

**PSICOLOGÍA DEL CICLO VITAL:
HACIA UNA VISIÓN COMPREHENSIVA DE LA VIDA HUMANA**

ELISA DULCEY-RUIZ*¹

Centro de Psicología Gerontológica – CEPSIGER, Bogota, Colombia

Y

CECILIA URIBE VALDIVIESO**

Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia

ABSTRACT

Psychology of the life span is presented as a wider perspective than developmental psychology. Coherent with an integral vision of the life span course this psychology emphasizes the irrelevancy of age, permanent change, multidimensionality, and plasticity, as well as the importance of context and history. It refers to the aging process, to adulthood, old age, and death, in the frame of life span; It emphasizes possibilities related to successful aging, subjective well-being and wisdom, according with the point of view of positive psychology. They can be to obtained through lifelong learning, or education for the life.

Key words: Life span psychology, aging, adulthood, age old, lifelong learning.

RESUMEN

Se propone que la psicología del ciclo vital es más amplia que la psicología del desarrollo. Coherente con una visión integral del curso del ciclo vital esta psicología enfatiza la irrelevancia de la edad, los cambios permanentes, la multidimensionalidad, y la plasticidad, también como la importancia del contexto y la historia. Se refiere al proceso de envejecimiento, a la adultez, la vejez y la muerte en el marco del ciclo vital; enfatiza posibilidades relacionadas con el envejecimiento exitoso, el bienestar subjetivo y la sabiduría, acordes con el punto de vista de la psicología positiva y posibles de lograr mediante el aprendizaje durante toda la vida o la educación vitalicia.

Palabras clave: psicología del ciclo vital, envejecimiento, adultez, vejez, aprendizaje durante toda la vida.

* Correspondencia: ELISA DULCEY-RUIZ, Centro de Psicología Gerontológica (CEPSIGER), Apartado 52366, Bogotá, Colombia. *E-mail:* edulcey@cepsiger.org

¹ Apartes importantes de este artículo se retomaron del documento *Aging, adulthood and old age in life-span perspective*, presentado por Elisa Dulcey-Ruiz en el Seminario ARTS 3: Pathways Across Development: Cross-Cultural Perspectives, en Estocolmo, Suecia (Julio 29-31, 2000).

** Correspondencia: CECILIA URIBE VALDIVIESO, Universidad Javeriana, Facultad de Psicología, Carrera 7 No. 40-62, Bogotá, Colombia. *E-mail:* ceuribe@javeriana.edu.co ó ceurival@lycos.com

PSICOLOGÍA DEL CICLO VITAL Y PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO

No hay estaciones. Hay vida vivible en cualquier edad.
Atahualpa Yupanqui

Aludir a una psicología del ciclo vital implica postular una perspectiva más amplia que la habitualmente considerada por la llamada psicología del desarrollo. Como lo planteara Riegel (1973), la historia de la psicología del desarrollo hace parte de la historia de la psicología del envejecimiento y de la vejez, en la medida en que muchos estudios longitudinales relacionados con el envejecimiento dan luces sobre la totalidad de la vida. Tales estudios longitudinales se remontan al siglo XVIII, con Tiedeman y sus biografías de bebés, y se inician, de manera más sistemática, a comienzos del siglo XX. Décadas más tarde surgen los estudios longitudinales centrados en el envejecimiento –considerando todo el transcurso vital-. Los objetivos de unos y otros han sido buscar condiciones óptimas para el desarrollo físico, mental y social de los niños, como también para una vida sana y recompensante en épocas posteriores (Thomae, 1993).

EL CONTEXTO

La ecología del desarrollo

A la manera de un marco conceptual, Bronfenbrenner (1979/1987) se refiere a la *ecología del desarrollo humano*, la cual resulta especialmente valiosa cuando se trata de dar cuenta del contexto del ciclo vital. En esta perspectiva incluye indicadores de estilos y condiciones de vida en términos de *espacios* donde se desarrolla la actividad humana; *modalidades de dicha actividad* y *formas de interacción*. Estos tres elementos se presentan en los distintos sistemas por él considerados: *microsistema* (el ambiente más cercano a la persona: familia, comunidad, colegio, trabajo), *mesosistema* (interacción entre los microsistemas), *exosistema* (circunstancias sociales,

políticas, culturales, científicas y económicas), *macrosistema* (relacionado con elementos simbólicos de las culturas, tales como creencias y representaciones sociales), y *cronosistema* (referente al transcurso del tiempo: hechos históricos y biográficos).

Transformaciones en distintos entornos o sistemas

Teniendo en mente la perspectiva ecológica mencionada, es posible analizar transformaciones en espacios, actividades e interacciones en distintos ámbitos, los cuales, ya sea en forma directa o indirecta, en mayor o menor grado, inciden en el ciclo vital de las personas.

Cabe así considerar algunas tendencias prevalentes en el siglo XXI, relacionadas con el *exosistema*, como son los avances de la neurociencia, la genética, la biotecnología, la nanotecnología, las tecnologías comunicacionales (incluyendo el impacto de un mundo interconectado virtualmente: “la aldea electrónica”), así como los cambios demográficos. Estos últimos, particularmente acelerados en los países en desarrollo, los convierten rápidamente en sociedades envejecientes y progresivamente viejas.

