), o en ambos aspectos (si es mixta).

2.3. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer el sentido de vida del adulto medio ante la posible ausencia física y/o emocional del hijo universitario.

OBJETIVOS PARTICULARES

- Identificar cómo es el ambiente familiar cuando los hijos se encuentran en casa.
- Identificar cómo es la relación de pareja cuando ya se han ido los hijos.
- Analizar el actuar que tiene la pareja ante la posible ausencia de los hijos.
- Diferenciar el impacto que representa para la madre y el padre la posible ausencia de sus hijos.
- Conocer las cosas que impulsan al adulto a seguir viviendo una vez que los hijos se marchen tanto emocional como físicamente.

2.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El adulto medio pasa por una serie de situaciones que pueden llegar a ser un tanto complicadas de vivir, le ocurren cambios físicos, biológicos y psicológicos. Se encuentra en la penúltima etapa de su vida, por lo que son más frecuentes sus cuestionamientos sobre lo que hizo, está haciendo y hará en un futuro; sabe y está consciente que algunas de las cosas que no realizó en su juventud difícilmente las podrá realizar ahora.

Aunado a lo anterior, el adulto medio pasa por la etapa de la familia llamada Reencuentro o comúnmente conocida como “nido vacío” (Estrada, 2002), la cual hace referencia a la partida del o los hijos del hogar, quedando la pareja sola como al inicio de la relación. Esta situación puede tomar dos rumbos diferentes los cuales dependerán de cómo haya vivido las etapas anteriores de la familia (los hijos y adolescentes).

En la mayoría de los casos, el adulto medio no se prepara para el desprendimiento de sus hijos por lo que este acontecimiento resulta muy doloroso y difícil de sobrellevar; en cambio, si supo separar el papel de padre y pareja adecuadamente, este desprendimiento será visto como algo normal y no le generara dificultades mayores.

Por lo antes mencionado se llegó al siguiente planteamiento del problema:

- ¿Cuál es el sentido de vida en la fase del reencuentro de los padres con hijos universitarios?

2.4.1. Preguntas de investigación

- ¿Qué papel juegan los hijos en esta etapa de la vida de sus padres?
- ¿Cómo viven el desprendimiento los padres?
- ¿Se preparan para esta etapa?

- ¿Cuáles son las herramientas que necesitan los padres para llegar a asimilar la ausencia de sus hijos?
- ¿Existe un sentimiento en común entre los padres por dicho evento?
- ¿Qué impacto tiene en la relación de pareja este acontecimiento?

2.5. SUPUESTOS

El cuidado de los hijos oculta la verdadera situación que se vive en la pareja, debido a que cuando el adulto medio enfoca toda su vida al cuidado y atención de sus hijos y descuida la relación con su pareja, no logra identificarse con ésta, por lo que se ven como dos desconocidos.

Los hijos se vuelven el centro de atención de los padres, haciendo que todo gire en torno a éstos, provocando que el simple hecho de pensar en la ausencia de ellos les genere a los padres frustración al no saber qué sucederá cuando sus hijos ya no estén en el hogar.

Para los padres enfocarse de lleno a la atención de sus hijos conlleva a que desatienda los proyectos personales y de pareja.

2.6. EJES TEMÁTICOS

1. Sentido de vida

De este eje se pretende saber específicamente cual es el sentido de vida del adulto medio.

De acuerdo a Frankl (2004) el sentido de vida es único y específico por lo que no se puede definir en términos abstractos y es la persona misma, quien tiene que encontrarlo. Por lo que menciona que no se trata de buscar un sentido

abstracto a la vida, ya que a cada persona le está reservada una misión propia, algo que tiene que cumplir. Por lo que nadie más puede realizar esa misión y su vida no puede volver a repetirse, entonces la misión y la oportunidad de lograrla son únicas.

Rodriguez, M. (2005) señala que el sentido de vida es lo que le da significado y ayuda a encontrar un soporte interno a la existencia. Sin dicho soporte interno es más probable que la psique se vuelva más frágil, y por consiguiente, tenga más probabilidades de enfermar.

Andrade (2000) considera que dar sentido tiene que ver con asumir responsabilidades y por esto con la búsqueda de caminos para transformar la situación que se vive es más humana.

2. Pareja

Del tema de la pareja se desea conocer como es el tipo de relación que existe entre el padre y la madre del hijo universitario; cómo ésta se ve influenciada por los hijos; que aspectos de su relación se encuentran bien y cuáles de ellos están fallando.

Según Rodríguez, L. (2009) la pareja es un eje de la sociedad, y de acuerdo a la percepción de cada persona se determina la funcionalidad, tareas, derechos y obligaciones que se tiene dentro de la misma, así, como los objetivos. Ésta funciona cuando las dos personas conocen sus cualidades y defectos, las aceptan y trabajan en ellos, para poder ofrecer al otro lo mejor de sí mismo, además, de entender y aceptar que son diferentes y que se debe respetar la individualidad de cada uno de los integrantes de la pareja para que se tenga la disposición y propia voluntad de seguir perteneciendo a esa relación que muy probablemente será satisfactoria si se cumple con los requisitos.

Valencia y López (2000) mencionan que la pareja tiene que ver con un tipo de relación que se establece entre dos personas que buscan objetivos comunes,

se intercambian afecto, se aportan seguridad y apoyo, a la vez que viven con la esperanza de que su relación va a crecer, permaneciendo la mayoría del tiempo estable y gratificante.

3. Reencuentro

Se pretende saber si la pareja se encuentra preparada o no para el reencuentro, al cual está próximo a llegar y/o en proceso de él. Si cuenta con las herramientas para afrontar el abandono de sus hijos o si será algo difícil de vivir.

El reencuentro es una etapa del ciclo de la familia. Mc Iver en 1937, citado por Estrada (2002), popularizó el nombre de “nido vacío” a esta fase de la familia, y esto debido a que es este tiempo generalmente los hijos se han ido ya de la casa para formar sus propias familias, y esto conlleva a algunos cambios en los padres.

Rage (1997) dice que esta fase comienza con la partida del primer hijo y menciona que se desencadenan muchas transiciones de movimientos familiares y se dan nuevos procesos de crecimiento personal y de madurez para toda la familia. Se da un desarrollo en la relación de adulto a adulto, puesto que los hijos ya han o están madurando. Con la salida de los hijos de la casa, comienza un tipo nuevo de relación y se presentan algunas reestructuraciones que van desde el espacio físico en la casa hasta vivir el duelo de la separación.

4. Familia

De este eje se interesa conocer cómo es la familia de cada universitario, cómo son las relaciones de los padres con los hijos y de la pareja misma.

De acuerdo con Rodrigo y Palacios (1988), la familia se define como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho

grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia.

Minuchin y Fishman (1992) definen a la familia como un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción. Estas construyen la estructura familiar, que a su vez, rigen el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca.

2.7. PARTICIPANTES

Se llevaron a cabo dos grupos focales, en los que asistieron un total de 10 personas. En el primer grupo focal participaron 6 personas, 4 mujeres y 2 hombres. En el segundo grupo participaron 4 personas, 2 mujeres y 2 hombres. Con un promedio de edad de 50 años. De clase media, en su mayoría. Tres de las mujeres se dedican al hogar y los demás son profesionistas y se encuentran ejerciendo sus carreras. Todos ellos con hijos estudiando en ese entonces, en la Universidad Vasco de Quiroga, en la facultad de Psicología en el noveno semestre. Los dos grupos focales realizados se trabajaron como uno sólo al momento de analizar los resultados.

Para la elección de los participantes, en primer lugar se les preguntó a los alumnos sobre las edades de los padres, los que se encontraban en el rango de edad necesaria para la investigación fue entregada a los alumnos una invitación dirigida a sus padres para asistir al grupo focal.

2.8. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la obtención de los datos se utilizó la técnica de Grupo focal.

Álvarez-Gayou (2004) define al grupo focal como una técnica de investigación social que privilegia el habla, cuyo propósito radica en propiciar la interacción mediante la conversación acerca de un tema u objeto de investigación, en un tiempo determinado, y cuyo interés consiste en captar la forma de pensar, sentir y vivir de los individuos que forman el grupo.

Hernández y cols. (2008) señalan que el grupo focal consiste en reuniones de grupos pequeños o medianos, de tres a diez personas, en los cuales los participantes conversan en torno a uno varios temas en un ambiente relajado e informal, bajo la conducción de un especialista en dinámicas grupales.

