

## **Dependencia y Autonomía en Estudiantes Universitarios en etapa de Adultez Emergente**

Sabine Romero

### **I. La tendencia de jóvenes y adultos al crecimiento**

Como se sostiene en Romero (2002), “el organismo posee una tendencia al crecimiento que está siempre presente. La tendencia a la supervivencia y al crecimiento es un principio fundamental de la organización de la vida.

El crecimiento supone cambio y adaptación a las siempre cambiantes situaciones. El organismo se orienta hacia el mantenimiento de un sentido de coherencia y bienestar, mientras asimila constantemente nueva información. Esto supone un proceso continuo de reorganización en niveles superiores de complejidad para mantener y ampliar el Sí Mismo<sup>1</sup> y lograr un máximo de flexibilidad creativa en cualquier ambiente en que el organismo se encuentre. Así, la autocoherencia y la autoampliación, por medio de la flexibilidad adaptativa, son las metas y los efectos de la tendencia al crecimiento.

Si bien este planteamiento se ha relacionado con una visión antropológica optimista, no es una visión ingenua de los seres humanos, ni constituye un juicio de valor de que las personas sean intrínsecamente buenas. El crecimiento no está en el ámbito de la moral; tiene que ver simplemente con el desarrollo y la adaptación, no con el bien y el mal. La tendencia al crecimiento es, pues, esencialmente una tendencia biológica hacia la supervivencia y la satisfacción de las propias necesidades en un ambiente social complejo. Funciona como parte de un proceso dialéctico de reestablecimiento constante del equilibrio entre el organismo y su ambiente siempre cambiante, y al hacerlo, aumenta el bienestar del organismo.

Los seres humanos, además de estar orientados hacia el crecimiento, tienen la capacidad de elegir y esto es lo que determina, en último término, si sus acciones son buenas o malas. De modo que en un organismo orientado hacia el mantenimiento y crecimiento, **la elección** finalmente determina cómo se dispone el individuo a lograr sus objetivos de supervivencia y ampliación. Las personas, en consecuencia, no son sistemas deterministas. La acción final se genera por la elección y la voluntad que desempeñan un papel fundamental para determinar lo que se hace.

La elección subjetiva, el sentido de agencia personal y la responsabilidad están en el núcleo de quienes somos. La voluntad determina la acción. La tendencia al crecimiento establece la meta final, y la elección selecciona los medios mediante los cuales se alcanzará la meta (Perls (1969), en Greenberg, 1999).

---

<sup>1</sup> El sí mismo equivale al SELF que desde la óptica psicológica es el núcleo interno de la personalidad y se desarrolla en el contexto de vínculos. Como sostiene Jung, el Sí Mismo representa un arquetipo de totalidad que une los opuestos y es un centro regulador de la psique.

Esta tendencia hacia el crecimiento y el desarrollo existe en todos los individuos, pero para realizarse requiere un **ambiente relacional suficientemente bueno**. Uno de los objetivos de este enfoque es evocar y apoyar la tendencia hacia el crecimiento y el desarrollo. La seguridad es el ambiente evolutivamente ideal para facilitar el crecimiento, ya que favorece la exploración. La exploración incrementa la probabilidad de descubrimiento y la generación de variación y novedad. Por tanto, la exploración es evolutivamente adaptativa y mejora la supervivencia y el crecimiento. Una educación que ofrezca la seguridad óptima para la exploración facilitará asimismo el crecimiento psicológico. **La seguridad psicológica se ve más favorecida por un ambiente cálido, empático y no crítico.**

Además de favorecer la exploración y el crecimiento al ofrecer seguridad, los educadores/as pueden ayudar a maximizar el proceso de crecimiento centrando sus respuestas en los nuevos límites de la confianza exploratoria de los estudiantes. Esto reconoce y confirma la confianza evolutiva en los/as estudiantes a medida que surge y les ayuda a centrarse en su propia experiencia interna emergente y en lo que resulta nuevo e interesante para ellos. Lo que hay que hacer es conseguir una armonía y un emparejamiento de la capacidad evolutiva y la facilitación del paso apropiado. De este modo, el papel del educador/a es el de ofrecer seguridad, estar armonizado y adecuarse a las posibilidades evolutivas de los estudiantes mientras luchan por su crecimiento. Un aspecto importante de la educación es ofrecer seguridad reconociendo el miedo y la ansiedad implicados en el riesgo de cambiar, y el dolor inherente a la lucha por superar las dificultades” (Romero, 2002).