En concordancia con lo anterior, Dychtwald (1995) postula que las perspectivas venideras se caracterizarán por cambios demográficos sin precedentes, un incremento en la expectativa de vida al nacer, cambios en la percepción de la vejez, incremento en el poder (social y político) de las generaciones más viejas, reemplazo de la seguridad social por programas de seguridad financiera a cargo del propio individuo; integración, a lo largo de toda la vida, del trabajo, el aprendizaje y el ocio; desmitificación de la muerte y el morir; transformación del mercadeo, desarrollo de crisis potenciales relacionadas con el control de los recursos, incremento de la pobreza en generaciones de adultos mayores privados de seguridad financiera, cambios radicales relacionados con la

biotecnología en lo que se refiere a la vida humana, el envejecimiento y las enfermedades, los cuales generarán grandes cuestionamientos éticos. De esta forma, en todos los sistemas implicados en la llamada *ecología del desarrollo* se plantean transformaciones fundamentales.

Con otros planteamientos, análogos al de Dychtwald, varios especialistas en el tema del envejecimiento resaltan el logro de una cada vez mayor autonomía funcional y decisoria, gracias a la influencia de la educación, la tecnología y las innovaciones relacionadas con la seguridad social y económica. De acuerdo con Lehr (1993, 1994) el acelerado envejecimiento poblacional conlleva nuevas miradas sobre estilos y condiciones de vida, de modo que el mantenerse con bienestar se convierte en un objetivo y en una tarea individual y social de primer orden. Por su parte, Moragas (1999) señala que “el envejecimiento de la población con independencia, autonomía y alta calidad de vida, puede ser una de las innovaciones del tercer milenio” (p. 13). Sobre el particular agrega Birren (2000) que “el envejecimiento surge como uno de los temas más complejos que enfrenta la ciencia en el siglo XXI” (p. 54).

En relación con la familia, Dychtwald (1995) se refiere al paso de los grupos de padres e hijos (familia nuclear) a grupos en los cuales se integran personas de varias familias (familias multigeneracionales), las que serán cada vez más comunes debido al divorcio y la separación, la viudez y las nuevas uniones. Aunque los niños seguirán siendo la alegría de las familias, los adultos de dos o tres generaciones predominarán en las familias del año 2020. Las demandas del cuidado por parte de las generaciones más jóvenes y más viejas serán una fuente de estrés para mujeres y hombres de mediana edad. Con el incremento de la movilidad y la mayor diversidad de los estilos de vida, los lazos de sangre serán menos importantes, prevaleciendo las “familias por elección” en forma de clubes, las parejas del mismo sexo, los grupos de afinidad y de vecindad, así como el resurgimiento de las “comunidades”.

LA PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL

*¿Cómo describiría su historia de vida en un minuto?
¿Cómo dibujaría usted su pasado, su presente y su futuro? [Cottle, 1976].*

Como consecuencia del incremento de la investigación longitudinal y en general, de los estudios relacionados con el transcurso de la vida, el envejecimiento y la vejez, la perspectiva del ciclo vital se convierte en un marco de referencia (más que en una teoría) de tipo contextual y dialéctico, que considera la totalidad de la vida como una continuidad con cambios, destacando parámetros históricos, socioculturales, contextuales, y del acontecer cotidiano e individual, como prevalentes sobre cualquier clasificación etárea, o en la que predomine la edad como criterio. La perspectiva del ciclo vital representa un intento para superar la dicotomía crecimiento - declinación, reconociendo que en cualquier momento de nuestras vidas hay pérdidas y ganancias.

ALGUNOS POSTULADOS RELACIONADOS CON LA PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL

1. *El ciclo vital como envejecimiento diferencial y progresivo*

El envejecimiento como proceso de diferenciación progresiva, el cual comienza con la vida y termina con la muerte, es una realidad característica de todas las formas de vida multicelular y, por supuesto, de la vida de todos los seres humanos. No obstante, su complejidad difiere en las distintas especies, individuos y épocas de la vida; y las formas de envejecer son tantas como individuos existen. Al incremento de la heterogeneidad durante el ciclo de vida se refiere Pedersen (2000) afirmando que “las personas se vuelven más diferentes con la edad, debido a razones genéticas y del ambiente”. Es decir, la variabilidad interindividual aumenta al incrementarse la edad

(véanse también: Neugarten, 1968; Thomae 1974/1976; Lehr, 1993, 1994; Neugarten y Datan, 1996/1999; Baltes y Mayer, 1999).

2. *Reconceptualización del desarrollo y el envejecimiento*

Tanto el desarrollo, como el envejecimiento tienen significados, no sólo biológicos, sino culturales que, en todo caso, superan concepciones unidimensionales, estáticas y limitantes. Más bien, en concordancia con el modelo contextual dialéctico que busca superar las perspectivas organísmica y mecanicista, *desarrollo y envejecimiento* han de entenderse como procesos simultáneos y permanentes durante la vida, en los cuales se conjugan ganancias y pérdidas, así como múltiples influencias y orientaciones.

