

Aspiraciones laborales y vulnerabilidad en la adultez emergente: recomendaciones para una perspectiva psicocultural en la psicoterapia

DIANA ASTRID AGUIAR AGUIRRE
REBECA MEJÍA-ARAUZ

Desde las últimas décadas del siglo XX inició “un proceso creciente de exaltación de la juventud” (Aravena, 2007, p.15), una especie de culto al ser joven, impulsado en parte por el comercio y el *marketing*, transmitido principalmente por los medios de comunicación. Esto, en un contexto de globalización tecnológica y comercial, impacta la vida política, social y cultural en diferentes partes del mundo. Aravena (2007) señala que con este culto a “ser joven”, el concepto de juventud se homologa a los de “salud”, “belleza”, e incluso “creatividad”, “existencia de oportunidades” y varios más, lo que da lugar a un estereotipo de lo que se supone caracteriza a una joven o a un joven por el hecho de serlo. Sin embargo, lo anterior conlleva diversas orientaciones y presiones para las y los jóvenes, que los puede situar en condiciones de vulnerabilidad.

La juventud ha sido considerada una etapa de gozo y bienestar que no se desea perder, tal como lo indicaba desde 1905 el poeta Rubén Darío en uno de sus poemas: “Juventud, divino tesoro, ya te vas para no volver”. Sin embargo, como señala Aravena (2007), los beneficios de ser joven hoy, con sus fortalezas en cuanto a la salud física y psicológica, son usados por una sociedad de consumo, lo cual crea un estereotipo que incluye un conjunto de condiciones e imágenes deseables, por tanto vendibles, en especial en las sociedades capitalistas, a través de millonarias industrias de la moda, la música y la imagen del cuerpo, entre ellas las cirugías estéticas, que no solo se dirigen al grupo juvenil, sino también a otros sectores de la sociedad.

Desde otras perspectivas, como la sociológica y la psicología cultural, la etapa de la juventud no es tan idílica como lo hace ver la industria de la moda; por el contrario, al igual que en otras etapas de la vida, en ella las personas también hacen frente a distintos retos y riesgos, que incluso pueden ser mayores que aquellos que se presentan en otros momentos de la vida.

Dentro del amplio rango que abarca el término juventud, la psicología del desarrollo ha identificado al grupo de jóvenes entre los 18 y 29 años como una etapa de vida denominada *adultez emergente* (Arnett, 2000). Este grupo etario se encuentra en una transición crucial hacia la adultez, con numerosas demandas, como la necesidad de valerse por sí mismo y tomar decisiones que definirán su futuro. Además, en el contexto de una sociedad actual, que de por sí presenta múltiples retos y demandas a estos jóvenes (De Oliveira y Mora Salas, 2008; Saraví, 2009), los coloca en un grado significativo de susceptibilidad a experimentar problemas relacionados con la salud emocional (García del Castillo, 2015).

Este capítulo se enfoca en analizar los retos, las demandas y los riesgos que enfrentan algunos jóvenes universitarios ubicados con claridad en la etapa de adultez emergente. En particular, se examinan las condiciones de sus aspiraciones respecto a su futuro laboral, que pueden colocarlos en situaciones de vulnerabilidad socioemocional. Este análisis, fundamentado en una perspectiva psicocultural, revela la importancia de profundizar en el conocimiento de las condiciones del contexto sociocultural en que se desarrollan los jóvenes, sobre todo durante la etapa de adultez emergente, para comprender los retos y las posibles condiciones de vulnerabilidad; se destacan aquellos casos en que la transición a la adultez presenta dificultades y conflictos socioemocionales. Por ello, este capítulo tiene la intención de invitar a psicoterapeutas y profesionales de la salud a entablar un diálogo interdisciplinario con la psicología cultural, la cual puede aportar de manera significativa a la comprensión del contexto sociocultural y su relación con los riesgos que enfrentan hoy los jóvenes.

En primer lugar, se presenta una caracterización de la etapa de la adultez emergente con respecto del concepto de juventud, en concordancia con Arnett (2000; 2007; 2008), uno de los investigadores más importantes en esta temática, y se identifican algunos aspectos de vulnerabilidad descritos en la literatura relacionados con esta etapa de la vida. En segundo

lugar, se expondrán parte de los resultados de una investigación empírica que se realizó desde una perspectiva psicocultural, enfocada, entre otras cosas, en conocer los planes a futuro en el ámbito laboral que tiene un grupo de jóvenes de una universidad privada de la ciudad de Guadalajara, Jalisco, lo cual se conecta con algunos aspectos de vulnerabilidad social y emocional. Se explica de modo breve el énfasis medular y las contribuciones de la psicología cultural, ya que es central en este análisis. Por último, a partir de esta información, y de la experiencia de la primera autora como asesora psicológica de estudiantes universitarios, se propondrán algunas sugerencias que pueden ser de utilidad para el acompañamiento a jóvenes en el ámbito psicoterapéutico.

JUVENTUD Y ADULTEZ EMERGENTE

En la literatura especializada, así como ocurre en la vida cotidiana, el término juventud se suele utilizar para referirse a un rango de edad muy amplio y con características variables, ya que incluye a personas desde los 13, 14 o menos años, hasta los 28, 29 o más años. De igual manera, el término “joven” se utiliza de forma coloquial para hacer mención a la niñez, o también en una comparación entre una persona de 40 años y otra que está en la tercera edad, en la que la primera persona es descrita como “joven” a diferencia de la segunda. En este capítulo, nos enfocamos en un segmento de la juventud que en las últimas décadas se ha denominado *adultez emergente*, término acuñado por el psicólogo Jeffrey Arnett (2000) para referirse al periodo de vida que va de los 18 a los 25, o incluso 29 años.

Arnett (2000) señaló que, de acuerdo con la teoría dominante de la psicología del desarrollo, después de la adolescencia, que terminaba en la segunda década de la vida, seguía la adultez temprana o juvenil, la cual duraba hasta cerca de los 40 años, edad en que comenzaba la adultez media. Sin embargo, este autor argumentó que ya no es pertinente denominar adultez juvenil o adultez temprana al periodo de desarrollo que abarca de los 18 hasta finales de los 20 años, en especial porque muchos de estos jóvenes no se consideran a sí mismos como adultos, sino como “en camino” hacia la adultez. Así, el término *adultez emergente* describe con mayor precisión la experiencia subjetiva de las personas en esa etapa.

Hace más de cincuenta años, Erikson (1968), en su libro *Identidad, juventud y crisis*, planteó que en la adolescencia el individuo tendría una etapa de moratoria social, y con ello se refería a un tiempo para experimentar y explorar en torno a su identidad; después de esto, se esperaba que un joven o una joven de 20 años podría tener una identidad consolidada que le permitiría estar en condiciones óptimas para comenzar los roles propios de la vida adulta, tales como casarse, tener un trabajo estable e hijos. Sin embargo, a diferencia de lo que ocurría en tiempos de Erikson (1968), para muchos jóvenes de hoy las condiciones han cambiado, y en sus 20 años se encuentran lejos de sentir que han alcanzado la adultez.

Al desarrollar su teoría de la adultez emergente, Arnett (2000) enfatizó que durante las últimas décadas, en específico en el contexto de ciudades industrializadas, ha habido profundos cambios demográficos que influyen para que las personas posterguen asumir roles de adultos y “sentar cabeza”. Por ejemplo, en niveles socioeconómicos medios y altos, o en países desarrollados, se ha extendido el tiempo de la educación formal requerida para entrar a un mundo laboral especializado, con lo que se ha incrementado el número de jóvenes que ingresan a las instituciones de educación superior y postergan entrar “de lleno” al mercado laboral. Además, también se ha pospuesto la edad para contraer matrimonio y tener hijos, y con ello los jóvenes tienen menores compromisos que por tradición son atribuidos a los roles adultos, lo cual les permite seguir explorando distintas direcciones en la vida, en torno al trabajo, el amor y las perspectivas del mundo. Se podría decir, en términos de Erikson (1968), que la fase de moratoria se ha extendido.

Así, es entendible que ante la pregunta de: ¿consideras que eres un adulto o una adulta?, muchos jóvenes responderán: “sí, pero no”, o “en parte sí, en parte no”, dado que todavía no pueden describirse como adultos al no haber logrado los marcadores socioculturales típicos normativos que indican el comienzo de la adultez: dejar la casa de los padres, casarse, completar la escolarización, un trabajo de tiempo completo, independencia económica, y convertirse en padre o madre, con las responsabilidades que ello implica (Arnett, 2004).