De acuerdo a Álvarez-Gayou (2004) el grupo focal tiene por objetivo provocar confesiones o autoexposiciones entre los participantes, a fin de obtener de éstos, información cualitativa sobre el tema de investigación.

Hernández y cols. (2008) citan a Creswell (2005), quien sugiere que el tamaño de los grupos varían dependiendo del tema, por lo que menciona que de tres a cinco personas cuando se expresan emociones profundas o temas complejos y de seis a diez participantes si las cuestiones a tratar versan sobre asuntos más cotidianos. El formato y naturaleza de la sesión o sesiones depende del objetivo y las características de los participantes y el planteamiento del problema.

Menciona Álvarez-Gayou (2004) que el grupo focal se le considera un grupo artificial, porque o existe ni antes ni después de la sesión de conversación, sino que nace en el momento en que se inicia el diálogo.

En su estudio de esta naturaleza es posible tener un grupo con una sesión, varios grupos que participen en una sesión cada uno, un grupo que participe en dos o más sesiones o varios grupos que participen en múltiples sesiones (Hernández y cols., 2008).

Hernández y cols. (2008) señalan que se reúne a un grupo de personas y se trabaja con éste en relación con los conceptos, las experiencias, emociones,

creencias, categorías, sucesos o los temas que interesan en el planteamiento de la investigación.

Sugiere Hernández y cols. (2008) que es importante que el conductor de las sesiones esté habilitado para organizar de manera eficiente a estos grupos y lograr los resultados esperados; manejar las emociones cuando éstas surjan y obtener significados de los participantes en su propio lenguaje, además de ser capaz de alcanzar un alto nivel de profundización. Debe provocar la participación de cada persona, evitar agresiones y lograr que todos tomen su turno para expresarse.

Los pasos que se siguen para realizar las sesiones del grupo focal de acuerdo con Hernández y cols. (2008) son los siguientes:

1. Determinar un número provisional de grupos y sesiones que habrán de realizarse.
2. Definir el tipo tentativo de personas que habrán de participar en las sesiones.
3. Detectar personas del tipo elegido.
4. Se invita a esas personas a la sesión o sesiones.
5. Se organizan las sesiones. Debe efectuarse en un lugar confortable, silencioso y aislado. Los participantes deben sentirse a gusto, tranquilos, despreocupados y relajados. Planear cuidadosamente lo que se va tratar en la sesión y asegurar los detalles.
6. Se lleva a cabo cada sesión. El conductor tiene que crear un clima de confianza entre los participantes; debe ser una persona que no sea percibida como distante para los participantes de la sesión y que propicie la intervención ordenada de todos. Es importante que cada sesión se grabe en audio o video.
7. Se elabora el reporte de sesión, incluye: datos sobre los participantes, fecha y duración de la sesión, información completa del desarrollo de la sesión, actitud y comportamiento de los participantes hacia el conductor y la sesión en sí, resultados de la sesión.

Hernández y cols. (2008) menciona que se acostumbra que a los participantes se les pague o se les entregue un obsequio.

Para la aplicación de esta técnica se realizó un guión de preguntas divididas en los cuatro ejes temáticos en relación a dichos temas, el cual se aplicó al primer grupo focal; en el segundo grupo focal el guión fue modificado brevemente sin alterar el contenido al que se deseaba llegar, debido a que algunas de las preguntas fueron un tanto repetitivas.

2.9. ESCENARIO

Los dos grupos focales realizados se llevaron a cabo en instalaciones de la Universidad Vasco de Quiroga, campus Santa María, en la terraza del edificio "C". En un salón con ventanas en tres de las paredes y una sola puerta; se colocaron cinco mesas en forma de herradura y sus respectivas sillas para los participantes. Se colocó enfrente de ellos una videocámara.

Los dos grupos focales realizados se llevaron a cabo en día sábado con un horario de inicio a las 4 de la tarde, finalizando a las 6 de la tarde aproximadamente; en fechas diferentes, el primero fue el día 11 de septiembre de 2010 y el segundo se realizó el día 30 de octubre de 2010.

2.10. PROCEDIMIENTO

El procedimiento que se siguió en la presente investigación fue:

Primero se procedió a consultar bibliografía referente al tema. Para la realización de los grupos focales se solicitó la participación de padres de estudiantes de la Universidad Vasco de Quiroga; esto debido a que la mayoría de ellos se encuentran en la etapa de desarrollo del adulto medio, etapa que se tomó

para este trabajo; realizándose una invitación dirigida a ellos, la cual fuere revisada y aceptada por la dirección de la Facultad de Psicología, quien se encargó de imprimir dichas invitaciones en hojas membretadas y firmadas por el director de la Facultad de Psicología, en ese entonces el Maestro Jorge Víctor González Sandoval.

Primeramente se les preguntó a alumnos de la Facultad de Psicología sobre la edad de sus padres y la disposición para su participación en el grupo focal; una vez respondidas positivamente estas cuestiones, se les entregó a los alumnos las invitaciones con cinco días de anticipación para que éstos las entregaran a sus padres. Posteriormente un día antes de la realización del taller, se llamó por teléfono a los participantes para confirmar sus asistencias al grupo focal.

En los días de la aplicación del instrumento se contó con una videocámara en la cual se grabó el grupo focal. Posteriormente los videos fueron revisados detenidamente haciendo anotaciones de cada uno de los participantes, por ejes temáticos, obteniendo la información deseada.

Los resultados de la encuesta utilizada en el grupo focal se presentan a continuación de manera integrada.

CAPÍTULO 3. RESULTADOS

3.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO

Eje 1. Sentido de vida

Persona 1. Sexo masculino, 52 años, ocupación: Médico (área administrativa).

En este momento su vida está dirigida a sus hijos, puesto que lo que la impulsa y motiva son principalmente ellos, el ver que puedan cumplir sus proyectos significa un triunfo para ella. Por lo que se considera que su sentido de vida son sus hijos, sin dejar de lado que tiene contemplado en un futuro realizar algo más personal, un vez que sus hijos abandonen el hogar y hagan sus propias vidas; centrarse en proyecto individuales y seguir estado activa.

“No estoy haciendo nada para cumplir mis objetivos, todavía estoy en actividad, tratando de llevar el trabajo, la casa; con los proyectos de mis hijos, que están en el proceso de empleo, la realización de ellos; está cargada la batería hacia ellos, tratar de que se completen, que terminen y empiecen a desarrollarse y lo otro está ahí, como en un “stand-by”, esperando la oportunidad para un futuro cercano”.

Persona 2. Sexo femenino, 50 años, ocupación: Educadora.

Su sentido de vida en primer plano son sus hijos; que ellos puedan lograr sus proyectos, esto es algo que disfruta; otro aspecto importante es su trabajo el cual también ama y disfruta hacer. No tiene ningún proyecto en puerta, toda su vida se centra en sus hijos principalmente. “Ahora como proyecto a futuro no tengo muy bien planeado, ahora estoy trabajando y disfrutando y viendo cómo se van logrando los objetivos de los hijos”.

Persona 3. Sexo masculino, 52 años, ocupación: Profesor.

Sus hijos y su trabajo son lo principal en su vida en este momento. Tiene presente que ha desaprovechado cosas importantes, por lo que a futuro tiene contemplado realizar algunas actividades de crecimiento personal, esto una vez que sus hijos no dependan de él. "Me motiva la familia, el trabajo que tengo me satisface y me motiva mucho".

Persona 4. Sexo femenino, 51 años, ocupación: Enfermera.

Lo que le da sentido a su vida es su familia y sus proyectos personales los cuales está realizando y le llenan de felicidad.

Persona 5. Sexo femenino, 54 años, ocupación: Hogar.

El sentido de su vida es ella misma, el sentirse bien y feliz para de esta manera poder dar todo a su familia y apoyarlos. Se encuentra centrada en su persona, disfruta de actividades personales y tiene contemplado realizar proyectos personales a futuro que la llenan de felicidad; para ella es primordial el irse preparando cada día y superarse como persona, madre y esposa y ser cada día mejor.

Persona 6. Sexo femenino, 49 años, ocupación: Hogar

El principal sentido de su vida son sus hijos, a lo largo de su vida ha sacrificado cosas personales por centrarse en el cuidado de ellos; pero tiene en mente un proyecto personal que también la impulsa a seguir.

Persona 7. Sexo femenino, 52 años, ocupación: Hogar.

