



UNIVERSIDAD  
DE LA REPÚBLICA  
URUGUAY

 Facultad de  
Psicología  
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Trabajo Final de Grado

Modalidad: Monografía

---

## **La Orientación Vocacional Ocupacional (OVO) como factor protector de la salud mental en adolescentes**

**Autora: Bianca Oxley**

**C.I.: 5.199.768-4**

**Docente Tutor: Graciela Loarche**

**Revisora: Valeria Píriz**

Montevideo, abril 2025

## Índice:

1. Resumen.....	2
2. Introducción.....	3
3. Marco teórico.....	5
3.1. Salud mental: concepto y determinantes .....	5
3.2. Salud mental desde la Psicología de la Salud: aportes a la OVO.....	7
3.3. Adolescencia como etapa evolutiva y construcción de identidad.....	8
3.4. Orientación Vocacional Ocupacional (OVO).....	13
3.5. Modalidades de abordaje en OVO y dimensión ética.....	14
3.6. Identidad vocacional y factores de riesgo y protección.....	17
3.7. Transformaciones sociales y su impacto en la elección vocacional.....	21
4. Reflexiones.....	27
5. Referencias.....	30

## 1. Resumen

Esta monografía, enmarcada en el Trabajo Final de Grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de la República, se propone analizar el rol de la Orientación Vocacional Ocupacional (OVO) como herramienta de promoción y protección de la salud mental en la adolescencia. A partir de experiencias prácticas realizadas en el marco Universitario, se observa cómo la OVO permite acompañar procesos subjetivos complejos, vinculados a la construcción de identidad, la toma de decisiones y la elaboración de un proyecto de vida, en un contexto marcado por la incertidumbre y la presión tanto familiar como social (Erikson, 1956; Viñar, 2009; OMS, 2022).

Se aborda la OVO como un proceso permanente que va más allá del uso de pruebas psicotécnicas, priorizando un encuadre ético, reflexivo y situado. Se recuperan aportes teóricos que permiten comprender la adolescencia, así como los factores de riesgo y protección implicados en la elección vocacional, y el impacto del contexto sociocultural actual, atravesado por el consumo y la sobreexigencia (Mosca & Santiviago, 2011; Bohoslavsky, 1971).

Se destaca, a partir de esto, la función del orientador como facilitador de espacios de escucha y reflexión que habiliten decisiones más conscientes y sostenidas en el tiempo, favoreciendo la autonomía, el bienestar emocional y la construcción del proyecto de vida (Amorín, 2008; OMS, 2022). Asimismo, se subraya la importancia de fortalecer la formación profesional y articular políticas públicas intersectoriales, como lo evidencia la reciente reactivación de la Licenciatura en Psicopedagogía conjunta entre Udelar y ANEP, con potencial

impacto en el campo de la orientación vocacional.

**Palabras clave:** salud mental, adolescencia, orientación vocacional, proyecto de vida

## 2. Introducción

El presente trabajo tiene como propósito analizar y profundizar en la Orientación Vocacional Ocupacional, desde ahora OVO y su relevancia como factor protector de la salud mental, centrándose particularmente en la etapa de la adolescencia. Esta etapa se caracteriza por ser un período de transición, inestabilidad e intensa reorganización psíquica, en la que se define parte de la identidad personal y social del sujeto (Erikson, 1956; Viñar, 2009).

Mi interés por esta temática surge a partir de la participación en la práctica universitaria Orientación Vocacional - Comunitaria, llevada a cabo en el año 2021, en el marco del Programa de Respaldo al Aprendizaje (Progresía). Antes de esa experiencia, consideraba la OVO como un proceso centrado en la administración de test psicotécnicos para identificar fortalezas individuales y orientar, con base en ello, hacia determinadas carreras. Sin embargo, esta visión fue transformándose a medida que me involucré activamente en el trabajo en territorio.

La práctica se desarrolló mediante talleres en liceos e instituciones como INAU, dirigidos a adolescentes de 4º, 5º y 6º año, así como en espacios personalizados de consulta y orientación (ECO), donde los y las adolescentes podían abordar

inquietudes particulares sobre sus trayectorias educativas. En estos encuentros se hizo visible la falta de información, de recursos y de acompañamiento que enfrentan muchos adolescentes al momento de decidir su futuro. La presión por “elegir bien”, los mandatos familiares y las condiciones sociales desfavorables que combinadas con un contexto de cambio constante e incertidumbre generaban grandes niveles de ansiedad, frustración y malestar emocional (Amorín, 2008).

Fue en ese marco donde comprendí la importancia de la OVO como un dispositivo de acompañamiento que permite al adolescente pensarse desde un lugar activo y reflexivo, habilitando un proceso de construcción subjetiva de su proyecto de vida. En 2022, esta motivación me llevó a cursar la pasantía: dispositivos de atención psicológica y orientación a estudiantes, como práctica de graduación, profundizando el trabajo en territorio e incorporando talleres temáticos (ansiedad y estrés, bullying, entre otros), dirigidos especialmente a estudiantes de primer año de la Universidad de la República.