Este proceso de transición hacia la adultez, o *adultez emergente*, muestra diversas condiciones tanto individuales como sociales y culturales que pueden colocar a los jóvenes en un estado de vulnerabilidad. De acuerdo

con Arnett (2000), la adultez emergente abarca una serie de características que se están observando en los jóvenes de varias partes del mundo, sobre todo en contextos urbanos. Arnett (2004) propone cinco características principales que distinguen ese periodo de la vida:

1. Es una edad de exploraciones de la identidad, de probar varias posibilidades, en especial en el amor y el trabajo.
2. Un tiempo de inestabilidad.
3. Son los años en que la persona está más centrada o enfocada en sí misma, en toda la vida.
4. Es la edad de sentirse “entre”, “a la mitad”, en transición, no se sienten adolescentes ni tampoco adultos.
5. La etapa de las posibilidades y el optimismo, cuando florecen las esperanzas y las personas tienen una oportunidad sin igual para transformar sus vidas.

Algunas de las características de la adultez emergente mencionadas implican por sí mismas condiciones vulnerables, como la inseguridad e indefinición o exploración identitaria que conlleva el mismo periodo de transición, y otras que pueden llegar a convertirse en condiciones de vulnerabilidad y riesgo, no solo a nivel personal sino social, debido a las expectativas y costumbres que forman parte del contexto cultural de vida de cada adulto emergente en particular. En el siguiente apartado se detallará lo encontrado al respecto.

VULNERABILIDAD Y ADULTEZ EMERGENTE

En el caso de México y otros países de América Latina, es común que en los campos de la sociología y la economía se haga referencia a la juventud como un grupo de población vulnerable, entre otras cosas porque su transición a la adultez tiene lugar en un contexto de desigualdad y exclusión social (Saraví, 2009), en el que resulta difícil encontrar un trabajo bien remunerado y con óptimas condiciones laborales. En los sectores de jóvenes cuya vida diaria transcurre en la pobreza, hay mayor deserción escolar, falta de acceso a niveles superiores de educación, y, frente a esto, los jóvenes parecen quedar atrapados en trabajos precarios y mal remunerados, que

incluso los colocan en riesgo físico; mientras que esta clase de trabajos constituyen solo el escalón inicial en una carrera laboral ascendente para jóvenes en mejores condiciones socioeconómicas y educativas.

De acuerdo con Galambos y Martínez (2007), en las minorías privilegiadas de los países latinoamericanos se encuentran jóvenes con niveles y estilos de vida comparables a los países más avanzados. Una característica importante en estos es que se ha prolongado su transición a la adultez, ya que cuentan con la oportunidad de ingresar a niveles superiores de escolaridad, lo cual en un futuro les permitirá ingresar a un trabajo acorde a sus intereses personales, su identidad, y que a la vez esté bien remunerado.

Se podría pensar que estos jóvenes privilegiados no enfrentan condiciones de vulnerabilidad, sin embargo, también sufren presiones personales y sociales, así como conflictos emocionales generados en el ámbito laboral, al ser continuamente “bombardeados” por un discurso capitalista neoliberal en el que se promueve una nueva cultura laboral; caracterizada, entre otras cosas, por la aspiración de llegar a ser un “trabajador flexible”, que no quiere la rutina y busca la autonomía, la libertad, el riesgo, la movilidad, el emprendedurismo, la innovación y el cambio (Lima y Pires, 2017). Lo anterior, muchas veces lleva a que los jóvenes tengan una autoexigencia que los somete a un anhelo constante de tener algo mejor y sentir que no han logrado hacer o tener lo suficiente para estar satisfechos. Según Lima y Pires (2017), esto también puede fomentar que los jóvenes acepten condiciones precarias de empleo y no las cuestionen, como la falta de prestaciones laborales y contratos fijos, y a su vez la vivencia de sentirse perdidos, sin sentido, logros ni certidumbres.

En síntesis, puede señalarse que el ámbito laboral en la etapa de adultez emergente representa para algunos enfrentarse a condiciones vulnerables desde una perspectiva socioeconómica, como ocurre en México y otros países de Latinoamérica, debido a las condiciones de pobreza y exclusión que prevalecen en estas naciones. Pero, de igual forma, los jóvenes en edad laboral también afrontan la vulnerabilidad psicológica, entendida como la presencia de factores de riesgo relacionados con la generación de ansiedad, depresión e ira, que pueden dar lugar a distintos grados de malestar subjetivo o psicopatología (Grill et al., 2009).

A continuación, se exponen cuatro aspectos principales en torno a la vulnerabilidad psicológica en la juventud. La intención no es dar una explicación exhaustiva respecto de todo lo que se ha descrito al respecto, sino retomar información que proviene sobre todo de la psicología cultural y puede aportar una visión distinta para el trabajo psicoterapéutico con jóvenes en el rango de edad descrito como adultez emergente.

Conductas de riesgo

Aunque en psicología hay bastantes evidencias respecto a las conductas de riesgo durante la adolescencia, también existen algunas que tienen picos altos en cuanto a riesgo durante la adultez emergente, en especial de los 18 a los 25 años de edad. Estos riesgos incluyen tener relaciones sexuales sin protección, manejar de manera riesgosa bajo el consumo del alcohol o las drogas (Arnett, 2000; Arnett, 2007), consumo excesivo de alcohol u otro tipo de sustancias, ser víctimas de crímenes, accidentes vehiculares, soledad y enfermedad mental (Stanley, 2011).

Stanley (2011) señala que la adultez emergente es un periodo paradójico porque, por un lado, hay un incremento general del bienestar y la salud física y, por otro, se pueden incrementar las conductas problemáticas. Este autor explica que, en comparación con los adolescentes que asisten a la escuela media y viven con sus padres, entre los jóvenes de 18 a 25 años en educación superior o terciaria, o con un trabajo de tiempo completo, a menudo se han disminuido o quitado las restricciones y protecciones que tenían en otros momentos de su vida. Así, el incremento de libertad en la adultez emergente, que viene junto con la disminución o la eliminación de restricciones, puede ser muy disfrutable y mejorar el bienestar de los jóvenes; pero, la libertad mal conducida puede llevarlos a conductas problemáticas (Stanley, 2011).

Por su parte, Arnett (2000) explica que algunas conductas de riesgo en la adultez emergente pueden relacionarse con la exploración de la identidad; como un reflejo del deseo de obtener un amplio rango de experiencias novedosas e intensas antes de establecerse en los roles y las responsabilidades de la vida adulta.

En palabras de Arnett (2008), “para los adolescentes y los adultos emergentes occidentales, las principales amenazas para su salud provienen de

su comportamiento” (p.462), lo que constituye uno de los retos y problemas a tratar en los jóvenes de Occidente del siglo XXI.

Depresión y ansiedad en los jóvenes universitarios

Se podría pensar que la vida de los jóvenes universitarios tiene características positivas y envidiables: estabilidad, una meta clara, condiciones de seguridad, etcétera. Sin embargo, investigadores como Arrieta–Vergara et al. (2014) señalan que estos pueden llegar a tener un mayor riesgo de presentar trastornos depresivos y ansiosos en comparación con la población general, debido a las exigencias académicas, las responsabilidades, las evaluaciones, la realización de trabajos, así como el desarraigo (en el caso de los estudiantes foráneos) o las presiones económicas, familiares y sociales, que pudieran causar de modo eventual un deterioro en su salud mental.

Se estima que uno de cada cuatro jóvenes mexicanos está en riesgo de padecer depresión, ansiedad o estrés, principales problemas de salud pública para ellos, los cuales se incrementaron en la pandemia de covid–19, y todavía siguen siendo un foco importante para la atención en este grupo de población (Pérez–Pérez et al., 2022).

Es importante resaltar que la ansiedad y la depresión son unos de los riesgos que se han descrito en cuanto a la salud mental de los jóvenes en México. Sin embargo, aun cuando esto es en especial relevante para la psicología clínica, se invita a hacer un análisis desde la visión de la psicología cultural, ya que estos padecimientos pueden estar influidos por las condiciones culturales en que se desarrollan.