3. *Irrelevancia (relatividad) de la edad cronológica*

Como afirma Bernice L. Neugarten (1968), la importancia de la edad cronológica (constructo demográfico, más que funcional) es relativa, debido a que la edad por sí misma no es un factor causal, explicativo o descriptivo, ni una variable organizadora de la vida humana. Es menos importante el tiempo que pasa, que lo que ocurre durante ese tiempo. Así tiende a perder importancia cualquier clasificación de la vida por etapas, dado que los hitos culturales y biológicos son cada vez más inexactos e inesperados (véase: importancia del contexto y de la historia).

4. *Revisión del modelo deficitario y de estereotipos sobre el envejecimiento y la vejez*

Al aludir a la necesidad de revisar el modelo deficitario y los estereotipos acerca del envejecimiento, la vejez y las personas ancianas, Lehr (1994) recuerda cómo las expectativas de otros influyen en el concepto que cada persona tenga de sí misma. Se refiere a fundamentos científicos que refutan el énfasis deficitario y las generalizaciones injustificadas y sugiere la revisión de la imagen que tenemos de la vejez y de las personas ancianas. Señala Lehr, junto con

Thomae (1993) que los problemas relacionados con la vejez no empiezan en una edad o una época determinada, sino cuando se comienza a etiquetar a las personas como “de edad madura”, o como “trabajador retirado”. Al respecto tiene mucho que decir la psicología social, particularmente desde el estudio de la percepción social, puesto que es la percepción de las situaciones, más que las condiciones objetivas de las mismas, lo que lleva a las personas a comportarse como lo hacen. Y vale la pena reiterarlo: nos comportamos en las situaciones y con las personas de acuerdo con la imagen que tengamos de las mismas.

5. *Multidimensionalidad, multidireccionalidad, plasticidad y discontinuidad*

Quienes comparten la perspectiva del ciclo vital (Thomae, Lehr, Birren, Neugarten, Baltes, entre otros), en una u otra forma, consideran como rasgos característicos del curso de la existencia humana la multidimensionalidad, la multidireccionalidad, la plasticidad y la discontinuidad. Ello implica, en la práctica, que muy diferentes factores y sistemas se conjugan e interactúan en disímiles direcciones, en la construcción de la vida de cada persona. De esta forma, cada vida individual implica, al mismo tiempo, continuidad y discontinuidad o rupturas: algunos aspectos se mantienen, a la vez que en cualquier tiempo surgen otros nuevos. Con respecto a la plasticidad, observa Pedersen (2000) que “en términos absolutos el efecto genético es estable, pero en términos relativos la influencia genética decrece”. ... “Si la varianza del entorno se incrementa y se distribuye en forma equivalente, la importancia de la genética no se incrementa”. En sentido similar, y desde la perspectiva de una psicología evolucionista, se pronuncia Keller (2000) al aludir a programas genéticos abiertos, tendencias epigenéticas y moldeamiento debido a influencias del entorno. A lo anterior hay que agregar que a partir de los hallazgos derivados del Proyecto Genoma Humano van quedando atrás muchos supuestos fatalistas (del Latín *fatalis*: hado, inevitable) (Real Academia Española, 1947, p. 590) acerca de la herencia biológica como *destino inevitable*.

6. *Selectividad, optimización y compensación - SOC*

A medida que vivimos resulta fundamental optimizar la utilización de los bienes disponibles, sabiéndolos limitados (el tiempo, los recursos de la naturaleza y los recursos personales: habilidades y capacidades, relaciones, entre otros). De acuerdo con Baltes (2000a) y Staudinger (2000), y teniendo en cuenta la perspectiva de una psicología positiva (en el sentido optimista, que no “positivista” del término), el ciclo de la vida implica no sólo multidimensionalidad y multidireccionalidad, sino también selectividad (S), optimización (O) y compensación (C) “Esos procesos de selectividad, optimización y compensación funcionan de formas activa y pasiva, consciente e inconsciente, individual y colectiva” (Baltes, 2000b, p. 7). Así la *selectividad* equivale a darse cuenta de oportunidades y restricciones específicas en los distintos dominios de funcionamiento (biológico, social e individual) y actuar en consecuencia, bien sea diseñando en forma intencional metas alcanzables (selección centrada en las ganancias), o cambiando metas y acomodándose a pautas distintas (selección centrada en las pérdidas). La *optimización* significa “identificar procesos generales involucrados en la adquisición, la aplicación y el refinamiento de medios para el logro de metas relevantes” (Baltes y Freund, en prensa). La *compensación* se refiere a la posibilidad de regular las pérdidas en los medios (capacidades o recursos), diseñando alternativas centradas en formas de superar dichas pérdidas sin necesidad de cambiar las metas (Baltes y Freund, en prensa; Baltes, Lindenberger y Staudinger (1998). En todas las épocas de la vida, incluyendo, por supuesto, la vejez lo anterior es factible porque, como afirman Baltes, Smith y Staudinger (1992, p. 132): el *self* [*sí mismo*] puede continuar siendo un sistema de afrontamiento y mantenimiento de la integridad poderoso y resiliente”. (Véase también: Baltes y Baltes, 1990, Baltes y Freund, en prensa; Carstensen, 1995; Labouvie-Vief, 1990).

