

27/01/2022

## Ansietat juvenil: noves eines per a la indecisió vocacional



L'adolescència es caracteritza per ser una etapa amb preses de decisions que poden tenir efectes a llarg termini i conseqüències en la salut mental. Un dels casos més il·lustratius és la decisió dels estudis posteriors a l'ESO i estudis superiors. El grup de recerca COGPRO de la UAB ha desenvolupat un conjunt d'eines informàtiques d'avaluació com a mètode d'orientació professional i acadèmica. Una d'elles, a més, funciona com a predictora de l'ansietat.

Istockphoto/SIphotography

L'adolescència es caracteritza per ser una etapa en què els i les joves han de prendre tota una sèrie de decisions, que no només tenen afectacions a curt termini, sinó també al llarg de les seves vides. El principal problema es dona perquè aquestes decisions s'han de prendre quan encara es coneixen poc a sí mateixos. Per tant, el risc de prendre males decisions, si no es disposa de les eines correctes, pot ser molt alt, amb la conseqüent repercussió emocional i de salut mental que això pot comportar entre les persones afectades.

Una d'aquestes decisions que, a ben segur, pot tenir una afectació al llarg de la vida dels joves fa referència a la tria vocacional. Als 16 anys (quan acaben l'ESO) o als 18 (quan acaben els estudis superiors) se'ls hi demana que triïn uns estudis o professions sense disposar, sovint, de les eines adequades per poder-ho fer.

Al llarg de la història de l'orientació vocacional ha estat generalitzat l'ús de diferents instruments (qüestionaris o tests) per orientar vocacionalment als joves, a partir de mesures declaratives explícites. Les tries explícites solen estar molt condicionades per criteris aparentment racionals, com les sortides professionals o els ingressos mitjans, mentre que els interessos implícits tenen a veure amb la satisfacció personal. Per exemple, un o una jove poden declarar que li agradaria ser advocats o economistes (per raons explícites), quan en realitat el que veritablement els hi agrada és la música o la pintura (per raons implícites). En aquest exemple, queda ben palès que els interessos explícits (aquells avaluats a través de qüestionaris o tests) poden ser força diferents d'allò pel qual realment hi tenen interès (els interessos implícits).

En aquest estudi ens vam plantejar la mesura dels interessos implícits dins dels interessos vocacionals i la seva possible relació amb l'ansietat i alguns trets de personalitat. Amb aquesta finalitat van participar 304 adolescents de l'últim curs d'ESO, que van respondre tres programes informàtics: un primer per avaluar els interessos implícits (*PrUnAs: Preferences Unobtrusive Assessment*); un segon, per a l'avaluació dels interessos explícits i una tercera prova d'auto-coneixement. Totes aquestes eines informàtiques van ser dissenyades i creades pels autors de l'estudi. A més, també van fer una prova de paper i llaips per mesurar l'ansietat (STAI).

Els resultats obtinguts van mostrar una coincidència entre els interessos explícits i els implícits de poc menys del 50%, la qual cosa posa de manifest que no avaluar els interessos implícits pot portar a la presa de decisions equivocades. A més, el programa PrUnAs no només ha mostrat ser una eina fiable per avaluar els interessos implícits, sinó que també ha resultat ser una bona eina predictora de l'ansietat.

Com a conclusió principal de l'estudi, hem comprovat que els interessos implícits i explícits no són el mateix i que disposar d'una bona eina per avaluar els interessos implícits pot ajudar els joves a reduir els nivells d'indecisió normals que es tenen a aquesta edat, amb els conseqüents guanys per la seva qualitat de vida i salut mental.

#### **Antoni Castelló, Ramon Cladellas**

Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació  
Universitat Autònoma de Barcelona  
[Ramon.Cladellas@uab.cat](mailto:Ramon.Cladellas@uab.cat)

#### **Referències**

Castelló, A.; Cladellas, R. **Assessment of Implicit Interests through an Unobtrusive Computer Task. Their Relations with Career Decision, Anxiety, and Personality Traits.** *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 12366. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312366>

[View low-bandwidth version](#)