La premisa principal de la psicología cultural es la idea de que la cultura y la mente son inseparables, debido a que se constituyen mutuamente (Mata–Benítez y Cubero, 2003). Esteban–Guitart (2008) indica que nuestras ideas, creencias, pensamientos y razones, lejos de construirse de una manera privada, aislada y en solitario, se edifican a través de la participación en actividades públicas y sociales significativas (al jugar con amigos, asistir a la escuela, ver la televisión, hacer uso de las redes sociales, etc.). De esta manera, analizar que los jóvenes presenten niveles de ansiedad y depresión, desde la perspectiva de la psicología cultural, llevaría a la revisión del sistema social y cultural del que forman parte.

En los siguientes tres aspectos que se han relacionado con la vulnerabilidad psicológica de los jóvenes, se irá entreviendo cómo las condiciones sociales y culturales pueden repercutir en los padecimientos que experimentan estos en su salud mental y emocional.

¿Se han incrementado las conductas individualistas en los jóvenes?

Una de las características descritas por Arnett (2000) respecto a la adultez emergente es que es una época en que los jóvenes están centrados en sí mismos; no como una cuestión psicopatológica, sino por las circunstancias sociales. Es decir, los niños y adolescentes en general tienen que responder a las normas de los padres y maestros, quienes de forma habitual están monitoreándolos. En contraste, a los 30 o más años, por lo general, se han adquirido nuevos compromisos y obligaciones que incluyen a otros; por ejemplo, un esposo se coordina respecto de actividades de mantenimiento del hogar con su pareja, en lugar de hacerlo con sus padres y hermanos. Sin embargo, hay un periodo en el adulto emergente en el que, según Arnett (2004) hay pocas ataduras que implican obligaciones y compromisos diarios con otras personas, lo que implica mayor posibilidad de centrarse en sí mismo.

Arnett (2004) aclara que no es peyorativo afirmar que la adultez emergente es un tiempo en donde los jóvenes están enfocados en sí mismos. Considera que no hay nada malo en esto: “es normal, saludable y temporal” (p.13). Más aún, gracias a este centrarse en sí mismos, los adultos emergentes desarrollan habilidades para la vida diaria, ganan mayor comprensión acerca de lo que quieren en la vida y comienzan a construir sus vidas como adultos. La meta de este actuar es la autosuficiencia, saber estar por sí mismo como una persona autosuficiente. Pero, es importante la aclaración que hace Arnett (2004), cuando menciona que este estado de autosuficiencia no es permanente, sino que los jóvenes lo ven como un paso necesario antes de comprometerse en relaciones duraderas con otros en el amor y el trabajo.

Una visión contrastante la aportan otros autores al señalar que en las sociedades industrializadas y complejas hay una tendencia al individualismo, que se está viendo reflejada en el incremento de rasgos narcisistas

entre los jóvenes (Twenge et al., 2008a; Twenge et al., 2008b; Twenge y Foster, 2010; Twenge, 2013a, 2013b).

Twenge y Campbell (2010) son de los principales psicólogos investigadores que enfatizan que la cultura norteamericana está promoviendo la presencia de generaciones más centradas en sí mismas —por ejemplo, con mensajes de que “ser grandioso es la llave del éxito”; que se busque “ser el mejor”; “ser único”; ser especial—, lo que lleva a incrementos en el individualismo, el materialismo y, por otra parte, una mayor exigencia sobre sí mismo, el decline de la salud mental y la confianza interpersonal a través de las generaciones.

Twenge et al. (2008a) realizaron un metaanálisis *cross-temporal* (entre 1979 y 2006) de 85 muestras de estudiantes universitarios americanos (N= 16,475), que completaron el Inventario de Personalidad Narcisista (NPI). Con este análisis, encontraron que los niveles del narcisismo han aumentado a través de las generaciones. En específico, los universitarios estadounidenses tuvieron valores más elevados en cuanto al narcisismo que sus predecesores al principio de la década de 1980. Casi dos terceras partes de estudiantes universitarios recientes están arriba de la media de entre 1979–1985, con un 30% de incremento.

Twenge (2013a) reporta que en investigaciones actuales ya se observan en mayor medida seis de siete aspectos relacionados con el incremento en rasgos narcisistas, como son: mayor materialismo, más engaños, más cirugías plásticas, menor empatía y compromiso en las relaciones, y más expectativas no realistas. La única excepción, de acuerdo con lo reportado por esta investigadora, es el crimen, tal vez porque está determinado por muchos factores ajenos a los rasgos de personalidad.

Twenge y Campbell (2013b) consideran que hay bastante evidencia acerca del incremento en el narcisismo en los jóvenes estadounidenses, y lo relacionan con cambios en los valores hacia el interés por el dinero, la fama y la imagen. Sin embargo, Arnett (2013) enfatiza que aún no hay evidencia persuasiva que indique que han aumentado los rasgos narcisistas entre los jóvenes en ese país, en específico entre los adultos emergentes, y que es importante parar estereotipos negativos respecto de ellos. En cambio, señala Arnett (2013), hay evidencia de que tienen altas expectativas y confianza en sus habilidades, pero que estas cualidades deben ser

vistas como recursos psicológicos durante una etapa de la vida que suele ser difícil.

Más adelante, cuando se retome el tema de los planes laborales y su relación con la vulnerabilidad psicológica, se podrá ver que parte de las altas expectativas y el optimismo característico de la adultez emergente están siendo reforzados culturalmente (Twenge et al., 2012a; 2012b); lo que podría estar relacionado con las expectativas a veces muy alejadas de la realidad que se formulan algunos jóvenes y el anhelo de reconocimiento social, lo cual, al no cumplirse, los podría llevar a experimentar frustración, decepción y depresión (Arnett, 2000).

El sistema capitalista y su impacto en el bienestar psicoemocional de los jóvenes

Una visión diferente a la anterior, que se centra en los procesos individuales, es la que aporta Esteban–Guitart (2008), la cual se enfoca más bien en la relación entre los procesos psicológicos y culturales. Un punto relevante es la influencia del sistema capitalista, en tanto factor macro–cultural en las formas de vida y las nuevas formas de construcción de identidad de los jóvenes, en general de las personas, mediadas en lo fundamental por el consumo (Denegri, 2018; Esteban–Guitart, 2011).

De acuerdo con Esteban–Guitart (2011), el capitalismo como factor macro–cultural promueve un estilo de vida que, cuando se lleva a un materialismo y un consumo extremo, puede ser tóxico para el bienestar subjetivo; por ejemplo, al generar sentimientos de insatisfacción, egoísmo y competencia. Asimismo, el autor plantea que el efecto negativo del sistema capitalista consumista es el síndrome de la identidad líquida individualista que afecta a las personas —no solo a los jóvenes—, de manera que dan un alto valor al dinero, las posesiones, la autonomía, las apariencias (física y social), la fama y la independencia. Este síndrome incluye el estilo de vida individualista, la competencia, la propiedad privada, la inestabilidad o la vida libre, los valores hedonistas y el culto a lo aparente o superficial. Estos rasgos, según Esteban–Guitart (2011), podrían explicar el aumento de trastornos mentales como la ansiedad, el estrés o la depresión.

Por otra parte, la modernidad provee a los jóvenes una explosión de alternativas. El número de productos u opciones disponibles se han

incrementado de modo dramático: los canales de televisión, las compañías telefónicas, las marcas de ropa, las variedades de comida, las diferentes computadoras, lo heterogéneo de las familias, las diferentes clases de trabajos, la pluralidad de las religiones... Y la lista continúa. Con todo ello, se ha señalado que la sociedad capitalista y consumista fomenta la creación de necesidades infinitas, placeres materiales hedonistas, conducta impulsiva e hiperactiva, insatisfacción con la “vida sólida”, tener ansia por la novedad, interés por la apariencia personal, y deterioro de las relaciones interpersonales y la felicidad (Ratner, 2006, en Esteban–Guitart, 2011).

Tener toda esa variedad de alternativas disponibles podría facilitar la exploración de la identidad que realizan los jóvenes durante la adultez emergente, con el objetivo de definir quiénes son y qué quieren en la vida. Junto con ello, tener varias opciones disponibles embonaría con la característica de la adultez emergente de “ser una edad de posibilidades”, en donde se podría elegir entre una y cien opciones más. Sin embargo, se ha descrito que todo esto también puede llevar a los jóvenes a un estado de confusión, incertidumbre e indecisión respecto a qué alternativas seguir, e incluso llegar a una sensación de falta de sentido, al no tener un camino definido que los oriente en su porvenir (Damon, 2008). Al respecto, desde que Erikson (1968) desarrolló su teoría del desarrollo, planteó la importancia que para el bienestar emocional de una persona tiene que defina en cierto grado su identidad en torno al área laboral, el amor y la perspectiva o ideología del mundo.