7. *Importancia del contexto y de la historia*

Según Degirmencioglu (2000), los modelos contextuales son más apropiados al estudiar las trayectorias vitales dado que estas son cada vez más atípicas. De ahí la conveniencia de analizar la influencia que tienen en la vida de distintas generaciones las variables históricas y sociales.

A manera de recurso heurístico y en forma coherente con la irrelevancia o relatividad de la edad reiterada por Neugarten (1968); y Neugarten y Datan (1996/1999), algunos autores plantean tres conjuntos de factores que inciden en el curso del ciclo vital: expectativas sociales relacionadas con la edad, influencias históricas y acontecimientos personales únicos (Baltes, Cornelius y Nesselroade (1979, citados por Baltes, 1983). A los dos primeros tipos de influencias se les considera normativas, en el sentido de incidir en la conformación de una identidad social, en términos de pertenencia a una sociedad. Las últimas (no normativas) son de carácter individual, mas no general, pero inciden igualmente en el ciclo vital de las personas. Todas estas influencias interactúan entre sí, tienen efectos acumulativos y pueden variar con el tiempo (Baltes, 1983).

a. *Influencias normativas relacionadas con la edad y también con el género*

Se refieren a expectativas sociales que toman en cuenta “relojes biológicos” (ejemplo: edad de caminar, de hablar, edad de la pubertad, edad de la menopausia); así como “relojes sociales” (ejemplo: edad de ir al ‘parvulario’, a la escuela, o al colegio, edad de dejar la casa paterna/materna, edad de trabajar y ser independiente económicamente, de conformar una familia, edad de tener derecho al voto, edad de retirarse del ‘mercado laboral’, entre otras). Toda sociedad controla el desarrollo individual teniendo en cuenta criterios de edad y de género (Iacub, 2002). Según Horton y Hunt (1977) “en ninguna sociedad se trata de la misma manera a los niños, los adultos y los

ancianos” (p.83). En forma análoga, en toda sociedad se resuelven numerosas tareas convirtiéndolas en roles sexuales o de género.

No obstante, tanto lo biológico, como lo socio-cultural son realidades cada vez más flexibles y cambiantes. En el plano biológico esto se ilustra con la *tendencia secular en el crecimiento* (debido a la aparición más temprana de condiciones físicas como la pubertad, gracias a intercambios genéticos, nutricionales, ecológicos y contextuales en general) (Tanner, 1978/1986). En lo que se refiere al plano socio-cultural, el espíritu cada vez más rápidamente cambiante de los tiempos y las transformaciones aceleradas en todos los ámbitos, sustentan la variación de los “relojes sociales” y su creciente relatividad (véase Neugarten, 1968, 1996/1999).

b. *Influencias normativas relacionadas con la historia*

Se trata de hechos históricos que ocurren durante el ciclo de vida de una generación, los cuales tienen impacto (positivo o negativo, mayor o menor) en quienes la conforman. Estos hechos pueden ser socioculturales o geográficos. Entre muchos ejemplos se pueden citar: la llegada del hombre a la luna, los acuerdos de paz, así como las declaraciones de guerra; pero también desastres naturales, como terremotos, tornados, y erupciones volcánicas devastadoras.

c. *Influencias no normativas, o de carácter individual*

Desde el punto de vista de la psicología social cognoscitiva Bandura (1986/1987) se refiere a “determinantes fortuitos del curso de la vida”, aludiendo a acontecimientos cotidianos, tales como encuentros imprevistos, los cuales ejercen un papel importante en el moldeamiento de la vida posterior, inclusive cambiando su rumbo. Agrega Bandura que el estudio tradicional del desarrollo poca atención ha puesto a tales hechos, ocupándose predominantemente del desarrollo de competencias cognoscitivas y conductuales, lo cual, según dicho autor, poco dice acerca del curso que tomará la vida de las personas. Planteamientos análogos hacen Lehr y Thomae (1994) al

mencionar la importancia de investigar los “eventos críticos de la vida” cotidiana -entendidos como sucesos que interrumpen el curso habitual de la misma y exigen re-estructuraciones en las vivencias y en el comportamiento- (ejemplos: cambios de trabajo, de ciudad, de país, el estar desempleado/a, el nacimiento de un hijo, el matrimonio, la pérdida de familiares y amigos, e inclusive las ‘vacaciones’ y las ‘navidades’).

ENVEJECIMIENTO, ADULTEZ, VEJEZ Y MUERTE EN EL CONTEXTO DEL CICLO VITAL

El proceso de envejecimiento

“Vivir es envejecer” decía el biólogo contemporáneo Nathan Shock. Según la Organización Mundial de la Salud (1999): “En nuestro mundo, lleno de diversidad y constante cambio, el envejecimiento es una de las pocas características que nos definen y nos unifican a todos. Estamos envejeciendo y esto debe celebrarse. Tenga usted 25 o 65 años, 10 o 120, igualmente está envejeciendo”.