Se siente satisfecha consigo misma debido a que ha logrado sus objetivos personales y vivenciales. Se visualiza feliz como siempre lo ha sido pero con libertad e independencia, por lo que no se ve cuidando nietos. Su principal meta en la vida es ser feliz, no acostumbra a hacer planes sino que va viviendo la vida día a día. Tiene todas sus expectativas cubiertas, pero le gustaría ver a sus hijos felices. Lo que le impulsa en la vida es tener una buena actitud y el amor por la

vida, lo anterior le lleva a la felicidad. “Mi único proyecto y meta en la vida ha sido ser feliz”.

Persona 8. Sexo masculino, 52 años, ocupación: Supervisor escolar.

Se encuentra satisfecha con lo que ha logrado. Visualiza el futuro compartido con su pareja, debido a que no ha tenido la oportunidad de tener una vida plena por la complejidad de la vida misma, pero espera poder vivir junto a ella las cosas que no han logrado hacer, por lo que se visualiza muy feliz en su relación. También ver a sus hijos llenos de plenitud y haciendo las cosas que les gusta hacer; no le preocupa saber si ellos se casaran o tendrán hijos. Le preocupan las enfermedades pero considera que la fortaleza del matrimonio le permite sentirse saludable. En su proyectos a futuro se encuentra el seguir mejorándose en lo profesional, seguir productiva y colaborar en su trabajo.

Su objetivo en la vida es vivir con felicidad, sintiéndose a gusto con la vida. Lo que le impulsa en la vida son todas las cosas que ha logrado hacer, sus hijos, todas las personas que lo rodean, así como el amor. “Mi objetivo en la vida es la felicidad, vivir feliz, sentirme a gusto”.

Persona 9. Sexo femenino, 51 años, ocupación: Profesora.

Ha conseguido lo que se ha propuesto en la vida, solamente le falta que llegue el momento de planear bien su proyecto de vida, y esto se dará con la jubilación, que es la culminación de su vida. Le da miedo llegar a la vejez debido a que tendrá que depender de alguien más. En un futuro se visualiza en otro lugar, para disfrutar del tiempo junto a su pareja, viajar, realizar actividades diferentes a las que hacen ahora pero seguir activa; ver a sus hijos felices y plenos realizando las cosas que ellos quieran hacer, también con nietos.

En cuanto a sus proyectos a futuro es pensar en qué momento se va a jubilar, las cosas que va a realizar después, ya que no desea estar sin hacer nada debido a que es una persona muy activa. Lo que la impulsa a seguir es la actitud

positiva hacia la vida, el amar la vida, generar buena vibra con las personas que la rodean.

Persona 10. Sexo masculino, 52 años, ocupación: Arquitecto.

Considera tener una existencia satisfactoria, debido a que vive con la persona que ama, de la cual siente apoyo; se encuentra satisfecha con lo que tiene, de las metas que se ha propuesto y ha logrado. Se visualiza trabajando, con mayor productividad; en cuanto a su vida personal se visualiza con un poco de más libertad, realizar más actividades con su pareja; sus hijos independientes, tanto emocional como económicamente.

En cuanto a sus metas y proyectos, se encuentra iniciando un proyecto en el cual espera dedicarse a la investigación y desarrollarse profesionalmente en la docencia, desea contribuir a la sociedad; en cuanto a lo personal desea consolidar la buena relación de pareja, con su familia y sus hijos.

Lo que le impulsa en la vida a seguir es él mismo, es importante todo lo que le rodea, sus hijos, su trabajo, amistades, pero ella considera que todo es reflejo de lo que hace uno mismo. “Lo que me impulsa soy yo mismo, no se puede esperar a que alguien te impulse a vivir, a ser feliz, a motivarte”.

Análisis del Eje 1. Sentido de vida

La mayoría de las personas consideran que sus hijos son el sentido de sus vidas, el verlos prepararse tanto profesional como personalmente es la principal razón por el que vivir de estas personas, por lo que se encuentran conscientes de que han sacrificado cosas personales por el cuidado y atención que han puesto en sus hijos, y asumen que sus proyectos personales se encuentran postergados, aunque esperan en un futuro, una vez que sus hijos sean independientes, poder llevar a cabo sus proyectos personales.

Otras personas consideran que ellos mismos son el sentido de sus vida, el estar bien primero ellos mismos para de este modo estarlo con las personas que se encuentran a su alrededor. “Todos debemos tener una actitud positiva hacia la vida”.

Los logros personales que han realizado algunos de ellos o esperan realizar en un futuro cercano también les impulsan a seguir generando cosas positivas en sus vidas.

Eje 2. Pareja

Persona 1.

Con respecto a su pareja, se encuentra bien con ella, se siente orgullosa de las cosas que ha logrado en la actualidad, y espera que ella pronto culmine sus proyectos.

Persona 2.

Admira a su pareja como padre. La relación con su pareja cuando sus hijos eran pequeños se descuido y solo estaban centrados en los niños; a partir de que su esposo se enfermó la relación ha cambiado, ahora están más unidos, más cercanos. Espera seguir junto a él y acercarse más como pareja para seguir adelante ya sin sus hijos. “Espero que sigamos juntos, echarle ganas, seguir apoyando a los hijos, acercándonos un poquito más; me veo a futuro como empezamos”.

Persona 3.

Ve a su pareja comprometida con su trabajo. Considera que en la actualidad se han acercado más, han retomado cosas que habían descuidado y hay mayor comunicación. Espera seguir junto a ella y que la relación de pareja crezca y puedan disfrutarse.

Persona 4.

Siente el apoyo y la ayuda de su esposo con respecto a los proyectos que ella emprende, considera que en la actualidad han podido acercarse más como pareja debido a que sus hijos ya son mayores y ellos tienen sus propias responsabilidades. Se siente orgullosa de él y espera que su relación sea más unida. “Seguir cultivándonos los dos (con su pareja), ya no hacer planes con ellas (sus hijas) porque ellas tienen que seguir, como los pajaritos tienen que volar; ya las apoyamos, ya es responsabilidad de ellas, y ya centrarnos en nosotros”.

Persona 5.

Como padre considera a su esposo excelente; pero debido a la pérdida que sufrieron de uno de sus hijos él se derrumbó y aun sigue sin poder superarlo; esto es para ella muy difícil y a pesar de que ella lo apoya y está junto a él, él no pone nada de su parte para que la relación de pareja sea mejor ya que se deprime constantemente. Ella trata de pasar más tiempo junto a él, busca convivir y trata de que él se sienta mejor. “Sí vamos juntos al mercado, ya cuando él llega del trabajo trato de estar con él”.

Persona 6.

Se siente orgullosa de su esposo, lo ve como un excelente padre y buen esposo, dedicado a su familia. Considera que como pareja no se conocen mucho debido a que han estado centrados en el cuidado y desarrollo de sus hijos, pero espera que se reen cuentren, disfruten de su relación y puedan retomar cosas que han dejado de hacer. “No dedicamos mucho tiempo como pareja, le dedicamos mucho tiempo a estar juntos, a ir al súper, a estar los fines de semana juntos, pero juntos es con familia, entonces juntos como pareja, no le dedicamos mucho tiempo; porque él está enrolado en su trabajo, yo el mío y cuando llega a la casa estamos enrolados en el trabajo de los hijos, y solo estamos juntos toda la noche, cuando dormimos”.

Persona 7.

Admira a su esposo y considera que es todo para ella, es su vida y lo ama; desea estar con él hasta el último momento. A lo largo de su matrimonio ha habido cambios tanto buenos como malos, pero los ha sabido sacar con inteligencia y amor, y considera que por esto sigue junto a su esposo. Menciona que han tenido situaciones difíciles como lo son las económicas y situaciones morales pero han salido adelante. “Para mí, él es todo, y yo lo admiro a 30 años que tenemos de casados lo sigo admirando, para mí es mi vida, me veo hasta el último momento con él, para mí es todo”.

Persona 8.

Considera a su pareja indispensable en su vida y la admira mucho; los años que llevan juntos considera que no los ha sentido pasar. Aunque si han tenido crisis matrimoniales que ella cree son normales, han sabido salir adelante apoyados de profesionistas. Espera que ella siga siendo como siempre lo ha sido, y la relación siga igual. “Yo no siento el tiempo de vivir con ella, mi esposa es muy indispensable”.

Persona 9.