En el siguiente apartado se revisarán algunos datos de una investigación empírica en que se consideró que, a partir del análisis de los planes laborales de los jóvenes universitarios, se podrían vislumbrar algunos riesgos que se han descrito para la juventud, en específico para la adultez emergente, tales como aspirar a altas expectativas laborales, que resultan poco realistas al menos en un contexto socioeconómico como el de nuestro país; caer en intereses considerados “individualistas” o centrados en un beneficio principalmente personal y no social; o aceptar condiciones laborales que puedan parecer muy atractivas en un inicio, por la “libertad”, la flexibilidad y la movilidad, pero que a la larga podrían llevar a aceptar condiciones laborales precarias en cuanto a prestaciones laborales que den estabilidad en un tiempo futuro (Lima y Pires, 2017).

LOS PLANES LABORALES: “UN FOCO DE ATENCIÓN” RESPECTO A LA VULNERABILIDAD EN LA JUVENTUD

Los datos que se presentan en este apartado son parte de los resultados obtenidos en una investigación enfocada en examinar la manera en que las experiencias, prácticas socioculturales y relaciones interpersonales significativas para estudiantes universitarios contribuyen y se articulan para configurar sus planes laborales a futuro, y si estos se orientaban de forma prevalente a la obtención de beneficios a nivel personal y/o social (Aguiar–Aguirre, 2022). Esta sección se enfoca en específico a caracterizar los planes laborales de los jóvenes universitarios participantes en la investigación: si están encaminados hacia la obtención de un beneficio personal y/o social. A partir de ello, se discutirán después los riesgos y las condiciones de vulnerabilidad que los jóvenes pueden enfrentar al tomar acción respecto de estas decisiones de vida.

La investigación aborda el problema desde una perspectiva *psicocultural*. La psicología cultural sostiene que existe una relación e influencia mutua entre el desarrollo psicológico y cultural del ser humano; más aún, parte de la premisa principal de que la cultura y la mente son inseparables, ya que se constituyen mutuamente (Mata–Benítez y Cubero, 2003). Bajo este punto de vista, es evidente que las conductas, las aspiraciones y los “sueños” de los jóvenes se forman en concordancia con el contexto histórico sociocultural en que se desarrollan. Esto sugiere, desde la psicología cultural, que, para comprender con profundidad la vulnerabilidad que pueden presentar los jóvenes en la actualidad, es necesario considerar su cultura y contexto.

La investigación siguió un método cualitativo, fenomenológico interpretativo, con un diseño a la vez retrospectivo y prospectivo (Flick, 2014). Es decir, se obtuvieron relatos acerca de episodios significativos en el pasado y el presente de la vida de los participantes, aquellos que consideraban habían influido en la configuración de sus planes laborales. De igual forma, se analizaron sus narrativas sobre lo que visualizaban como su futuro laboral.

Participaron 15 estudiantes universitarios (seis mujeres y nueve hombres) de diferentes carreras y edades entre los 20 a 23 años, con una media de 21 años, rango que se puede considerar en la etapa de adultez

emergente, según lo propone Arnett (2000). En ese momento, los participantes eran alumnos de una universidad privada de la ciudad Guadalajara, Jalisco, y su selección fue por conveniencia (Given, 2008), dado que la primera autora contaba con acceso a los estudiantes de esa institución.

En un inicio, se planeó entrevistar a seis estudiantes en carreras asociadas a una de las siguientes tres orientaciones disciplinares: ciencias exactas y tecnológico-industriales, humanísticas y sociales, y administrativas y financieras. Esto es, un total de 18 estudiantes. También se pensaba igualar el número de hombres y mujeres, para analizar posibles diferencias relacionadas con roles y expectativas de género. Sin embargo, por la situación de pandemia por covid-19, que inició en el año 2020, en el cual estaba en curso la investigación, se tuvo que cerrar el número de participantes a los 15 que ya se habían entrevistado. Esta decisión se tomó al considerar que en ese momento lo impredecible de la situación de covid-19 quizá podría afectar los relatos de los jóvenes respecto de los planes que, en condiciones normales, proyectarían respecto a su futuro.

La recolección de datos se llevó a cabo en dos sesiones de entrevista, en las que se aplicaron los siguientes instrumentos:

1. Un cuestionario sociodemográfico elaborado *ad hoc*.
2. Dos sesiones de entrevistas semiestructuradas en las que participaron cada uno de los estudiantes, y en las que se aplicaron los distintos instrumentos o técnicas.
3. Una versión adaptada por las autoras de la técnica “cronograma” o “línea temporal”, en su origen diseñada por Bagnoli (2009) como parte de su *Metodología Autobiográfica*. La técnica consiste en trazar en una hoja los hechos más significativos ocurridos desde el nacimiento hasta el momento actual. En el caso de esta investigación, se adaptó para que los participantes identificaran aquellos hechos relevantes con relación a sus planes laborales y, además, se les pidió ubicar en la misma línea los planes que visualizaban para su futuro, identificando la edad aproximada en que se imaginaban realizándolos (figura 2.1).
4. Por último, se empleó la técnica del “mapa relacional”, que también forma parte de la Metodología Autobiográfica de Bagnoli (2009). Se pidió a los participantes representar de manera gráfica a las personas,

las actividades, las instituciones, los objetos y las aficiones significativas para ellos, relacionadas con sus planes laborales futuros.

Las entrevistas audiograbadas se transcribieron y analizaron con el programa Atlas.ti 9, con el que se desarrolló un sistema de códigos que se aplicaban a unidades de sentido que evidenciaban expresiones relativas a los temas de interés de la investigación y se identificaban, ya fuera en una sola palabra o en enunciados o párrafos (Flick, 2014). Cabe señalar que, como parte del análisis, se realizó un proceso de triangulación de los datos provenientes de las distintas técnicas utilizadas —entrevistas semiestructuradas, “línea temporal” o cronograma y mapa relacional— para determinar su convergencia, sus diferencias, o para combinarse y complementarse (Creswell, 2009; Denzin y Lincoln, 2018).

Los códigos se agruparon en categorías, siendo una de las principales la que identificaba los planes en el ámbito laboral. Esta categoría se definió como toda mención a ideas, proyectos, intenciones o acciones que se piensan hacer para obtener remuneración económica; un trabajo u ocupación en términos de empleo, negocio o fuente de ingresos. No se describirán las otras categorías de análisis de esta investigación, pues esto excedería el objetivo de este capítulo, pero el lector interesado en el tema puede consultar esta información en la tesis doctoral de Aguiar–Aguirre (2022).

En este capítulo, nos enfocamos en presentar aquellos hallazgos que se relacionan con algunos de los factores de vulnerabilidad psicológica que se han descrito en cuanto a la juventud, en específico sobre el tema laboral y los factores asociados de adultos emergentes de la actualidad. Además, comentamos algunos aspectos de esta vulnerabilidad que no se detectaron en la mayoría de los participantes, aunque sí en algunos de los jóvenes entrevistados.