Más allá de su significación biológica, comúnmente asociada con disminución progresiva de la capacidad funcional orgánica, envejecer significa aumentar la edad y volverse más viejo por el hecho de haber vivido más tiempo. Así, *cada año más de vida es también un año menos que vivir*.

Algunos autores diferencian entre *envejecimiento primario*, como proceso orgánico y *envejecimiento secundario* como relacionado con aspectos psicológicos y sociales. Aunque tal diferenciación carece de connotaciones dualistas (cuerpo – mente), hay quienes tienden a entenderlo así, al afirmar, por ejemplo: “*aunque tengo 70 años, me siento como de 50*”.

A propósito de esto, Villar Posada (1999), realizó un estudio en España, con grupos de personas de 18 a 24 años, de 40 a 49 años y de más de 70, acerca de la relación entre la edad

cronológica y la subjetiva. Encontró que el número de personas que consideran que su edad subjetiva coincide con su edad cronológica, decrece a medida que se incrementa esta última.

Aunque no nos detendremos aquí en su análisis, dos cuestionamientos surgen principalmente, cuando se estudia el envejecimiento desde el punto de vista psicológico: (1) *¿el envejecimiento afecta la forma de comportarse?*, y (2) *¿el comportamiento afecta la forma de envejecer?* Con base en diferentes investigaciones, tanto transversales, como longitudinales, factoriales y de un solo rasgo, las respuestas a las dos preguntas anteriores, pero particularmente a la segunda, serían afirmativas (Finley y Delgado, 1981).

Adulthood: ¿qué significa ser adulto?

Literalmente *ser adulto* significa *haber crecido*. Al considerar la adultez desde la perspectiva del ciclo vital, se entiende como la consecuencia de un proceso de desarrollo durante la vida, en el cual inciden múltiples influencias en permanente interjuego.

En general, se pueden identificar diferentes criterios para señalar la adultez, entre ellos el relacionado con el contexto socio económico: en entornos económicos y socio-culturalmente más pobres se asumen temprano en la vida roles considerados adultos, como los reproductivos y laborales, en contraste con otros medios en los cuales se da lo que Erikson (1982/1985) denomina una *moratoria psicológica y socio cultural*, equivalente a la llamada adolescencia.

Desde el punto de vista psicológico existen diversos criterios, como los *cognoscitivos* (referidos a la posibilidad de desarrollar un pensamiento abstracto y formal, e inclusive post-formal -relacionado, entre otras cosas, con la confianza en la intuición y con la posibilidad de entender y asumir las contradicciones-); *afectivos* (incluyendo la posibilidad de la intimidad y la

responsabilidad del cuidado, tanto de otros, como de sí mismo); *morales* (orientados hacia un pensamiento autónomo y responsable de sí mismo y de otros).

Culturalmente, la adultez se relaciona con los “relojes sociales”, así como con múltiples transiciones. La adultez es, quizá, la época de la vida en que se presentan más *transiciones* y cambios en general, en la que se viven más *ritos de paso* (por ejemplo: salida de los hijos del hogar, retiro del empleo formal, viudez, entre otros), y en la que pueden surgir las más diversas interacciones, así como muchos nuevos factores y posibilidades (Birren, 2000).

La definición cultural de la adultez, como la de cualquier otra condición de la vida, depende de la propia historia y biografía, del contexto y del espíritu cambiante de los tiempos. En un estudio realizado en Bogotá (Colombia) Dulcey-Ruiz, Carbonell, Estrada, Gaitán y Rojas (1992) encontraron diferencias en la descripción de la adultez de otros (“conformismo, sabiduría, prudencia, ser aburrido o no divertido, amargura, informalidad, reflexión”) y la adultez propia entendida fundamentalmente como “responsabilidad”.

¿Y, qué es la vejez?

¿Cómo describiría usted a una persona vieja?

¿Cómo se describiría a usted mismo como persona vieja?

La vejez (*adultez mayor*) es la cualidad de *ser viejo*. A las personas y en general a los animales que han vivido más tiempo que los demás, se les llama *viejos*; término que también se aplica a las cosas que han existido desde hace un tiempo. Por lo tanto, *ser viejo* significa haber envejecido o haber vivido más que otras personas, comparativamente hablando. Sin embargo, la definición de vejez depende del contexto y del grupo de personas al que se refiera.

Observaba Marc Fried (1988): “la vejez carece de límites, excepto el de la muerte y, varía no solamente de un individuo a otro, sino de acuerdo con las expectativas sociales y culturales, con la posición social y económica de la persona”.