Considera a su pareja como la parte importante y fundamental en su vida, no podría estar sin él. Lo ve como buen esposo, buen padre, compañero de trabajo y amigo. En su relación de pareja ha habido cambios pero han sabido adaptarse y compaginar con amor y comprensión. Espera que su esposo siga siendo como es hasta ahora.

Persona 10.

Ve a su pareja como su otro yo, su otra parte, ya no se concibe sin ella, es de quien recibe amor, es su apoyo y fortaleza, quien en cualquier circunstancia estará con ella, es lo más importante en su vida por encima de todo. Las expectativas que tiene de su esposa son que no cambie y que siga siendo como

hasta ahora ha sido con todo lo bueno y malo. “Para mí es mi otro yo, mi otra parte, a estas alturas ya no me concibo sin mi pareja”.

Análisis del Eje 2. Pareja

En general se tiene una buena imagen de la pareja, principalmente como figura paterna o materna respectivamente; se sienten orgullosas, las admiran y sienten el apoyo de parte de ellas. Los participantes mencionaron: “Me siento orgullosa de mi esposo, y le doy gracias a Dios porque, creo lo tenía reservado para mí, es un excelente padre y esposo”.

En algunas de las personas la pareja es lo más importante en sus vidas, es lo primordial, la razón de sus vidas. Se comentó: “Es la otra parte importante, es una parte fundamental en mi vida. La pareja que por 30 años ha estado conmigo, no podría estar sin él”.

Se observa también que en otras de las personas hubo un distanciamiento en el pasado con respecto a la relación con su pareja, que aún se encuentra presente; esto debido al cuidado exclusivo que tuvieron hacia sus hijos cuando estos aún eran pequeños; por otra parte ellos refieren que en la actualidad han tenido mayor oportunidad de acercamiento con sus parejas, aunque no del todo debido que sus hijos siguen siendo sus principales objetivos.

Las personas que han tenido distanciamiento con su pareja refieren que esperan que en un futuro puedan estar más unidos y puedan aprovechar todo lo que no han podido hacer juntos. Mencionaron: “Yo visualizo la vida compartida, hasta ahora no nos hemos dado la oportunidad con mi esposa de poder tener una vida plena por la complejidad de las situaciones que nos marca la vida cuando una persona esta activa, nos vamos a dar la oportunidad de vivir momentos que posiblemente no llegamos a vivir, a disfrutar, a gozar, me visualizo una persona feliz con mi esposa”.

Eje 3. Reencuentro

Persona 1.

A pesar de que sus hijos aun no salen de casa, el hecho de pensar en la partida de ellos le da miedo y le genera tristeza. La comunicación con su pareja se centra en sus hijos y lo íntimo pasa a segundo término; realizan actividades juntos como pareja pero éstas van en función al hogar y no como pareja íntima. Ella espera que una vez que sus hijos abandonen el hogar pueda reencontrarse con su pareja y revivan cosas que hacían al inicio de su relación.

Persona 2.

La relación y la comunicación con su pareja se centran en la familia y no dedican mucho tiempo a la relación de pareja. Ha sufrido la ausencia de uno de sus hijos por un tiempo prolongado y menciona que esta fue difícil. Espera dedicar más tiempo a su pareja cuando sus hijos se vayan de casa. “Es difícil cuando un hijo está fuera”

Persona 3.

No dedican mucho tiempo a la relación de pareja, este se enfoca a la familia. La comunicación que tiene con su esposa va en función a sus hijos y la familia en general y las actividades que realizan en el día. A partir de la ausencia de uno de sus hijos por un tiempo prolongado, le permitió irse preparando para el reencuentro con su esposa una vez que sus hijos se vayan; cuando esto suceda espera disfrutar más tiempo con su pareja. “En cuanto a la cuestión del reencuentro, creo que por las circunstancias que se nos han dado, vamos preparados para eso”.

Persona 4.

Busca estar más tiempo con su pareja ya que el mayor tiempo lo dedican a sus hijos. En cuanto a la comunicación considera que no es del todo buena por lo que debe mejorarla. Se ha dado cuenta que sus hijos se han ido alejando poco a

poco y esto representa para ella una pérdida muy difícil. A pesar de que no ha pensado lo que sucederá cuando sus hijos abandonen el hogar, desea realizar más cosas con a su pareja y pasar mayor tiempo juntos. “Es una pérdida para nosotros, irlos viendo crecer y sabemos que se van a ir, que se tienen que ir algún día”.

Persona 5.

Realiza con su pareja las actividades más comunes, pero la comunicación se encuentra deteriorada, a pesar de esto ella busca estar con él. Cuando sus hijos abandonen el hogar considera que será difícil; una vez que esto suceda ella tiene ilusiones y planes junto a su pareja a pesar de que él no los tiene ni los desea. “La ausencia es dura”, “Sí va ser duro cuando se vaya”.

Persona 6.

No dedican mucho tiempo a la relación de pareja, el mayor tiempo es dedicado a los hijos y la familia; la comunicación va dirigida en mayor cantidad a la familia y no su intimidad como pareja. Considera que cuando se tiene más de un hijo y el primero abandona el hogar no es tan difícil ya que los demás sigue en casa pero no sabe como reaccionara cuando sus demás hijos se vayan, ya que es algo muy difícil para ella y desconoce cómo será el reencuentro con su esposo; a pesar de esto ella espera realizar más actividades junto a su pareja y que puedan reconocerse y reencontrarse. “Y después de que tú (hace referencia a su hija) te vayas que voy a hacer; es difícil”, “Ahora que termine su carrera no sé que voy a hacer”.

Persona 7.

Considera que no es cuestión de tiempo el dedicarle a la relación de pareja sino son los momentos cotidianos que pasan a diario, por lo que no dedican un tiempo a estar juntos; cuando su pareja está en casa busca estar junto a ella aunque cada quien esté haciendo sus actividades. En cuanto a la comunicación

considera que siempre ha habido mucha comunicación, por ello no han tenido problema.

Para ella la ausencia de sus hijos no le genera ningún problema, menciona que es la ley de la vida, ya que ellos tienen que hacer sus propias vidas; le da felicidad que sus hijos se vayan y sean felices por lo que no sufre por ello ni le afecta, ya que han trabajado esa parte de la relación, debido a que no se han limitado por sus hijos para tener que disfrutar de la relación de pareja, ya que siempre han dedicado un tiempo para estar con sus hijos pero también para la pareja; ha enseñado a sus hijos a ser independientes y que no necesiten de ella. Menciona que el síndrome del nido vacío no le va a llegar nunca.

“Ellos tienen que irse, hacer su vida y nosotros debemos estar felices”.
“Nosotros si hemos trabajado esa parte de pareja, nunca nos hemos limitado; siempre hemos dedicado un tiempo para nuestros hijos y después para nosotros”.
“Nunca hemos descuidado esa parte de nuestra vida como pareja”.

Persona 8.

En cuanto al tiempo que dedican a la relación de pareja menciona que no es mucho debido a que el trabajo no se lo permite, pero para ella es más importante la calidad y la optimización de este. Menciona que cuando esta con su pareja disfruta del tiempo juntos. La comunicación la considera plena y sincera. En cuanto a la ausencia de sus hijos menciona que es difícil en qué momento ellos tienen que separarse pero finalmente son ellos quienes lo deciden.

Persona 9.

Menciona que cuando tienen la oportunidad de estar junto a su esposo busca la manera de que así sea, por lo que pasan ese tiempo siempre juntos. La comunicación la considera buena, nunca han dejado de platicar sobre lo que sienten, lo que piensan, las necesidades que tienen, y menciona que esta ha sido la forma en que la vida familiar sigue. Cree que es la ley de la vida que sus hijos abandonen el hogar, se ha preparado junto a su pareja para este momento, ya

que menciona que sus hijos tienen que ser independientes a demás de que ella y su esposo ya necesitan tiempo juntos. “Es la ley de la vida, ellos tienen que volar con sus propias alas y tienen que dejarnos, nosotros lo hicimos con nuestros padres”. “Nos hemos preparado para eso”.

Persona 10.