FACTORES DE POSIBLE VULNERABILIDAD PSICOLÓGICA A PARTIR DEL ANÁLISIS DE LOS PLANES LABORALES A FUTURO

Para comprender los factores de vulnerabilidad psicológica que pueden enfrentar los estudiantes universitarios en el ámbito laboral, es importante considerar primero cómo se visualizan estos respecto de sus planes

TABLA 2.1 PLANES A FUTURO EN EL ÁMBITO LABORAL

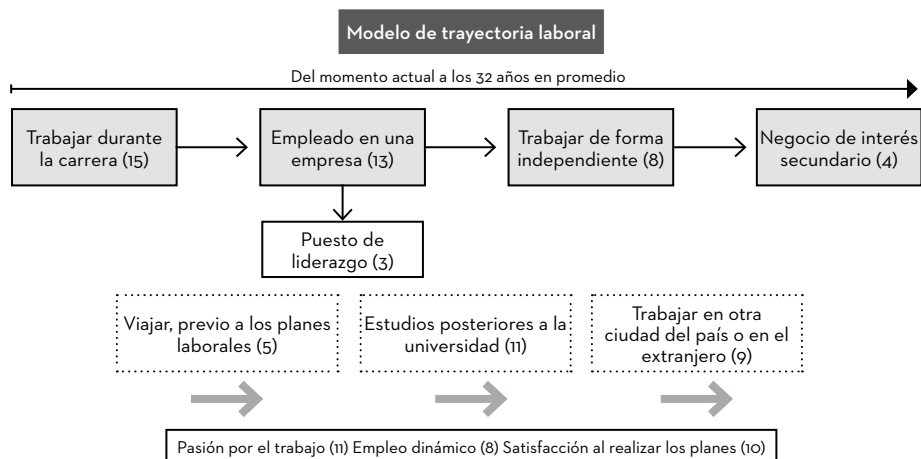
Plan laboral	Participantes															# Participantes	Citas
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Empleado	3	3	2	3	1	3			1	3	3	1	3	1	6	13	33
Trabajo independiente				3		3	1	7	1			1	1		2	8	19
Negocio propio secundario	2	1	3		1											4	7
Puesto de liderazgo	1	1											1			3	3
Empleo dinámico	1	1		2				1	3		1	1	4			8	14
Durante la carrera	4	2				2				2			1		2	6	13
Trabajar en otra ciudad del país o en el extranjero		2	1	1	2			2	4			2	4	4		9	22
Total																111	

laborales. En la investigación, se encontró que los jóvenes participantes tienen ideas bastante claras respecto del trabajo, la ocupación o la fuente de ingresos que les gustaría tener en un futuro para subsistir. La tabla 2.1 muestra los planes que predominan en los participantes, como ser empleado (13), trabajar en otra ciudad del país o en el extranjero (9), tener un trabajo independiente (8) y un empleo que sea dinámico (8).

A partir del análisis por categorías y códigos, se identificaron algunas semejanzas y tendencias compartidas entre los participantes, y se procedió a hacer un análisis comparativo e integrador. Este análisis más complejo permitió articular un modelo de trayectoria laboral (figura 2.1), que incluye ciertos pasos o secuencias que los estudiantes desean seguir desde el momento de vida en que se encuentran hasta alrededor de los 32 o 40 años, edad en la que, por lo general, detienen la descripción de sus planes a futuro.

En la figura 2.1, se observa que 15 de los participantes planean trabajar durante la carrera, de hecho, 14 ya lo hacían en empleos informales y variables al momento de la investigación. Sin embargo, reportaron que, una vez que terminen la carrera universitaria, quieren trabajar, en primer lugar, en una empresa o una institución relacionada con el ejercicio de su carrera profesional y, en segundo, de manera independiente, tener

FIGURA 2.1 MODELO DE TRAYECTORIA LABORAL



Fuente: Aguiar-Aguirre (2022).

un empleo dinámico, no monótono y buscar la oportunidad de laborar en otra ciudad del país o el extranjero. Esto concuerda con la investigación de Lima y Pires (2017) respecto de los jóvenes brasileños, quienes también reportaron desear un empleo en alguna empresa o institución consolidada que les dé estabilidad económica. Sin embargo, en el caso de la investigación que aquí reportamos, la mayoría quiere trabajar en una empresa solo en la primera parte de su trayectoria, para adquirir experiencia laboral, libertad económica e ingresos suficientes que después les ayude a desarrollarse de manera independiente.

Un aspecto que resalta es que poco más de la mitad de los participantes, ya sea que piensen ser empleados en una empresa o tener un trabajo independiente, indicaron que quieren tener un empleo dinámico, no monótono y buscar la oportunidad de trabajar en otra ciudad del país o el extranjero. Resultados similares a estos, junto con los señalamientos que hicieron los jóvenes entrevistados respecto de lo que “no desean” para su futuro laboral (que se presentarán más adelante), han sido interpretados por Lima y Pires (2017) como característicos de una nueva cultura laboral en la que están inmersos los jóvenes; que proviene de la lógica neoliberal y el nuevo capitalismo flexible, en cuyo discurso predominan términos

como autonomía, libertad, riesgo, movilidad, flexibilidad, emprendimiento e innovación, como algo que se espera que tengan los trabajadores del futuro.

De acuerdo con los resultados presentados, los jóvenes participantes en esta investigación están en un punto medio entre querer trabajar de manera flexible, autónoma, libre y, por otro lado, asegurar un empleo que les dé cierto respaldo económico y la oportunidad de adquirir experiencia laboral, antes de aventurarse a trabajar de forma independiente.

Otro aspecto notable en el modelo de trayectoria laboral encontrado en esta investigación es que prevalece un componente afectivo relacionado con los planes laborales de los participantes. Los jóvenes enfatizaron la importancia que para ellos tiene trabajar en algo que les guste, apasione, disfruten y satisfaga, no solo al momento de realizarlo, sino también en un futuro lejano, al saber que lograron realizar sus planes, que, para muchos, además implicará “realizar sus sueños”.

En contraste con el componente afectivo placentero, ligado con hacer algo que les guste y apasione, los participantes también mencionaron aquello que no les gustaría que ocurriera en su futuro laboral (tabla 2.2), lo cual proporciona información interesante que permite contrastar las aspiraciones de los jóvenes con las posibles características encontrarán en el mercado laboral.

En la tabla 2.2, se muestra que la mayoría de los participantes no quiere en su futuro tener que trabajar en algo que no sea de su carrera o no le guste, ni dejar de cumplir sus sueños profesionales; o trabajar en algo monótono, rutinario, o caer en la conformidad y no aspirar a más.

Algunos de los participantes también mencionaron que no desean estar enfocados demasiado tiempo en el trabajo, porque esto podría generarles “estrés” o limitarles en su tiempo para estar con la familia y los amigos. No quieren ser un “workalcoholic”; como ellos dicen, no quieren estar “trabaje y trabaje”.

Resulta muy interesante notar que, aunque el trabajo en su área profesional es algo que desean y quieren disfrutar, también reportan experiencias en su vida que influyen para querer evitar un trabajo demasiado absorbente o estresante. Por ejemplo, varios mencionaron que ver al papá muy estresado y centrado en el trabajo, o que los hermanos mayores o amigos se la pasan trabajando en una rutina diaria de “levantarse, trabajar

TABLA 2.2 FUTURO NO DESEADO

Futuro no deseado	Participantes															# Participantes	Menciones
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Trabajar en algo que no le guste o no sea de su carrera			3	1	1	2		1			1	1	1	1		9	21
No cumplir sus sueños, sus planes	1	1			1		1				2		1			6	7
Trabajar en algo monótono, rutinario				1	2				1		1	3	1			6	15
Caer en la conformidad, no aspirar a más				2			1			1	2		5		3	6	20
Tener mucho estrés, dedicarle mucho tiempo						1		1				1	3			4	6
Trabajar como “Godín” (en una oficina)		2			2			1								3	5
Tener un sueldo mediocre o solo para sobrevivir								4						1	1	3	6
No encontrar trabajo		1									1					2	2
Ser ama de casa		2														1	2
Ser mayor de 50 años y seguir trabajando										1						1	1
Ser cómplice de cosas que no le parezcan correctas															4	1	4
																Total	89

y llegar a dormir”, es algo que influye para que no quieran para su futuro tener actividades laborales tan estresantes y sin equilibrio con otras áreas de su vida.

Incluso, hay jóvenes que mencionaron que no ambicionan tener puestos directivos importantes ni hacer grandes emprendimientos, porque saben que esto implica demasiado esfuerzo y estrés. Es un punto de conflicto

para estos entrevistados, ya que consideran que por ello podrían descuidar otras áreas de su vida, como estar cerca de sus hijos, viajar, tener tiempo para los amigos, etcétera.

Esta misma tendencia, de que en sus aspiraciones laborales no está el “querer ser jefe”, la encontraron Rodríguez–Garza et al. (2018) en jóvenes pertenecientes a una universidad pública de la zona norte de México. En general, se ha descrito que para los jóvenes de la generación Z es importante que haya un balance entre la vida y el trabajo (Kirchmayer y Fratričová, 2018; Maioli y Filipuzzi, 2017), por lo que quieren evitar que su trabajo sea demasiado absorbente.