En el mismo estudio de Dulcey-Ruiz y cols. (1992) las categorías más empleadas para describir a las personas viejas fueron “experiencia” y “ser cansadoras”. Casi ninguno de los términos empleados por otros para describir a las personas viejas (“calma, edad, cansancio, seguridad, poca inteligencia, religiosidad”) fue utilizado por estas para describirse a sí mismas. En cambio, utilizaron un amplio espectro de categorías, sin mostrar preferencia por ninguna. La auto-percepción como persona vieja fue más favorable que las percepciones ajenas acerca de la vejez.

La muerte como estadio final del ciclo vital

Al terminar un curso sobre Psicología de la adultez (1999) una estudiante de la Facultad de Psicología en la Universidad Javeriana de Bogotá (Colombia) preguntaba ¿por qué el tema de la muerte y el morir se consideraba sólo al terminar de estudiar la Psicología del Desarrollo, y justamente después de la vejez?... A propósito de lo cual preguntaba: “¿Acaso los niños y los jóvenes son inmortales?”. Este interrogante surge con mayor fuerza en un país donde por causa de la violencia se han perdido generaciones enteras de jóvenes (Franco, 1999) y, en todo caso recuerda la exclamación que hace más de 21 siglos hiciera Cicerón en su famosa obra *Catón el Mayor o Diálogo sobre la vejez*: “¿quién hay tan insensato –aunque sea joven- que esté seguro de que ha de vivir hasta la tarde?” (Capítulo XIX).

La conocida psiquiatra Elisabeth Kübler-Ross titula uno de sus libros *La muerte, el estadio final del crecimiento (Death: the final stage of growth)* (1975) y en él afirma que la muerte provee

la clave para entender el significado de la existencia, al tiempo que considera que la aceptación de la propia finitud permite el crecimiento personal. En uno de sus libros más recientes (*La rueda de la vida*, 1997/2000) –cuando ella misma se considera cerca de la muerte, Kübler-Ross se refiere a la muerte como “transición final de la vida”, a aprendizajes claves logrados al percibir cercana la propia muerte, y concluye afirmando que “debemos vivir hasta morir” (p. 387).

A MANERA DE EPÍLOGO

Múltiples horizontes parecen surgir en coherencia con la psicología y la perspectiva del ciclo vital, aquí planteadas. Ellos y otras permitirían asumir de manera responsable el desafío del rápido envejecimiento demográfico, y la realidad de un mundo en el que por primera vez la cantidad de población vieja supera y superará cada vez más a la de cualquier otra época.

La posibilidad de dar respuesta a estos desafíos se relaciona con la consideración del curso total de la vida y su investigación, teniendo en cuenta la búsqueda de mejores condiciones para vivir en forma sana y satisfactoria en todas las épocas de la existencia (Thomae, 1993).

Envejecimiento exitoso, sabiduría, bienestar subjetivo y Psicología Positiva

Justamente, a raíz del Estudio Longitudinal de Bonn y durante su desarrollo, Thomae (1974) se refería a “patrones de *envejecimiento exitoso*” en términos de salud, funcionamiento cognoscitivo y ajuste personal positivo, en contraste con salud y funcionamiento intelectual pobres, bajo grado de actividad social y baja moral. Por su parte, Lehr (1993) observa que el *bienestar subjetivo* o la satisfacción con la vida durante la vejez es indicador de envejecimiento exitoso.

En relación con los anteriores criterios está el concepto de *sabiduría* como convergencia de medios y fines tendientes a la excelencia y acordes con el bienestar personal y el colectivo (Baltes y

Smith, 1990; Baltes y Freund, en prensa). Similar sentido tiene el modelo ya analizado de *selectividad, optimización y compensación* (SOC) propuesto por Baltes y colaboradores.

Todo ello coincide con la visión de una *psicología positiva* defendida por autores como Seligman y Csikszentmihalyi (2000); Staudinger (2000); Baltes, Glück y Kunzmann (en prensa); y Neri (2002), orientada al entendimiento y mejoramiento de condiciones relacionadas con el bienestar o el *buen vivir*, tales como: (a) experiencias subjetivas de tipo positivo, (b) rasgos individuales deseables y (c) virtudes cívicas (Baltes, Glück y Kunzmann, en prensa).

Hacia el mismo fin se encaminan las sugerencias de Smith (1999) relacionadas con la *planeación efectiva de la vida*, en términos de anticipación de metas y administración del desarrollo, de los recursos personales y del entorno. Al respecto afirma Smith que según las teorías motivacionales “la planificación anticipatoria sirve a varios propósitos, como reducir la incertidumbre, ayudar al individuo a recuperarse de problemas iniciales y comenzar a trabajar hacia una meta, establecer una organización mental para orientarse hacia el logro de la meta, así como minimizar el estrés personal y del entorno” (p. 223).

El aprendizaje durante toda la vida (lifelong learning)

Particularmente desde la década de los años 1990, se ha constituido en punto de referencia mundial el concepto de *aprendizaje durante toda la vida (lifelong learning)* como objetivo global de la educación, por cierto muy relacionado y útil para el logro de metas como las implicadas en el envejecimiento exitoso, el bienestar subjetivo, el buen vivir, la psicología positiva y la planeación efectiva de la vida, así como consecuente con la psicología y con la perspectiva del ciclo vital.