Trata de aprovechar las oportunidades que tiene para estar junto a su pareja a pesar del trabajo que no le permite mucho; menciona que no se trata de dedicar tiempo a la relación sino de aprovechar el tiempo juntos, la convivencia diaria. Comenta que la comunicación con su pareja es fácil, que se da no solamente a nivel verbal, sino que también son las actitudes que se demuestran. En cuanto a la separación de sus hijos, menciona que los hijos son prestados, que deben cumplir una obligación con ellos pero que está consciente de que ellos finalmente se van, espera que sus hijos sean autosuficientes, y no le genera sufrimiento el hecho de que ellos se vayan de casa. “Mi mayor felicidad sería saber o tener la certeza que son autosuficientes (refiriéndose a sus hijos), no solo física sino emocionalmente”.

Análisis del Eje 3. Reencuentro

El hecho de pensar en la partida de sus hijos a la mayoría de las personas le genera miedo y tristeza y consideran que será un proceso difícil. Aunque los que se han preparado para dicho evento, no consideran lo mismo y asumen que es un proceso que tiene que suceder.

Se observa en 4 de las personas que la comunicación con sus parejas se centra en sus hijos y no en la relación de la pareja, es decir, la mayoría de las conversaciones giran en torno a problemáticas de los hijos y no en la comunicación íntima; en otras dos personas la comunicación íntima se encuentra un tanto descuidada, esto debido a que no suelen hablar frecuentemente y en las otras cuatro personas existe buena comunicación, es decir, que la comunicación

es constante, plena, sincera y abierta. “Podemos estar juntos pero sin toda la comunicación, porque estamos centrados en otras cosas, lo íntimo poco como pareja, a veces se deja como secundario y a veces se va perdiendo y deja de haber esa comunicación”. “La comunicación gira en torno a lo que nos paso en el día pero no de una manera privada él y yo, sino en torno a la familia”.

En cuanto a la convivencia, ésta sigue centrándose en sus hijos, debido a que realizan más actividades en familia y no en pareja; se observa también en otras personas que la convención se encuentra centrada más en lo cotidiano, como lo son, la hora de la comida, realizar compras, la hora de dormir, entre otros y no dedican tiempo específico a la relación íntima. Mencionaron: “Como pareja no tenemos mucho tiempo para estar como pareja, si salimos en ocasiones por ahí a algún lado, salimos a algún mandado; a este tipo de actividades si asistimos juntos (al grupo focal) pero una relación como pareja cotidiana generalmente es con toda la familia, no hay mucha relación como pareja”. “No es dejarle el tiempo que sobra, pero en mi caso es todo el tiempo, después del trabajo, las actividades tratamos de hacerlas juntos, vamos al super juntos, vamos a todos lados juntos; siempre que hay oportunidad estamos juntos”.

Eje 4. Familia

Persona 1.

Se siente orgullosa de su familia y los logros que ha tenido en ella. Para ella es importante que sus hijos se estén realizando en lo personal y profesional y espera que ellos puedan tener una buena familia y sigan unidos. “Me siento orgulloso de lo que hemos logrado, se han realizado como profesionales jóvenes todavía (sus hijas), siento que a través de ellas uno se va realizando también.

Persona 2.

Se encuentra orgullosa de su familia; el ver que sus hijos están logrando sus proyectos le da un equilibrio emocional. Espera que sus hijos se sigan

apoyando entre ellos, que no se pierda la unidad familiar; espera verlos realizados personal y profesionalmente. Comentaron: “Que no se pierda esa unidad familiar. Verlos realizados como profesionistas”.

Persona 3.

Se siente satisfecha y contenta con lo que ha logrado con sus hijos. Espera que siga siendo una familia unida y que aunque sus hijos abandonen el hogar esta unión no se pierda.

Persona 4.

Se encuentra contenta con lo que la logrado hasta ahora. Desea ver a sus hijos realizados. Espera que su familia siga unida. “Me siento contenta con lo que hemos logrado hasta ahora con la familia que tenemos, todavía nos faltan muchas cosas, quiero verlas realzadas a ellas (sus hijas) y que tengan un buen trabajo, que tenga cómo mantenerse ellas”.

Persona 5.

Se siente contenta con los proyectos que sus hijos están realizando. Espera que estén unidos, se apoyan y cada día sean mejores. “Le pido a dios que siempre estemos unidos y tratar de cada día ser mejor y apoyarnos en todo lo que se pueda”.

Persona 6.

A pesar de que desconoce que pasara más adelante y que hará; el saber que sus hijos estarán bien, ella se siente feliz. Espera que sus hijos sean exitosos y que sus trabajos den fruto. Desea que su familia siga unida y que sus hijos entre ellos también lo sean.

Persona 7.

Se siente muy tranquila con su familia, debido a que sus hijos han tomado sus propias decisiones, y aunque esté o no de acuerdo ella con estas decisiones

los ha apoyado si es lo que los hace feliz. Han tenido malos momentos, pero se encuentra tranquila y contenta con lo ha hecho porque considera que ha educado a sus hijos responsablemente.

Persona 8.

Le da gusto tener lo que tiene y se siente muy feliz, disfrutar con su familia; se encuentra satisfecha con lo que ha logrado en su familia. El poder darles a sus hijos un poco más de lo que le dieron sus padres y que sus hijos puedan mejorar su calidad de vida tanto en lo económico como lo emocional.

Persona 9.

Menciona que ha tratado de darles lo mejor a sus hijos como padres, ha tratado de ser buena madre y buena esposa, menciona que ha tratado de hacer las cosas lo mejor posible. Se visualiza junto a su esposo, disfrutándose y realizando alguna actividad juntos; sus hijos realizados en sus trabajos y felices, y teniendo comunicación aunque se encuentren lejos. “Me siento satisfecha, pues creo que hemos tratado de dar lo mejor como padres, he tratado de ser buena madre, buena esposa, creo que hemos tratado de hacer las cosas lo mejor posible”.

Persona 10.

Se encuentra satisfecho con la labor de padre que ha hecho, menciona que no ha sido fácil, debido a que los hijos toman sus propias decisiones. Pero se encuentra satisfecho y a gusto con lo que tiene con su familia.

Análisis del Eje 4. Familia

En general la mayoría de las personas se encuentran orgullosas, satisfechas, contentas y felices con la familia que tienen, así como las cosas que han logrado en ellas. Comentan: “Me siento muy satisfecho con lo poco o mucho que tengamos”.

La mayoría de las personas espera que sus hijos puedan concluir sus proyectos, se realicen en lo profesional como en lo personal y sean felices. Dicen: “Que mis hijos sean unas personas exitosas que les den fruto su esfuerzo, trabajo, su carrera, lo que han hecho ellos y que seamos una familia unidad”.

Se observa también que 6 de las personas esperan que aunque los hijos abandonen el hogar no se pierda la unidad familiar. “Veo a mis hijos realizados en su trabajo, siempre en comunicación”.

3.2. ANÁLISIS GENERAL

Los participantes externan que sus hijos son el principal sentido de sus vidas, apoyarlos con el fin de verlos realizados tanto profesional como personalmente; debido a lo anterior se observa que mantienen detenidos sus proyectos personales, sin dejar de contemplar que en un futuro los llevarán a cabo. Lo anterior también impulsa a los participantes a seguir generando cosas positivas en la vida y a sentirse productivos.

Algunas frases obtenidas de la aplicación del instrumento de medición se rescatan a continuación:

“Al igual que la mayoría, yo creo que los objetivos principales son la familia, es lo que nos mueve, lo que nos lleva hacia delante, el tratar de que logren los objetivos que se han planteado cada uno de ellos –hace referencia a sus hijos--, y nuestro objetivo principal son ellos y en medida que lo van logrando nos vamos retroalimentando”.

“Yo visualizo la vida compartida; hasta ahora no nos hemos dado la oportunidad con mi esposa de poder tener una vida plena por la complejidad de las situaciones que nos marca cuando una persona esta activa; nos vamos a dar la oportunidad de vivir momentos que posiblemente no llegamos a vivir, a disfrutar o gozar”.

“Siempre he admirado mucho a mi esposo como papá; como pareja siento que hubo un tiempo en que nos distanciamos, en que fuimos mamá y papá; un buen rato de estar viendo a los chicos crecer, la escuela, tareas, trabajos”.

“Como pareja no tenemos mucho tiempo para estar juntos, sí salimos en ocasiones; es una relación como pareja cotidiana, generalmente la relación es con toda la familia”.

“La comunicación como pareja va en función a la familia, pláticas de los muchachos”.