A manera de síntesis, se pueden resaltar tres factores de posible vulnerabilidad psicológica para los jóvenes universitarios:

1. Que las expectativas respecto al tipo de trabajo que quieren obtener al terminar su carrera no se realicen, lo que podría llevarlos a decepción e incluso a depresión (Arnett, 2000). En el caso de los participantes en la investigación de Aguiar–Aguirre (2022), lo que desean conseguir al terminar la carrera es un trabajo relacionado con lo que estudiaron, que les apasione y no sea rutinario, que no implique mucho estrés, cuyo horario no abarque gran parte de su día, en el que puedan cumplir, o al menos comenzar a cumplir sus sueños, en el que puedan aspirar a un crecimiento profesional, no a un “estancamiento” o una conformidad. Por otra parte, los participantes en este estudio manifestaron ser conscientes de que no es sencillo alcanzar sus metas profesionales en México, y, frente a ello, la mayoría planea buscar un trabajo en el extranjero, o al menos en una ciudad más grande, como la Ciudad de México. Otra alternativa que también plantean es ir a estudiar una maestría al extranjero, ya que consideran que así podrán conseguir mejores trabajos al regresar a su país. Sin embargo, no toman en consideración las dificultades y los retos que esto puede presentarles. Si bien Arnett (2000) plantea que la adultez emergente es una “etapa de las posibilidades” con un grado de optimismo, en el caso de los jóvenes mexicanos que participaron en este estudio se identificó que, más que un optimismo, hay cierto “realismo”, o tal vez incluso un grado de pesimismo respecto a las oportunidades laborales que se pueden obtener en un país como México.

2. Un segundo factor de posible vulnerabilidad psicológica es que, a pesar de que terminen una carrera universitaria, les cueste trabajo encontrar un trabajo relacionado con su carrera, por lo que tengan que continuar con trabajos como los que tienen actualmente, los cuales son informales, ajenos a su carrera, con horarios y frecuencia también variadas. De esta manera, quedarían “atrapados” en empleos con condiciones precarias, como les pasa a muchos jóvenes en nuestro país que viven en situación de pobreza y exclusión (Saraví, 2009).

3. Un tercer factor de posible riesgo es que la mayoría de los participantes quiere comenzar su trayectoria laboral en una empresa que les permita tener buenas prestaciones laborales, entre ellas un salario estable; pero, como paso siguiente, un poco más de la mitad de los jóvenes entrevistados quieren trabajar de manera independiente, sobre todo para no “depender de un jefe”, o bien para iniciar los propios proyectos laborales. Este deseo de libertad, flexibilidad y movilidad, que asocian con trabajar de manera independiente, está relacionado con la nueva cultura laboral descrita por Lima y Pires (2017), la cual puede conllevar el riesgo de la precarización del trabajo, al descuidar las condiciones laborales que se buscan en una empresa, o las que se pueden obtener de manera independiente. Es probable que, si los estudiantes sienten que estarán “de paso” en una empresa, no les interese tanto analizar con detenimiento cuáles son las condiciones laborales que esta ofrece. Por otra parte, si trabajan de forma independiente, también caen en el riesgo descrito por Byung-Chul Han (2010) en *La sociedad del cansancio*, en donde señala que en la sociedad occidental, supuestamente en la búsqueda de libertad, se está promoviendo que sea el individuo el que se explote a sí mismo hasta la extenuación, en lugar de que alguien más sea el que le exige.

4. Finalmente, un posible riesgo de vulnerabilidad psicológica es que terminen en un estilo laboral similar al que ven en algunos de sus padres o amigos, y que es el que no quieren: largas jornadas laborales, altos niveles de estrés y desconexión de la familia y las amistades. Este riesgo, de manera lamentable, no está lejano a la realidad de las personas de nuestro país, tendencia que se identifica con claridad en otros países más desarrollados. Visualizar este peligro lleva a que los jóvenes prefieran no aspirar a puestos directivos, o que impliquen demasiada

responsabilidad. Quizá este riesgo tiene que ver con lo que ellos ya han experimentado en su etapa universitaria (Arrieta et al., 2014), como continuas evaluaciones, estrés de las responsabilidades académicas, presiones económicas, etcétera.

DIFERENCIAS CULTURALES DE LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS MEXICANOS Y SU POSIBLE IMPACTO EN LA VULNERABILIDAD PSICOLÓGICA

Como se verá a continuación, a partir de la investigación realizada, también se encontraron datos que indican un aspecto asociado con la vulnerabilidad psicológica en otros países, principalmente en Estados Unidos, y que no está presente en la mayoría de los participantes entrevistados, aunque se identificó en tres de ellos. Este factor es el que se refiere al riesgo de caer en el individualismo que promueve la sociedad neoliberal capitalista y consumista, y que a su vez se ha relacionado con la presencia de rasgos narcisistas (Twenge et al., 2008a; Twenge et al., 2008b; Twenge y Foster, 2010; Twenge, 2013a, 2013b), trastornos depresivos y ansiedad (Esteban–Guitart, 2011).

Para analizar este aspecto, se retomará la investigación con relación al beneficio que buscan obtener los jóvenes del estudio a partir de sus planes laborales. Se clasificaron en tres tipos:

1. Beneficio personal, cuando el plan laboral genera un bien o una utilidad para la propia persona, la cual puede ser, por ejemplo, de tipo económico, prestigio, reconocimiento, poder, etcétera.
2. Beneficio social, cuando a partir del plan laboral se quiere generar o proporcionar un servicio que impacte de manera favorable en la sociedad o algún grupo social; por ejemplo, el beneficio puede ser promover valores sociales como la igualdad, la no discriminación, desarrollar algún producto de utilidad para el bienestar o la salud de las personas, ofrecer un servicio de ayuda a las personas.
3. Beneficio familiar, cuando el beneficio está enfocado en proporcionar un bien o una utilidad para la propia familia, sea la de origen o la que se quiere tener en un futuro.

TABLA 2.3 BENEFICIO QUE SE BUSCA CON EL PLAN LABORAL

Tipo de beneficio	Participantes															# Participantes	Citas
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Beneficio personal			2		2	3		6		4	6		1	3	5	9	32
Beneficio familiar	2				2			1		1	4		1	1		7	12
Beneficio social	1	1	2		3		2		4	2	4	3			12	10	34
																Total	78

Los resultados muestran un contraste interesante con respecto a las ideas de autores estadounidenses acerca del incremento del individualismo y el narcisismo. La mayoría de los jóvenes participantes en la investigación consideran que con los planes laborales que tienen para su futuro lograrán beneficios tanto a nivel personal como social (tabla 2.3). Además, siete de los 15 participantes especificaron que desean beneficiar de forma directa a su núcleo familiar, sea a su familia de origen o a la que desean formar en su futuro. Estos datos indican una tendencia diferente a lo reportado por Twenge (2013a; 2013b) para el caso de los jóvenes estadounidenses, cuyas aspiraciones están encauzadas sobre todo con el éxito financiero o el reconocimiento social. Si bien, los participantes de este estudio también están interesados en conseguir bienes económicos o materiales a partir de sus planes laborales, solo en tres se observó que sus planes laborales estaban de forma primordial encaminados en torno al éxito financiero y el reconocimiento social, lo cual se conectaba con el perfil y contexto económico familiar.

Los jóvenes mexicanos que participaron en este estudio están en un contexto globalizado y tienen una fuerte influencia de la cultura norteamericana, la cual está orientada hacia un proyecto individualista; sin embargo, al igual que lo descrito respecto a jóvenes de otros países latinoamericanos, como Argentina (Facio et al., 2007), Chile (Barrera-Herrera y Vinet, 2017), Colombia (Marzana et al., 2010) y Brasil (Dutra-Thomé y Koller, 2014), los participantes en esta investigación, además de estar “centrados en sí mismos”, también están “centrados en los otros”, tanto en la familia como en la sociedad. Esta es una diferencia respecto a las

características descritas por Arnett (2000) para la adultez emergente en Norteamérica.

La característica de estar “centrados en los otros”, que incluye un fuerte interés por la familia de origen y la que se tendrá en el futuro, da evidencia de la presencia del familismo prevalente en los países latinoamericanos. Este es un régimen de bienestar social que ha sido considerado un factor protector de algunos de los riesgos económicos, sociales (Fierro y Moreno, 2007), se podría agregar psicoemocionales, y como un aspecto diferenciador en comparación con lo encontrado en adultos emergentes estadounidenses (Arnett, 2000).

Con los datos obtenidos, es posible decir que los jóvenes entrevistados dan importancia de manera equilibrada al interés de obtener beneficios personales, tanto como al de aportar algo en beneficio de la sociedad y de sus propias familias. Se puede afirmar que se conserva el idealismo de la juventud, de querer contribuir y buscar hacer de este mundo un lugar mejor.

