

27/01/2022

Ansiedad juvenil: nuevas herramientas para la indecisión vocacional



La adolescencia se caracteriza por ser una etapa con tomas de decisiones que pueden tener efectos a largo plazo y consecuencias en la salud mental. Uno de los casos más ilustrativos es la decisión de los estudios posteriores a la ESO y estudios superiores. El grupo de investigación COGPRO de la UAB ha desarrollado un conjunto de herramientas informáticas como método de orientación profesional y académica. Una de ellas además, funciona como predictora de la ansiedad.

Istockphoto/SIphotography

La adolescencia se caracteriza por ser una etapa en la que los y las jóvenes deben tomar una serie de decisiones, que no sólo tienen consecuencias a corto plazo, sino también a lo largo de sus vidas. El principal problema es que estas decisiones deben tomarse cuando todavía se conocen poco a sí mismos. Por tanto, el riesgo de tomar malas decisiones, si no se dispone de las herramientas correctas, puede ser muy alto, con la consecuente repercusión emocional y de salud mental que pueden comportar entre las personas afectadas.

Una de estas decisiones que, a buen seguro, puede tener una afectación a lo largo de la vida de los jóvenes, hace referencia a la elección vocacional. A los 16 años (cuando terminan la ESO) o a los 18 (cuando terminan los estudios superiores) se les pide que elijan unos estudios o profesiones sin disponer a menudo de las herramientas adecuadas para poder hacerlo.

A lo largo de la historia de la orientación vocacional se ha generalizado el uso de diferentes instrumentos (cuestionarios o test) para orientar vocacionalmente a los jóvenes, a partir de medidas declarativas explícitas. Las elecciones explícitas suelen estar muy condicionadas por criterios aparentemente racionales, como las salidas profesionales o los ingresos medios, mientras que los intereses implícitos tienen que ver con la satisfacción personal. Por ejemplo, un o una joven pueden declarar que les gustaría ser abogados o economistas (por razones explícitas), cuando en realidad lo que verdaderamente les gusta es la música o la pintura (por razones implícitas). Este ejemplo evidencia que los intereses explícitos (aquellos evaluados a través de cuestionarios o test) pueden ser bastante diferentes de aquello por lo que realmente tienen interés (los intereses implícitos).

En este estudio nos planteamos la medida de los intereses implícitos dentro de los intereses vocacionales y su posible relación con la ansiedad y algunos rasgos de personalidad. Con esta finalidad participaron 304 adolescentes del último curso de la ESO, que respondieron tres programas informáticos: un primer programa para evaluar los intereses implícitos (*PrUnAs: Preferences Unobtrusive Assessment*); un segundo, para la evaluación de los intereses explícitos y una tercera prueba de auto-conocimiento. Todos estos programas informáticos fueron diseñados y creados por los autores del estudio. Además, también realizaron una prueba de papel y lápiz para medir la ansiedad (STAI).

Los resultados obtenidos mostraron que existía una coincidencia entre los intereses explícitos e implícitos de poco menos del 50%, lo que pone de manifiesto que no evaluar los intereses implícitos puede acarrear tomar decisiones equivocadas. Además, el programa PrUnAs no sólo mostró ser una herramienta fiable para evaluar los intereses implícitos, sino que también resultó ser una buena herramienta predictora de la ansiedad.

Como conclusión principal del estudio, hemos comprobado que los intereses implícitos y explícitos no son lo mismo y que disponer de una buena herramienta para evaluar los intereses implícitos puede ayudar a los jóvenes a reducir los niveles de indecisión normales que se tienen en esta edad, con los consiguientes beneficios para su calidad de vida y salud mental.

Antoni Castelló, Ramon Cladellas

Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación

Universidad Autónoma de Barcelona

Ramon.Cladellas@uab.cat

Referencias

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](#)