La pareja es vista con orgullo y admiración, principalmente como figura paterna o materna. Se determina que los hijos, principalmente en la etapa de la niñez, dan pauta a que se produzca un distanciamiento en la relación de la pareja, esto debido a que enfocan su atención y cuidado a ellos principalmente, desatendiéndose como pareja; lo que da pie en la actualidad a que la convivencia en pareja este centrada principalmente en los hijos y en cosas cotidianas relacionadas a la familia, así como la comunicación se centra también en los hijos, provocando que no dediquen tiempo específico a la relación íntima.

El hablar del abandono de los hijos del hogar produce en los participantes miedo y tristeza y consideran que será un proceso difícil de llevar. A diferencia de lo anterior se muestra claramente que los participantes que mencionan que se han preparado para esto, asumen dicho proceso con tranquilidad. Pero la expectativa que tienen todos los participantes en común es que el “reencuentro será positivo”, debido a que consideran que una vez que sus hijos abandonen el hogar podrán tener mayor tiempo y dedicación a la relación de pareja.

“Es difícil cuando los hijos están fuera”.

“Cuando uno empieza a ver que los hijos son independientes, que crecen, empieza a dar miedo”.

“Yo he intentado ser respetuoso en las decisiones de mis hijos; a veces es difícil en qué momento los hijos tienen que separarse”.

“Espero volverme a reencontrar con mi pareja, empezar a hacer cosas que satisfagan en común, como cuando éramos novios”.

“Me gustaría tener salud y que pudiéramos viajar, hacer muchas cosas juntos, ya solitos”.

Los participantes se encuentran satisfechos con las familias que tienen, esperan que sus hijos cumplan sus proyectos y tienen la expectativa de que ellos sigan unidos a la familia.

“Estoy muy contenta y tranquila con lo hemos hecho, porque creo que hemos educado hijos responsables”.

“Veo a mis hijos realizados en sus trabajos y teniendo comunicación aunque estén lejos”.

“Yo espero que siga siendo una familia unida, obviamente tendrán que salir los muchachos pero no por eso se va a perder esa unión”.

CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES

La presente investigación está enfocada al adulto medio, el cual oscila entre los 40 y 65 años de edad, y está específicamente enfocada al sentido de vida que éste tiene durante su paso por esta etapa de la vida.

Cuando se tienen hijos, éstos juegan un papel muy importante en la vida del adulto medio; por lo que, se encuentran los padres que se han dedicado de lleno a sus hijos, el verlos crecer y formarse; y están los padres que si bien, se han dedicado a cuidar de ellos, no han descuidado su relación de pareja y además se han preparado para el desprendimiento de sus hijos, es decir, han separado correctamente el papel de padres y esposos. Sin embargo, los padres no preparados, llegan a descuidar la relación íntima con la pareja, la comunicación y la convivencia entre ambos y resulta entonces que el abandono de sus hijos del hogar se torna difícil.

OBJETIVO GENERAL

Conocer el sentido de vida del adulto medio ante la posible ausencia física y/o emocional del hijo universitario. De acuerdo a lo que se encontró, la llegada de esta etapa el adulto comienza a hacer una valoración de su vida, de las cosas que ha logrado, de las que no y de las que le falta por lograr; generalmente en este momento alguno de los hijos se encuentran estudiando una carrera universitaria y son ellos precisamente los que dan sentido a la vida de sus padres; ya que el ver a sus hijos crecer, desarrollarse, prepararse y lograr sus objetivos, genera en el adulto la sensación de satisfacción y logro personal; es por ellos que se encuentran luchando en este momento, para verlos algún día siendo exitosos. Por lo que se cumplió el objetivo.

OBJETIVOS PARTICULARES

En cuanto a los objetivos particulares planteados en este trabajo se encuentran:

Identificar cómo es el ambiente familiar cuando los hijos se encuentran en casa. En los padres que no se prepararon para el evento mencionado anteriormente, las relaciones, la comunicación y la convivencia giran en torno a los hijos, y la intimidad de la pareja es muy escasa. Además de esto, el trabajo de los dos o uno de ellos contribuye a que haya menor tiempo para la pareja.

Identificar cómo es la relación de pareja cuando ya se han ido los hijos. Este objetivo no se cumplió debido a que la población utilizada para esta investigación aún no experimenta el abandono de sus hijos.

Sin embargo, debido a que en etapas anteriores los padres tuvieron toda su atención en criar a los hijos, la relación de pareja pasa a un segundo término y esto puede hacer que el reencuentro sea una etapa difícil (Estrada, 2002).

Analizar el actuar que tiene la pareja ante la posible ausencia de los hijos. De acuerdo a lo que se encontró. El adulto ignora cómo será su vida y la relación con su pareja una vez que sus hijos abandonen el hogar, esto en los padres no preparados; pero esperan poder reencontrarse con sus parejas, tener mayor libertad, hacer cosas juntos que no pudieron hacer antes y con menores preocupaciones. Los padres sí preparados, tiene la certeza de que serán libres y estarán junto a su pareja como siempre lo han estado, es decir, que no cambiara nada en la relación.

Diferenciar el impacto que representa para la madre y el padre la posible ausencia de los hijos. No se presenta una diferencia en cuanto al sentimiento que genera la posible ausencia del hijo entre la madre y el padre, los dos sienten lo mismo ante el posible desprendimiento de sus hijos.

Sin embargo, Eguiluz (2004) considera que la crisis de la salida de los hijos del hogar familiar es más difícil para la mujer, sobre todo si ha hecho del cuidado de los hijos la tarea más importante y el sentido de su vida, a diferencia de las que trabajan, quienes las recienten menos.

Y finalmente, **conocer las cosas que impulsan al adulto a seguir viviendo una vez que los hijos se han marchado tanto emocional como físicamente.** Las personas comentaron que los proyectos personales, seguir ejerciendo la profesión, realizar las cosas que no han podido hacer con su pareja, crean en el adulto esa sensación de que aún le faltan cosas que hacer en su vida, es lo que sigue después de que sus hijos se vayan de casa, lo que da o dará sentido a sus vidas.

Cuando los padres se han preparado para el desprendimiento de sus hijos, es decir, están conscientes de que algún día ellos tendrán que salir de casa para hacer sus propias vidas; y aunado a esto, enriquecen su relación de pareja constantemente, sin descuidarla, dedicando tiempo a ella, el tema de la partida de los hijos no les genera ningún sentimiento desagradable, al contrario, lo ven como algo bueno.

Los padres que han dedicado su vida al cuidado de sus hijos, y no se prepararon para su partida, el simple hecho de pensar en esta situación les provocan sentimientos de miedo y tristeza considerando que será una situación difícil de afrontar.

La pareja que se enfocó en sus hijos de lleno, descuida todos los aspectos de la intimidad con su pareja, debido a que, la comunicación gira en torno en gran parte, sino es que en todo, a sus hijos, olvidándose de sus necesidades como pareja; conviven siempre en familia, y pocas veces lo hacen sólo en pareja; llevan más a cabo el papel de padres que el de esposos.

Sin la presencia de los hijos algunas parejas han de retomar su relación conyugal, para muchas otras ya que no cuentan con el ímpetu de la juventud, dar vida nuevamente a esa relación constituye una tarea sumamente ardua, sobre

todo para quienes han descuidado su propia persona, que han dejado de mirarse y atenderse durante muchos años por estar dedicados a atender y cuidar a los hijos (Eguiluz, 2004).

Los padres que se enfocan en el cuidado de sus hijos van postergando sus proyectos personales, dejándolos aún lado, debido a que sus hijos resultan ser su mayor prioridad y el trabajo el sustento de su familia. Consideran que una vez que sus hijos salgan de casa y se encuentren más libres tanto económica como emocionalmente podrán entonces llevar a cabo esos proyectos que desean realizar y que ahora no puede hacer.

La fase del reencuentro del ciclo vital de la familia el cual se caracteriza por la partida de los hijos del hogar y la pareja se encuentra nuevamente sola como al inicio de la relación, fue la etapa que se tomó para realizar la presente investigación; pero debido a que los participantes aun no experimentan esta proceso no se logró constatar lo que los diferentes autores mencionan que ocurre en este etapa; sin embargo, se logró tener una visión de lo que ellos consideran va a suceder en el reencuentro con sus parejas.