Como se mencionó, tres jóvenes enfocan sus planes laborales principalmente a obtener beneficios a nivel personal de tipo material o económico. Describen que el para qué, o sentido principal de su actividad laboral, es generar dinero y/o riqueza. En sus aspiraciones, incluyen llegar a ser millonarios en algún momento de su vida, es decir, vivir con bastante holgura económica y sin limitaciones económicas.

Estos jóvenes, que son tres varones que estudian carreras en el área administrativa y financiera, tienen padres con sus propias empresas, y en general han tenido la oportunidad de vivir en países del Primer Mundo en donde experimentaron condiciones de vida favorables muy ligadas a la holgura económica. De esta manera, proyectan que trabajarán en empleos bien remunerados, o que harán varios negocios y no se conformarán con sueldos bajos.

Dichos estudiantes fueron los únicos en cuyos planes laborales no está presente el interés de contribuir de alguna manera a un beneficio social. Lo que sí se presentó fue el interés de beneficiar a sus propias familias, en específico, al mejorar las condiciones económicas para que en el futuro sus hijos tengan la posibilidad de viajar, vivir en varios países y estudiar en una muy buena universidad.

Kasser y Ryan (1996) señalan que en varios países de Occidente predomina la cultura del “sueño americano”, en el que prevalecen creencias y expectativas relacionadas con el interés de obtener bienes materiales e individualistas, que encauzan las metas de las personas en torno al éxito financiero (dinero), el reconocimiento social (fama) y la apariencia atractiva (imagen), lo cual está asociado con ser exitoso. Sin embargo, estos elementos pueden potencialmente conllevar vulnerabilidad psicológica asociada al decremento del bienestar cuando no toman en cuenta aspiraciones más intrínsecas al ser humano, tales como afiliación, sentimientos de comunidad y utilidad, salud física y aceptación personal (Kasser y Ryan, 1996; Twenge, 2013b).

Con base en la información presentada en las secciones anteriores, en el siguiente apartado se darán algunas sugerencias que sería importante considerar en el trabajo psicoterapéutico con jóvenes o adultos emergentes, universitarios o no universitarios; sobre todo si se quiere tomar en cuenta la información que aporta la psicología cultural en cuanto a la importancia que tiene el contexto sociocultural en que se desarrollan las personas que llegan al consultorio. Por ejemplo, considerar de qué manera el contexto está influyendo en que haya jóvenes cuya aspiración principal sea “generar riqueza” y llegar a “ser millonario”. ¿Qué mensajes se transmiten en las redes sociales, series televisivas, la Internet, las escuelas, las familias, etc., que fomentan este tipo de expectativas y presiones sociales? ¿Cómo trabajar psicoterapéuticamente con este tipo de aspiraciones?

SUGERENCIAS PARA LA PSICOTERAPIA CON JÓVENES EN LA ADULTEZ EMERGENTE DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOCULTURAL

A partir de lo expuesto hasta aquí, se invita a los profesionales de la salud o la educación que trabajan con jóvenes a dialogar con la perspectiva psicocultural para fortalecer el análisis y el apoyo a los casos de jóvenes en la etapa de adultez emergente que presentan diversas problemáticas de tipo psico-socio-emocional. Conocer y profundizar en los guiones culturales predominantes en el contexto sociocultural en que las y los jóvenes se desarrollan, y confrontar estos con cómo los perciben y viven, puede resultar en un apoyo psicoterapéutico más robusto.

Con base en lo que Erikson (1968) señala —los jóvenes tienen como tarea principal definir su identidad en tres áreas: el amor o las relaciones afectivas, el trabajo y la ideología o perspectiva del mundo—, un aspecto importante a indagar en el acompañamiento a los jóvenes son los planes y las aspiraciones laborales que tienen para su futuro y qué sentido encuentran en ellos, es decir, para qué quieren realizar eso que planean.

El contexto psicoterapéutico proporciona un espacio privilegiado para que los jóvenes reflexionen a profundidad respecto del sentido de sus aspiraciones laborales y que puedan apropiarse de sus intereses más genuinos, al deslindarlos de aquellas expectativas y demandas sociales o culturales; que, al ser consideradas como “un deber” impuesto y no razonado, los puede llevar a experimentar sufrimiento e insatisfacción, así como a experimentar altas expectativas que resultan poco realistas, las cuales, al confrontarse con la realidad, los puede conducir a niveles de frustración, autoexigencia desmedida, depresión, ansiedad y sentimiento de fracaso al no realizar sus sueños en el área laboral.

En el contexto universitario en donde se realizó la investigación, algunos estudiantes que recurren a la asesoría psicológica reportan sentirse mal consigo mismos porque creen que “el tiempo se les va” y ya tendrían que estar iniciando aquel “negocio” o proyecto laboral que les permitiera “sobresalir”, “sentir que hacen algo con su vida”, “sentir que hacen algo importante”, o hasta “sentir que no serán olvidados al morir”.

Es necesario identificar las creencias arraigadas que pueden estar generando sufrimiento, para después cuestionarlas, deconstruirlas y limitar el impacto negativo sobre el bienestar emocional de los jóvenes.

Además del contexto psicoterapéutico, en el ámbito educativo sería recomendable que se retome con los jóvenes el análisis del “¿para qué” quieren realizar ciertos planes laborales, y qué expectativas hay alrededor de estos? A la vez, que se analice de dónde provienen esas aspiraciones. En la investigación realizada, se vio que el ambiente educativo, en sus diferentes niveles (primaria, secundaria, preparatoria, universidad), resulta ser un elemento significativo en tanto influye de manera directa en los planes laborales que se llegan a formular los jóvenes. Aunque suene trillado, en efecto, la escuela y la familia son dos de los escenarios fundamentales en donde se gestan las aspiraciones y los valores que buscarán los jóvenes en su futuro.

Por otra parte, las técnicas y los instrumentos que se siguieron en esta investigación resultaron medios excelentes para suscitar la reflexión en los jóvenes estudiantes. De ahí que recomendemos de manera particular el uso del “mapa relacional” (Bagnoli, 2009) y la “línea temporal” o “cronograma”, en su versión modificada por las autoras de este capítulo (que se puede revisar más extensamente en Aguiar–Aguirre, 2022); dado que, al ser técnicas visuales que a la vez se acompañan de la expresión verbal, suelen tener un efecto terapéutico en sí mismas porque facilitan la metacognición y amplían la autoconciencia de los jóvenes. Con ellas, se hacen conscientes de la manera en que lo vivido a lo largo de su vida y los contextos en que han crecido se relacionan con los planes laborales que tienen en su futuro.

Cabe mencionar que algunos de los participantes en la investigación, al iniciar las entrevistas, decían que “no tenían planes” y, sin embargo, al empezar a realizar el ejercicio de la “línea temporal”, poco a poco iban surgiendo esos planes que “no sabían del todo que tenían”. Llegar a este conocimiento en sí mismo les resultaba benéfico, en tanto les generaba un sentimiento de coherencia y consistencia entre lo que ellos “han sido, lo que son y lo que quieren llegar a ser”. Es importante recordar que, según Erikson (1968), este sentimiento de congruencia es fundamental para la vivencia y consolidación de la identidad personal. A su vez, de acuerdo con Arnett (2000), en la actualidad los adultos emergentes todavía tienen como tarea seguir haciendo exploraciones que ayuden en la construcción de la identidad.

Asimismo, estas técnicas también pueden emplearse para indagar acerca de otras áreas de interés (por ejemplo, los planes en el área del amor o las relaciones afectivas; el análisis de ciertas características de personalidad o cierta problemática, etcétera), con lo cual se ampliaría la comprensión de la configuración y las repercusiones del área a analizar.

Por último, se puede concluir que, con independencia del enfoque psicoterapéutico que se utilice (psicoanálisis, conductismo, sistémico, humanista, etc.), la práctica psicoterapéutica se enriquecerá con un diálogo interdisciplinario con la psicología cultural, al igual que con otras disciplinas que contribuyan a la comprensión de la complejidad del ser humano.