Aunque existe debate en torno al concepto mismo de *aprendizaje durante toda la vida*, más que entenderlo como educación instrumental para evitar la obsolescencia en una sociedad ‘basada en el conocimiento’, aquí preferimos adherir a la concepción del *aprendizaje durante toda la vida* como referido al “desarrollo social, cultural y económico de personas y grupos mediante la educación y el aprendizaje a lo largo de sus vidas” (Taylor, 2001, p. 145).

En este último sentido, el aprendizaje durante toda la vida coincide con la llamada por el escritor mexicano Carlos Fuentes (1999) “educación vitalicia”, la cual, según dicho autor, “trasciende las etapas exclusivas o concluyentes de la enseñanza tradicional” y se traduce en lo que Fuentes considera “el *axioma de la educación para el nuevo milenio*: mientras más educada sea una persona, más educación seguirá necesitando a lo largo de su vida... La educación vitalicia diversifica los currículos escolares, los hace accesibles a la comunidad, extiende el concepto de educación a sociedades que aprenden a seguir aprendiendo, a fin de enfrentar nuevos y absolutamente inesperados desafíos...” (pp. 61-62). Fuentes destaca como responsabilidades fundamentales de la educación: la educación de los niños y la educación vitalicia de los adultos.

El anhelo, finalmente, es el de instaurar una visión cada vez más comprensiva de la vida, del comportamiento, del bienestar individual y colectivo, la cual tenga en cuenta consideraciones como las implicadas en la psicología del ciclo vital y en la educación durante toda la vida.

REFERENCIAS

- Baltes, P. B. (1983). Psicología evolutiva del ciclo vital: algunas observaciones convergentes sobre historia y teoría. En A. Marchesi, M. Carretero y J. Palacio (Comp.) *Psicología evolutiva I. Teorías y métodos* (pp. 247-267). Madrid: Alianza Editorial.
- Baltes, P. B. (2000 a) *Human strengths: facets of a positive psychology. Simposia – XXVII International Congress of Psychology*. Stockholm, Sweden, July 23-28.

- Baltes, P.B. (2000 b) Autobiographical reflections: from development methodology and life-span psychology to gerontology. En J.E. Birren, y J.F. Schroots, (Eds). *A history of gerontopsychology in autobiography* (pp. 7-26). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Baltes, P.B. & Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: the model of selective optimization with compensation. En P.B. Baltes & M.M. Baltes (Eds.) *Successful aging: perspectives from the behavioral sciences* (pp 1-34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P.B. & Smith, J. (1990). The psychology of wisdom and its ontogenesis. En R.J. Stenberg (Ed.), *Wisdom: its natures, origins, and development*, (pp. 87-120). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., Smith, J. & Staudinger, U. (1992). Wisdom and successful aging. En T. B. Sonderegger, (Ed.). *Psychology and aging – Nebraska Symposium on Motivation, 1991*. (pp. 123-167). Lincoln, Nebraska: University of Nebraska Press.
- Baltes, P.B., Lindenberger, U. & Staudinger, U.M. (1998). Life-span theory in developmental psychology. En R.M. Lerner (Ed.) *Handbook of child psychology. Vol.1. Theoretical models of human development* (pp. 1029-1143). (5th Ed.), Editor-in-Chief: W. Damon, New York: Wiley.
- Baltes, P.B. & Mayer, K.U. (1999). *The Berlin aging study*. New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P.B. & Freund, A. M. (in press). The intermarriage of wisdom and selective optimization with compensation (SOC): two meta—heuristics guiding the conduct of life. En C.L. M. Keyes (Ed.), *Flourishing: the positive person and the good life*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Baltes, P. B., Glück, J. & Kunamann, U. (in press) Wisdom: its structure and function in regulating successful lifespan development. En C.R. Snyder & S.J. López (Eds.), *The handbook of positive psychology* (Part IV, Chapter 24). Oxford: Oxford University Press.
- Bandura, A. (1986/1987). *Pensamiento y acción. Fundamentos sociales*. Barcelona, España: Martínez Roca.
- Birren, J. E. (2000). I have to do it myself. En J.E. Birren, y J.F. Schroots, (Eds). *A history of gerontopsychology in autobiography* (pp. 43-54). Washington, D.C.: American Psychological Ass.
- Bronfenbrenner, U. (1979/1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- Carstensen, L. (1995). Evidence for a life span theory of socioemotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science*, 4 (5), 151-156.
- Cicerón, M.T. (44 A.C. /1938). *Catón el mayor o diálogo sobre la vejez*. París: Librería de la Vda. De Ch. Bouret.
- Cottle, Th. J. (1976). *Perceiving time*. New York: Wiley.
- Degirmencioglu, S. M. (2000). *Wanted: a contextual and positive/promotive developmental framework*. ARTS #3: Pathways across Development: Cross-Cultural Perspectives. Stockholm, July 29-31
- Dulcey-Ruiz, E., Carbonell, O.A., Estrada, A.M., Gaitán, A y Rojas, F. (1992). Percepciones, estereotipos y prejuicios relacionados con algunas fases del ciclo vital. Una perspectiva psico-social de la adultez. En Universidad Javeriana: *La investigación en la Universidad Javeriana. II Congreso. Memorias I* (pp. 303-306). Bogotá, Colombia: Universidad Javeriana.
- Dychtwald, K. (1995). *Speculations on the future of aging*. On line (10.11.99): <http://2lnet.com/online/agewave.htm>
- Erikson, E. (1982/1985). *El ciclo de vida completado*. Buenos Aires: Paidós.
- Finley, G. y Delgado, M. (1981). La psicología del envejecimiento. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 13, 415-432.
- Franco, S. (1999). *El quinto: no matar. Contextos explicativos de la violencia en Colombia*. Bogotá: Tercer Mundo Editores.
- Fried, M. (1988). Comunicación personal.
- Fuentes, C. (1999). La educación vitalicia. En Fundación Santillana de España y Fundación Santillana para Iberoamérica. *Educación, tarea de todos* (pp. 51-64). Bogotá, Colombia: Tercer Mundo Editores.
- Horton, P.B. y Hunt, C.L. (1977). *Sociología*. Bogotá, Colombia: McGraw-Hill.
- Iacob, R. (2002). La post-gerontología: hacia un renovado estudio de la gerontología. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34.
- Keller, H. (2000). *Early parent-child interactions as an interface between biology and culture*. Paper present to the XXVII International Congress of Psychology, Stockholm, Sweden, July 25, 2000.
- Kübler-Ross, E. (1975). *Death: the final stage of growth*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Kübler-Ross, E. (1997/2000). *La rueda de la vida*. Barcelona: Ediciones BSA.