CAPÍTULO 5. DISCUSIONES

El primer supuesto planteado para esta tesis es que el cuidado de los hijos oculta la verdadera situación que se vive en la pareja, debido a que cuando el adulto medio enfoca toda su vida al cuidado y atención de sus hijos y descuida la relación con su pareja, no logra identificarse con ésta, por lo que se ven como dos desconocidos. Esto no es del todo comprobable, debido a que, si bien, los resultados nos mencionan que la relación de pareja se centra en los hijos y no en la relación íntima del matrimonio, lo que lleva a que el matrimonio se desatienda, la comunicación íntima no se presente y ésta se encuentra enfocada a los hijos; las parejas consideran que logran identificarse y no se ven en lo absoluto como desconocidos.

Estrada (2002) menciona que cuando los hijos ya se han ido, en la fase del reencuentro, la pareja no tiene otra alternativa más que enfrentarse nuevamente a uno mismo y con el compañero. Primeramente los padres están por llegar a los 50 años de edad o más. Cuando las etapas anteriores han funcionado satisfactoriamente, no existirán problemas al aceptar los cambios físicos que van deteriorándolos, asimismo, como pareja que son, podrán enfrentar los cambios familiares y sociales que se les presentan. Tienen que aceptar a las personas que ahora son familia de sus hijos, aceptar el rol de abuelos, la muerte de generaciones anteriores, así como la llegada de la jubilación. Asimismo reaparecen los problemas de antes y que no fueron resueltos y que van dejándose por atender a los hijos.

Sin embargo, Rage (1997) sugiere que cuando se ha vivido las etapas anteriores y ésta de manera positiva y con motivo de crecimiento y desarrollo, puede ser que la relación de pareja se encuentre fortalecida y se viva mayor satisfacción que en cualquier otra etapa.

Eguiluz (2004) afirma que si bien, sin la presencia de los hijos algunas parejas han de retomar su relación conyugal, para muchas otras, ya que no

cuentan con ímpetu de la juventud, dar vida nuevamente a esa relación constituye una tarea sumamente ardua, sobre todo para quienes han descuidado su propia persona, que han dejado de mirarse y atenderse durante muchos años por estar dedicados a atender y cuidar a los hijos.

Señala Flores, A. (2008) que el diálogo es la llave maestra para renovar y actualizar el vínculo amoroso, la armonía sexual y para procesar los cambios que ocurren dentro y fuera de cada uno de los cónyuges.

El supuesto posterior habla acerca de que los hijos se vuelven el centro de atención de los padres, haciendo que todo gire en torno a ellos, provocando que el simple hecho de pensar en la ausencia les genere frustración al no saber qué sucederá cuando estos ya no estén en el hogar. Los resultados obtenidos nos arrojan que para los padres, el pensar en el abandono de sus hijos del hogar les genera miedo y tristeza considerándolo como un proceso difícil llevar a cabo; esto cuando los padres no han sabido separar el papel de esposos y padres. Aunque se obtuvo también que consideran que el reencuentro será algo bueno para ellos ya que les dará la oportunidad de estar juntos de nuevo.

Rage (1997) señala que la calidad y la duración del matrimonio van a propiciar que el abandono de los hijos del hogar sea vivido sanamente o se presente una crisis. Esta situación se torna difícil cuando los padres se enfocan de lleno al cuidado de sus hijos y cuando dejaron de lado problemas sin resolver por darle mayor importancia a la atención y el cuidado de los hijos.

Por otra parte, Eguiluz (2004) menciona que la evolución familiar alcanza un punto clave en el momento en que los hijos logran ser autónomos e independientes. Debido a que están menos tiempo en casa ya que amplían su mundo social; además, participan cada vez menos en las actividades familiares. Los padres se van acostumbrando a esta situación y, al final, asumen las repercusiones del desprendimiento de los hijos.

El tercer supuesto se refiere a que, para los padres enfocarse de lleno a la atención de sus hijos conlleva a que desatiendan los proyectos personales y de

pareja. Éste supuesto se confirma ya que los resultados arrojaron que siendo los hijos el sentido de vida principal de los padres, éstos hacen a un lado sus proyectos personales y además se descuida la relación de pareja.

Silvestre (1996), citado por Cornachione (2006) habla que los conflictos maritales cambian con los años, de los 40 a los 50 tiene que ver con la relación y crianza de los hijos, mientras que en los 50 los problemas tienen que ver con la comunicación en la pareja y la distribución de tiempo y de actividades de ocio.

Por otra parte, Estrada (2002) señala que en la etapa de la adultez media pueden ocurrir problemas económicos debido a que un hijo iniciará una carrera, un oficio u otra familia. Es importante que se independicen de los hijos y nietos para que puedan formar nuevamente una pareja.

De acuerdo a los resultados obtenidos se observa que en la mayoría de los adultos en esta etapa de sus vidas, sus hijos son los que los impulsan a seguir generando cosas positivas en la vida, es decir, lo que da sentido a ella; consideran que el verlos lograr sus proyectos y volverse independientes es un logro personal y los llena de satisfacción.

Lo anterior es confirmado por los autores que hablan de dicho tema; señala Fabry (2005) que el sentido se origina en compromisos que trascienden los intereses propios. Tiene su fundamento en una trascendencia del yo en busca de causas que servir, o personas a quienes amar.

De Barbieri (2007) considera que el desafío está en aceptar a la nueva generación como responsabilidad propia y asegurarle la confianza basada en la primera fase del desarrollo, la confianza en que la vida tiene sentido.

Se observa que el pensamiento en común que tienen los padres cuando sus hijos sean independientes y salgan de casa para formar sus propias vidas, es que ellos podrán ser más libres tanto económica como emocionalmente.

Rage (1997) cita a Schram (1989), éste último habla de la conflictiva de esta etapa y menciona que es donde se supone que hay mayor libertad para la

pareja; es la oportunidad de que los dos puedan realizar juntos actividades que antes eran imposibles de realizar, tales como viajes, cambiarse de casa, tomar juntos clases, reanudar amistades viejas, entre otros.

La mayoría de los padres asumen que en la actualidad la relación de pareja se encuentra un tanto descuidada, esto debido a que siguen centrados en seguir apoyando a sus hijos; pero consideran también que una vez que los hijos salgan de casa ellos podrán reencontrarse y podrán realizar las cosas que hacían como al inicio de la relación, esto sin mayores dificultades.

Sin embargo, considera Estrada (2002) que debido a que en etapas anteriores los padres tuvieron toda su atención en criar a los hijos, la relación de pareja pasa a un segundo término y esto puede hacer que el reencuentro sea una etapa difícil.

Menciona Rage (1997) que esta fase comienza con la partida del primer hijo y señala que se desencadenan muchas transiciones de movimientos familiares y se dan nuevos procesos de crecimiento personal y de madurez para toda la familia.

Mc Iver en 1937, citado por Estrada (2002), popularizó el nombre de "nido vacío" a esta fase de la familia, y esto debido a que es este tiempo generalmente los hijos se han ido ya de la casa para formar sus propias familias, y esto conlleva a algunos cambios en los padres.

No se logró constatar los argumentos antes mencionados debido a que en la mayoría de los casos de los participantes de esta investigación, los hijos aun se encuentran en casa, por lo que no han podido vivir la experiencia de encontrarse solos como sus parejas; en un caso, el primer hijo ya abandonó el hogar pero el participante aun tiene dos hijos más, por lo que no ha vivido el reencuentro con su pareja de forma completa.

Sin embargo, como ya se mencionó anteriormente, los padres tienen la expectativa de reencontrarse con sus parejas, y podrán entonces, realizar más

actividades juntos, puesto que consideran que tendrán mayor libertad de hacer las cosas que hacían como al inicio de la relación, reconquistarse y temer más detalles uno del otro.

LIMITACIONES Y SUGERENCIAS

Limitaciones

Una de las principales limitaciones que se presentaron fue la aplicación del instrumento de medición, esto debido a que resultó complicado poder reunir a los padres de los estudiantes de la Facultad de Psicología, para que participaran en el grupo focal. Se citaron a un número considerable de padres, pero muchos no pudieron asistir y algunos otros cancelaron la participación; algunos otros no podían ser localizados por lo que no se logró la confirmación de sus asistencias y no se pueden contar con las participaciones.

En el segundo grupo focal que se llevó a cabo fue aún más complicado, esto debido a que fueron más las personas que no pudieron asistir a la aplicación del instrumento y se obtuvo una participación muy pequeña, pero que fue considerable para su elaboración.

Otra limitante fue que los participantes aún no han experimentado el abandono de los hijos del hogar por lo que aún no viven el reencuentro con sus parejas, aunque no alteró del todo la investigación debido a que se logró obtener resultados considerables.