La psicología cultural, al centrarse en la relación e influencia mutua entre el desarrollo psicológico y el desarrollo cultural, ofrece una

perspectiva valiosa para entender a los individuos no como seres aislados, sino como entes situados social, cultural e históricamente. En especial en el caso de enfoques psicoterapéuticos centrados en el individuo, sus pensamientos y emociones, una perspectiva que analice el contexto cultural ayudaría a tener una interpretación más profunda y holística del caso. Al reconocer que los pensamientos y las emociones de los individuos están profundamente influidos por su contexto cultural, histórico y social, las y los terapeutas pueden ofrecer intervenciones más contextualizadas y efectivas. Este enfoque integrado no solo fortalece la práctica psicoterapéutica, sino que también promueve una mayor sensibilidad cultural, esencial para trabajar con la diversidad de experiencias humanas en el mundo contemporáneo.

REFERENCIAS

- Aguilar–Aguirre, D. (2022). *Prácticas socioculturales y experiencias significativas que contribuyen a la configuración de los planes laborales de estudiantes universitarios, y a su orientación hacia el beneficio personal y/o social*. [Tesis de Doctorado. ITESO]. <https://rei.iteso.mx/handle/11117/8381>
- Aravena, A. (2007). Juventud y discriminación en la era de la globalización. *Revista Observatorio de Juventud*, año 4(13), 13–22.
- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arnett, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente: un enfoque cultural*. <https://bit.ly/44oldAA>
- Arnett, J. (2013). The evidence for Generation We and against Generation Me. *Emerging Adulthood*, 1(1), 5–10. <https://doi.org/10.1177/2167696812466842>
- Arrieta Vergara, K., Díaz Cárdenas, S., y González Martínez, F. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios:

- prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 7(1), 14–22.
- Bagnoli, A. (2009). Beyond the standard interview: The use of graphic elicitation and arts-based methods. *Qualitative Research*, 9(5), 547–570.
- Barrera–Herrera, A., y Vinet, E.V. (2017). Adultez emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia Psicológica*, 35(1), 47–56. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>
- Creswell, J. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE.
- Damon, W. (2008). *The path to purpose. Helping our children find their calling in life*. Free Press.
- De Oliveira, O., y Mora Salas, M. (2008). Desigualdades sociales y transición a la adultez en el México contemporáneo. *Papeles de Población*, 14(57), julio–septiembre, 117–152.
- Denegri, M. (2018). ¿Consumidores o ciudadanos? Consumo y construcción de identidad en las sociedades posmodernas. Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). <https://bit.ly/43i81XX>
- Denzin, N., y Lincoln, Y. (2018). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. SAGE.
- Dutra–Thomé, L., y Koller, S.H. (2014). Emerging adulthood in Brazilians of differing socioeconomic status: Transition to adulthood. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 24(59), 313–322. <https://doi.org/10.1590/1982-43272459201405>
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth, and crisis*. Norton.
- Esteban–Guitart, M. (2008). Hacia una psicología cultural. Origen, desarrollo y perspectivas. *Fundamentos en Humanidades*, 9(18), 7–23. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18411970001.pdf>
- Esteban–Guitart, M. (2011). La sociedad capitalista consumista y sus efectos sobre la identidad: un abordaje macrocultural. *Rev. Psicol. Polít.*, 11(21).
- Facio, A., Resett, S., Micocci, F., y Mistrorigo, C. (2007). Emerging adulthood in Argentina: An age of diversity and possibilities. *Child Development Perspectives*, 1(2), 115–118. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00025.x>

- Fierro, D., y Moreno, A. (2007). Emerging adulthood in Mexican and Spanish youth: Theories and realities. *Journal of Adolescent Research*, 22(5), 476–503. <https://doi.org/10.1177/0743558407305774>
- Flick, U. (2014). *An introduction to qualitative research*. SAGE.
- Galambos, N.L., y Martínez, M.L. (2007). Poised for emerging adulthood in Latin America: A pleasure for the privileged. *Child Development Perspectives*, 1(2), 109–114. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00024.x>
- García del Castillo, J.A. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Salud y Drogas*, 15(1), 5–13.
- Given, L. (2008). The SAGE Encyclopedia of Qualitative Research Methods. SAGE.
- Grill, S., Sánchez Gallo, M., Castañeiras, C., y Posada, M. (2009). Vulnerabilidad psicológica al malestar subjetivo. Un estudio en población general. *Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata*. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/48140>
- Han, B. (2010). *La sociedad del cansancio*. Epublibre.
- Kasser, T., y Ryan, R.M. (1996). Further examining the american dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 280–287. <https://doi.org/10.1177/0146167296223006>
- Kirchmayer, Z., y Fratričová, J. (2018). What motivates Generation Z at work? Insights into motivation drivers of business students in Slovakia. Conference 31st– IBIMA. Vol.: *Innovation Management and Education Excellence through Vision 2020*, 6019–6030. <https://www.researchgate.net/publication/324797364>
- Lima, J., y Pires, A. (2017). Youth and the new culture of word: Considerations drawn from digital work. *Sociol. Antropol.*, 07(03), 773–797. <http://dx.doi.org/10.1590/2238-38752017v735>
- Maioli, E., y Filipuzzi, M. (2017). Nuevas generaciones y empleo. Características psico-sociales de las generaciones Z y su inserción en las estructuras organizacionales asociadas al empleo (CABA, 2016). *Journal de Ciencias Sociales*. Año 5 (8). 10.18682/jcs.voi8.610

- Marzana, D., Pérez-Acosta, A.M., Marta, E., y González, M.I. (2010). La transición a la edad adulta en Colombia: una lectura relacional. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 28(1), 99–112.
- Mata-Benítez, M., y Cubero, M. (2003). Psicología cultural: aproximaciones al estudio de la relación entre mente y cultura. *Infancia y Aprendizaje*, 26(2), 181–199. <https://doi.org/10.1174/02103700321827777>
- Pérez-Pérez, M., Fernández-Sánchez, H., Enríquez-Hernández, C., López-Orozco, G., Ortiz-Vargas, I., y Gómez-Calles, T. (2021). Estrés, ansiedad, depresión y apoyo familiar en universitarios mexicanos durante la pandemia de COVID-19. *Salud Uninorte*, 37(3), 469–480. <https://dx.doi.org/10.14482/sun.37.3.616.98>
- Rodríguez-Garza, B., Terán-Cázares, M., y García-De la Peña, M. (2018). El vínculo de la personalidad y la selección de recursos humanos en México: caso generación Z. *VinculaTégica EFAN*. <https://bit.ly/498nZY9>
- Saraví, G. (2009). *Transiciones vulnerables: juventud, desigualdad y exclusión en México*. CIESAS.
- Stanley, P. (2011). ‘Twenty something’: The social policy and practice implications of emerging adulthood. *Aotearoa New Zealand Social Work*, 23(3), 50–57. <https://doi.org/10.11157/anzswj-vol23iss3id160>
- Twenge, J. (2013a). Overwhelming evidence for Generation Me: A reply to Arnett. *Emerging Adulthood*, 1(1), 21–26. <https://doi.org/10.1177/2167696812468112>
- Twenge, J. (2013b). The evidence for Generation Me and against Generation We. *Emerging Adulthood*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.1177/2167696812466548>
- Twenge, J., y Campbell, K. (2010). Birth cohort differences in the monitoring the future dataset and elsewhere: Further evidence for Generation Me—Commentary on Trzesniewski y Donnellan (2010). *Perspectives on Psychological Science*, 5(1), 81–88. <https://doi.org/10.1177/1745691609357015>
- Twenge, J., y Foster, J. (2010). Birth cohort increases in Narcissistic Personality traits among american college students, 1982–2009. *Social Psychological and Personality Science*, 1(1), 99–106. <https://doi.org/10.1177/1948550609355719>

- Twenge, J., Campbell, K., y Gentile, B. (2012a). Changes in pronoun use in american books and the rise of individualism, 1960–2008. *Journal of Cross–Cultural Psychology*, 44(3), 406–415. <https://doi.org/10.1177/0022022112455100>
- Twenge, J., Campbell, K., y Gentile, B. (2012b). Increases in individualistic words and phrases in american books, 1960–2008. *PLoS ONE*, 7(7), e40181. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0040181>
- Twenge, J., Konrath, S., Foster, J., Campbell, K., y Bushman, B. (2008a). Egos inflating over time: A cross–temporal meta–analysis of the Narcissistic Personality Inventory. *Journal of Personality*, 76(4), 875–902. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00507.x>
- Twenge, J., Konrath, S., Foster, J., Campbell, K., y Bushman, B. (2008b). Further evidence of an increase in narcissism among college students. *Journal of Personality*, 76(4), 919–927.