- Labouvie-Vief, G. (1990). Wisdom as integrated thought: historical and developmental perspectives. En R.J. Sternberg (Ed.) *Wisdom: its nature, origins and developmen* (pp 52-83). New York: Cambridge University Press.
- Lehr, U. (1993). Correlatos psicosociales de la longevidad. Simposio Internacional *Ciclo vital, educación y envejecimiento*. Bogotá, Colombia, octubre 27-29.
- Lehr, U. (1994). La calidad de vida de la tercera edad: una labor individual y social. En J. Buendía (comp.) *Envejecimiento y psicología de la salud* (pp. 353-371). Madrid, España: Siglo XXI Editores.
- Lehr, U. M. y Thomae, H. (1994). *La vida cotidiana. Tareas, métodos y resultados*. Barcelona: Herder.
- Moragas, R. (1999). *El reto de la dependencia al envejecer*. Barcelona: Herder.
- Neri, A. L. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34.
- Neugarten, B. L. (1968). *Middle age and aging. A reader in social psychology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Neugarten, B.L. y Datan, N. (1996/1999) Perspectivas sociológicas del ciclo vital. En B. Neugarten, *Los significados de la edad* (pp. 107-130). Barcelona: Herder.
- Organización Mundial de la Salud (1999). *El movimiento mundial en pro del envejecimiento activo*. Ginebra, Suiza: OMS. Programa Envejecimiento y Salud.
- Pedersen, N. (2000). *Genetic and environmental influences on psychological functioning in new cohorts of elderly people*. Paper present to the XXVII International Congress of Psychology, Stockholm, July 25.
- Real Academia Española (1947). *Diccionario de la lengua española*. Madrid: Espasa-Calpe, S.A.
- Riegel, K. F. (1973). History of psychological gerontology. En J.E. Birren y K.W. Schaie (Eds.) *Handbook of the psychology of aging*. (pp. 70-101). New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Smith, J. (1999). Life planning: anticipating future goals and managing personal development. En J. Brandtstädter & R.M. Lerner (Eds.) *Action and self-development: theory and research through the life span* (pp. 223-255). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Staudinger, U. M. (2000). Wisdom and art of life. Paper presented at the Simposia: *Human strengths: facets of a positive psychology*. XXVII International Congress of Psychology. Stockholm, Sweden, July 23-28.
- Tanner, J.M. (1978 / 1986). *El hombre antes del hombre. El crecimiento físico desde la concepción hasta la madurez*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Taylor, R. (2001). Aprendizaje de por vida en la educación superior en Europa Occidental: ¿mito o realidad? *Educación de adultos y desarrollo*, 56, 143-166.
- Thomae, H. (1974/1976). Patterns of "successful" aging. En H. Thomae (Ed.) *Patterns of aging. Findings from Bonn Longitudinal Study of Aging* (pp. 147-161). Basel, Switzerland: Karger.
- Thomae, H. (1993). Investigaciones longitudinales del envejecimiento: evaluación comparativa. Simposio Internacional *Ciclo vital, educación y envejecimiento*. Bogotá, Colombia, octubre 27-29.
- Villar Posada, F. (1999). (Re)construcción estratégica del significado del propio envejecimiento en personas mayores. *Revista de Psicogerontología Tiempo*. On line (17.08.99): <<http://www.psiconet.com/tiempo/tiempo1/reconstrc.htm>>