## II. Las necesidades humanas de autonomía y dependencia

- El ser humano es simultáneamente autónomo e interdependiente.
- Tiene el desafío de conciliar sus necesidades de adquirir gradualmente mayor autonomía y experimentar la (inter) dependencia de otros.
- Pierde el equilibrio cuando vive su autonomía narcisísticamente y no es capaz de establecer vínculos con otros (ser desligado) o cuando vive una dependencia extrema que le impide autoafirmarse (ser aglutinado).
- Podríamos decir que la autonomía se relaciona con la necesidad de **individuarse**[1] e ir adquiriendo una identidad propia; por otra parte, la dependencia se puede vincular con la necesidad de **cohesionarse**[2] en un compromiso emocional con otros.
- La **individuación relacional** es el principio general por medio del cual un mayor nivel de individuación hace posible un nivel mayor de interrelación; nos permite experimentarnos separados y a la vez relacionados en los más diversos contextos interpersonales.

[1] La individuación equivale al proceso de diferenciación psicológica, cuya meta es el desarrollo de la personalidad individual. Implica una creciente percepción de nuestra realidad psicológica única, incluyendo fortalezas y limitaciones personales, y al mismo tiempo una apreciación más profunda de la humanidad en general, que conduce a relaciones interpersonales y colectivas más amplias y profundas, y no al

aislamiento. La meta del proceso de individuación es la síntesis del sí mismo que va ocurriendo a lo largo del camino de la vida (Sharp, 1994).

[2] La cohesión es el nivel de compromiso emocional que los miembros de un grupo humano tienen entre sí y éste es variable a través del tiempo. Cuando se plantea como “fusión”, los individuos están atrapados en una especie de “nosotros” amorfo y esto hace imposible el diálogo, el que implica necesariamente el reconocimiento del otro.

### **III. Estudiantes universitarios y adultez emergente**

Se puede afirmar que optar por una carrera y cumplir con los pasos que llevan a concretar esa decisión representa un acto de *adultez emergente*. La *adultez emergente*, que se extiende más o menos de los 18 a los 25 años, se define por 5 características que la distinguen de otras edades (Jeffrey, 2008):

#### **1. La edad de las exploraciones de la identidad**

(¿quién soy? ¿cuáles son mis capacidades y limitaciones? ¿cuáles son mis ideas y valores? ¿qué lugar ocupo en la sociedad?, y otras)

#### **2. La edad de la inestabilidad**

(se refiere a posibles cambios de residencia; en Chile muchos jóvenes no han dejado su familia de origen)

#### **3. La edad de centrarse en uno mismo/a**

(no se entiende como peyorativo, sino normal-saludable y temporal; la meta es aprender a estar solo como una persona autosuficiente, antes de comprometerse en relaciones duraderas en el amor y el trabajo)

#### **4. La edad de sentirse en medio**

(sentimiento subjetivo de estar en un período de transición)

#### **5. La edad de posibilidades**

(son posibles muchos futuros distintos, grandes expectativas y esperanzas, posibilidades de desarrollo personal; para la mayoría de la gente el margen para tomar decisiones sobre cómo vivir es mayor de lo que había sido antes y mayor de lo que será en adelante) (Jeffrey, 2008)

Históricamente, la adultez emergente es un fenómeno reciente y no existe en todas las culturas; las culturas varían ampliamente con respecto a las edades en que se espera que los jóvenes entren a la adultez plena y asuman responsabilidades adultas (Jeffrey, 2008).

#### **IV. Observaciones en relación con el Desarrollo de la Autonomía en estudiantes de la Universidad**

Tendencias a la dependencia, contradependencia o interdependencia en estudiantes de la universidad

Las siguientes observaciones surgen de la experiencia de Consejería y los Cursos de Formación Complementaria impartidos por el equipo del Centro de Desarrollo Personal.

##### **1. Tendencia a negar la necesidad de dependencia y sobrevalorar la autosuficiencia**

Son jóvenes que muestran altos niveles de autoexigencia y con padres que transfieren un mandato de éxito y logros, a veces condicionando el amor parental a esos logros. El estudiante puede ser el primer miembro de la familia que tiene acceso a un estudio universitario y se proyectan en ella o él numerosas expectativas. A veces son jóvenes a los que les toca asumir una parentalización (roles adultos) por padres que no logran generar recursos materiales suficientes (el hijo o hija debe contribuir a la subsistencia), sobrecargados (ej. madre jefa de hogar, con otros hijos menores y sin redes), enfermos (salud física o mental), inmaduros, negligentes o abandonadores.

Como estudiantes manifiestan inclinaciones a la contradependencia, mostrándose autosuficientes, fuertes, resistentes, autocontrolados y a veces omnipotentes. Les resulta muy difícil identificar sus propias necesidades y solicitar ayuda. Se gestionan con autonomía, un fuerte sentido de responsabilidad, y relegan sus necesidades afectivas, de recreación, descanso y otras.

Consultan por un cuadro de estrés, en que reportan que se sienten colapsados por desgaste acumulado. A veces pueden tener un buen rendimiento académico y consultan a partir de una derivación de la coordinadora/or académica o por el dato de algún compañero/a que los ve muy afligidos.