Sugerencias

La presente investigación llevada a cabo, da pauta a que se abran otras líneas de trabajo, las cuales son mencionadas a continuación.

De esta investigación se puede ir más allá y trabajar con la "Preparación hacia la llegada del nido vacío", ya que como es bien mencionado en este trabajo, la mayoría de los padres no se preparan para la partida de sus hijos, por lo que resulta en la gran mayoría de ellos, un proceso difícil de afrontar y llevar a cabo.

Una sugerencia para la continuación de este trabajo es abordar el tema de “El duelo de la partida de los hijos”, esto cuando no se han preparado para el nido vacío, debido a que como ya se ha visto en esta investigación, la partida de los hijos resulta ser algo complicado de asumir para los padres y puede llegar incluso a fracturar la relación matrimonial; por lo que sería bueno trabajar en el duelo que sufren los padres, para un mejor paso por dicho camino.

Otro tema que se considero puede ser importante, es el de “Las metas o proyectos” que los adultos en esta etapa de su vida tienen, ya que en algunas ocasiones hay padres que por haberse enfocado de lleno al cuidado de los hijos olvidan sus metas propias y cuando se encuentran en esta etapa de la vida no cuentan con metas personales o no saben cómo retomar las que tenían anteriormente; además de que esto puede resultar un estímulo para el adulto medio en cuanto a su sentir personal y su pronto arribo a la vejez.

Por último se cree importante llevar a cabo una serie de talleres relacionados a las distintas situaciones por las que pasa el adulto medio, los temas sugeridos podrían ser: el reencuentro, la comunicación en pareja o proyectos de vida, entre otros; que permitan al adulto entender mejor ese proceso de la etapa en la que se encuentra, y mostrarle, quizás, las herramientas con las que puede contar para que su paso por ella, resulte, ya sea el caso, menos complicada de llevar.

REFERENCIAS

Álvarez-Gayou, J. (2004). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Paidós.

Andrade, B. (2000). *¿Sentido de esperanza ó esperanza de sentido?* Publicado en: *Las memorias de Logoterapia primer congreso mexicano*. Smael S. C. México: LAG.

Bonilla, M. P., Garcia G. (2002). *La perspectiva cualitativa en el quehacer social*. México, Cadec.

Carretero, M., Palacios, J., Marchesi, A. (2000). *Psicología evolutiva: 3. Adolescencia, madurez y senectud*. Madrid: Alianza editorial.

Coon, D. (2005). *Psicología*. México: Thomson.

Cornachione, M. (2006). *Psicología del desarrollo. Adultez: aspectos biológicos, psicológicos y sociales*. Argentina: Brujas.

Corrales, S. (2006). *La Cultura de la familia: una estrategia de cambio social*. México : Libros para todos.

De Barbieri, A. (2007). *¿Un sentido de vida para todas las edades?* [en red] Disponible en: www.logoforo.com.

Dicaprio, N. S. (2007). *Teorías de la personalidad*. México: McGrawHill.

Eguiluz, L. (2004). *Dinámica de la familia*. México: Pax.

Escalante, F. (2003). *Enciclopedia, comportamientos preocupantes de niños y adolescentes*. México: asesor pedagógico.

Estrada, L. (2002). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo.

Fabry, J. B. (2001). *Señales del camino hacia el sentido: descubriendo lo que realmente importa*. México: LAG.

- Fabry, J. B. (2005). La búsqueda de significado. México: LAG.
- Feldman, R. (2005). Psicología con aplicaciones a los países de habla hispana. México: Mc Graw Hill.
- Fleming-Holland, A. (2000). Ante el vacío existencial: el reto de nuestro tiempo. México. Publicado en: Revista Mexicana de Logoterapia #3 primavera. [en red] Disponible en: www.logoterapia.com.mx.
- Flores, A. (2008). La crisis de la edad media de la vida en el varón y la mujer [en red] Disponible en: www.diariosalud.net.
- Flores, E. (2009). Sentido de vida. [en red] Disponible en: www.logoforo.com.
- Frankl, V. (2003). Ante el vacío existencial. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2003). Logoterapia y análisis existencial. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2003). Psicoterapia y existencialismo. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2004). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder.
- Gómez, M. (2006). Introducción a la metodología de la investigación científica. Argentina: Brujas.
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2008). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Instituto nacional de estadística y geografía (INEGI) (2010). Estadísticas a propósito del 14 de febrero, matrimonio y divorcios en México, datos nacionales y datos de Michoacán de Ocampo. [en red] Disponible en: www.inegi.org.mx.
- Lartigue, T., Vives, J. (2003). De la edad adulta a la vejez. México: Plaza y Valdés.
- Lefracois, G. (2001). Ciclo de la vida. México: Thomson.
- Linn, M. (2007). Cómo sanar las ocho etapas de la vida. México: Grupo Editorial Patria.

- López, E. (2001). Persona, familia y compromiso social: Horizonte de reflexión . México: Universidad Iberoamericana Plantel Golfo Centro.
- Lukas, E. (2004). Equilibrio y curación a través de la logoterapia. Barcelona: Paidós.
- Lukas, E. (2004). Logoterapia, la búsqueda de sentido. Barcelona: Paidós.
- Maggi, R., Barriga, F. (1999). Desarrollo humano, calidad, valores y actitudes, CONALEP-SEP. México: Limusa.
- Maier, H. (1989). Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears. Argentina: Amorrortu.
- Minuchin, S., Fishman, H. CH. (1992). Técnicas de terapia familiar. Barcelona: Paidós.
- Mishara, B. L., Riedel, R. G. (2001). El proceso de envejecimiento. Madrid: Morata.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. (2005). Desarrollo humano. México: McGraw-Hill.
- Rage, E. U. (1997). Ciclo vital de la pareja y la familia. México: Plaza y Valdés.
- Riso, W. (2006). ¿Amar o depender? Cómo superar el apego afectivo y hacer del amor una experiencia plena y saludable. Colombia: Norma.
- Rodrigo, M. J., Palacios, J. (1988). Familia y desarrollo humano. Madrid: Alianza Editorial.
- Rodríguez, L. (2009). La asertividad en la pareja. Tesina de licenciatura. México: UMSNH.
- Rodríguez, M. (2005). Sentido de vida y salud mental. Publicado en: revista Acontecimiento del Instituto Emmanuel Mounier. [en red] Disponible en www.logoforo.com.

Satir, V. (1994). El contacto íntimo: cómo relacionarse con uno mismo y con los demás. México: Árbol.

Satir, V. (2002). Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar. México : Páx México.

Valencia, N., López, P. (2000). Si te atreves a vivir en pareja. México: Ediciones Cuéllar.

Vasilachis, I. (2007). Estrategias de investigación cualitativa. Buenos aires: Gedisa.

ANEXOS

Guión

Cédula de Encuesta

Sentido de vida

1. Haciendo un recuento de toda tu vida, ¿De qué forma evalúas tu manera de desempeñarte en ella? (De la escala del 1 al 10 ¿Por qué lo crees así?)
2. ¿Cómo te visualizas en 10 años?
3. ¿Cuáles son las metas o proyectos que faltan hacer o te gustaría hacer?
4. Actualmente ¿Qué estás haciendo para lograr estas metas o proyectos?
5. ¿Cuál es tu sentir ante esta situación?
6. ¿Qué te impulsa a seguir generando cosas positivas en la vida?

Pareja

7. En este momento de tu vida ¿Qué percepción tienes sobre tu pareja?
8. ¿En qué cosas has cambiado como pareja?
9. ¿Qué expectativas tienes de tu pareja de ahora en adelante?

Reencuentro

10. ¿Qué tanto tiempo dedican a la relación y que actividades realizan juntos?
11. En este momento como es la comunicación entre ambos.
12. ¿Qué ha sido lo más difícil de llevar a cabo con tu pareja a partir de la ausencia de los hijos?
13. ¿Qué te gustaría que sucediera a partir de este momento con su pareja?
14. ¿Qué estás dispuesto a hacer para que tu relación mejore?

Familia

15. Desde la parte emocional... ¿Cómo te sientes con las cosas que tienes en la actualidad en tu familia?
16. ¿Cómo fue el desprendimiento con los hijos: fácil, difícil?
17. ¿Qué expectativas tienes acerca del futuro de tu familia?
18. ¿Qué estás dispuesto a llevar a cabo para que tu familia mejore?