##### **2. Tendencia a mantenerse en la excesiva dependencia**

Estos jóvenes son parte de dinámicas familiares que requieren de un hijo/a que no crece. Sus madres/padres o abuelos se caracterizan por ser sobreprotectores, sobrevalorar sus propios criterios, ser aprehensivos y/o controladores y desconfiados.

A veces son adultos que proyectan en su hijo/a sus propias experiencias de juventud de carencias, tropiezos y fracasos. Su propia vida puede estar muy empobrecida o dañada y se compensan con una excesiva preocupación por un hijo/a. En ocasiones también se observa una brecha generacional y cultural en que chocan creencias y tradiciones de los adultos con los valores de la cultura juvenil y universitaria.

Un número significativo de jóvenes cuentan con una biografía escolar que no favorece una creciente autonomía en cuanto a una motivación intrínseca, tolerancia a la frustración, gestión del tiempo, hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje.

### **3. Tendencia a integrar las necesidades de dependencia y autonomía**

Estos jóvenes van aprendiendo a asumir su condición humana de dependientes y autónomos, fuertes y vulnerables, potentes y limitados. No se sobrevaloran ni tampoco se subestiman. Poseen inteligencia intrapersonal, adquiriendo un modelo viable y eficaz de sí mismos/as que les permite identificar lo que sienten, piensan y necesitan; también van desarrollando habilidades sociales y asertividad para expresarse –sin mayor ansiedad– y en consideración del contexto. Pueden hacer peticiones claras y directas de apoyo, sin percibir que se menoscaba su autonomía. Establecen relaciones de reciprocidad, haciéndose disponibles para apoyar a otros cuando lo requieren. Usan sus capacidades, voluntad, esfuerzo y perseverancia para abordar situaciones diversas y resolver problemas. Perseveran en la tarea, sin abandonarla. Logran automotivarse y no perder de vista la meta cuando están expuestos a situaciones difíciles o por momentos tediosas. Se las arreglan para crear algunas condiciones que permiten generar relaciones humanas y aprendizaje de calidad.

### **V. El escenario educativo de la universidad**

La formación del estudiante se funda en una interacción basada en el reconocimiento del otro como sujeto válido de interlocución, con un potencial de desarrollo cognitivo, emocional, social y espiritual. El escenario educativo es un espacio donde tiene lugar el encuentro de saberes, experiencias, valores, creencias, prácticas y afectos.

La formación humana ocurre en una relación pedagógica donde tienen lugar procesos que posibilitan u obstaculizan el desarrollo de la sensibilidad, el enriquecimiento de la imaginación y creatividad, y la apertura de horizontes del conocimiento para la comprensión de la realidad. Se puede promover o dificultar la formación de seres humanos integrales, autónomos, capaces de pensar por cuenta propia, con un profundo sentido ético en las relaciones con sus semejantes y su entorno, y comprometidos con la construcción de un mundo mejor. En el espacio pedagógico es posible aportar a la búsqueda incesante de afirmación propia, y a la apropiación voluntaria de un conocimiento valioso, significativo y revelador. “Lo que se aprende se hace parte de uno, va delineando un sentir, un saber, un hacer singular que marca la propia manera de ser y estar en el mundo” (Centro de Asesoría Psicológica, 2008, p. 92). Para ello se requieren condiciones y un encuadre que favorezca que el estudiante a–prenda desde y para sí:

- Concepciones del aprendizaje fundamentadas en el principio de colaboración y co-construcción del conocimiento (aprenden del profesor, entre pares, y el profesor aprende de los estudiantes). Esto ocurre con una especie de contrato, con reglas explicitadas y consensuadas que regulan las interacciones en grupo; así se puede ir generando un clima de confianza, respeto profundo, escucha activa, libertad de expresión y autonomía basada en la interdependencia.
- Interacciones comunicativas que permiten la discusión de argumentos, la formulación de preguntas reflexivas, y la problematización de conceptos y experiencias. Incorpora la dimensión emocional que hace aflorar el deseo de saber y ser.

- El profesor/a se revela a través de modos de ser y enseñar, convirtiéndose en un modelo no solo de un saber o de un hacer, sino también de una tendencia de vivirse desde su humanidad (con sus debilidades y fortalezas). De esta manera puede llegar a representar una autoridad legitimada por los jóvenes, en tiempos en que a menudo parecen carecer de referentes adultos respetables.

**Fuentes:**

- Centro de Asesoría Psicológica (2008) *El cuidado de lo humano en el contexto universitario*, Pontificia Universidad Javeriana, Colombia
- Jensen Jeffrey (2008) *Adolescencia y Adultez emergente*, Editorial Prentice-Hall, México
- Greenberg I. ., Rice ., Elliot R. (1999) *Facilitando el cambio emocional*, Ediciones Coyoacán, México
- Romero Sabine (2002) *Aprendizaje Emocional, Desarrollo de Competencia Social en la Educación*, Documento 3, Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación (Cide), Chile
- Sharp Daryl (1994) *Lexicon Jungiano*, Editorial Cuatro Vientos, Chile