A lo largo de estas experiencias se hizo evidente que la OVO, cuando es comprendida como un proceso integral y no como una intervención puntual, puede incidir de forma directa en el bienestar emocional y en la promoción de salud mental de los y las adolescentes (OMS, 2022). Por todo lo mencionado, considero fundamental visibilizar y priorizar el rol de la OVO como una estrategia preventiva, capaz de acompañar procesos complejos atravesados por lo social, lo familiar y lo educativo.

La adolescencia, como etapa crítica y constitutiva, requiere espacios que habiliten el autoconocimiento, la elaboración del deseo y la posibilidad de elegir sin

miedo a equivocarse. En ese sentido, la vocación no puede pensarse como un punto de llegada, sino como una construcción permanente, situada e históricamente condicionada (López Bonelli, 2003).

En este contexto, también se vuelve pertinente considerar iniciativas recientes como la reactivación de la Licenciatura en Psicopedagogía (ANEP-Udelar, 2025), que retoma la necesidad de formar profesionales capacitados en acompañamiento educativo, aprendizaje y orientación, fortaleciendo dispositivos que, como la OVO, abordan integralmente los procesos adolescentes.

Se propone entonces comenzar por definir y articular los conceptos de salud mental, adolescencia y orientación vocacional ocupacional, para reflexionar críticamente sobre su interrelación, así como sobre el lugar que ocupa el orientador en estos procesos.

### **3. Marco Teórico**

#### **3.1. Salud mental: concepto y determinantes**

La OMS, en el año 2022 considera que la salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos.

La salud mental es un componente esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. La OMS no la define como la mera ausencia de trastornos mentales, sino como un proceso dinámico, complejo y particular en cada

individuo. Dicho proceso puede implicar distintos niveles de dificultad y sufrimiento, lo que genera que tanto los resultados sociales como en los abordajes clínicos, puedan ser diferentes.

A lo largo de la vida, múltiples determinantes individuales, sociales y estructurales pueden combinarse para proteger o afectar negativamente la salud mental, modificando nuestra situación en relación con ella (OMS, 2022). Estos determinantes están influenciados, además, por factores psicológicos y biológicos individuales que pueden aumentar la vulnerabilidad a desarrollar afecciones mentales. Entre ellos se encuentran las habilidades emocionales, entendidas como aquellas capacidades que permiten identificar, comprender y regular las propias emociones, así como establecer vínculos saludables con los demás (Bisquerra, 2003), así como la exposición a contextos sociales, económicos, geopolíticos y ambientales adversos.

Los factores de protección tales como las habilidades y atributos sociales y emocionales, las interacciones sociales positivas, el acceso a una educación de calidad y a un empleo digno son los que fortalecen la resiliencia individual y colectiva. Entendiendo la resiliencia como la capacidad de una persona para afrontar, adaptarse y superar situaciones adversas, desarrollando competencias personales y sociales (Grotberg, 2006; Rutter, 1993).

En este sentido, y siguiendo lo establecido por la OMS (2022), resulta fundamental destacar que las intervenciones de promoción y prevención en salud mental deben centrarse en la identificación de los determinantes individuales, sociales y estructurales que influyen en ella. Con el objetivo de reducir los factores de riesgo, fortalecer la resiliencia y generar entornos que favorezcan el bienestar mental. Para ello, es necesario implementar acciones que trascienden el ámbito de

la salud, involucrando también sectores como la educación.

La promoción de la salud mental comprende las estrategias dirigidas a fortalecer los recursos personales, sociales y contextuales de las personas y comunidades, con el fin de mejorar su bienestar emocional y prevenir el sufrimiento psíquico, desde un enfoque integral y participativo (Sánchez Vidal, 2006, p. 52).

En línea con esta perspectiva, la promoción de la salud mental en niños y adolescentes requiere la implementación de políticas públicas y de leyes que garanticen su protección. Resulta necesario desarrollar programas escolares que fomenten el bienestar emocional, así como mejorar la calidad de los entornos comunitarios. En particular, los programas de aprendizaje socioemocional en las escuelas han demostrado ser una de las estrategias más eficaces de promoción de la salud mental, sin importar el nivel de ingresos (OMS, 2022).

### **3.2. Salud mental desde la Psicología de la Salud: aportes a la OVO**

Delimitar el concepto de salud mental desde la Psicología de la Salud permite trascender visiones reduccionistas centradas en la patología o la ausencia de síntomas, y proporcionar una mirada integral sobre los procesos que favorecen o perjudican el bienestar psíquico de las personas. Desde esta perspectiva, la salud no es una condición estática ni puramente individual, sino un **proceso de construcción social**, históricamente determinado por condiciones de vida, trabajo, educación, organización económica y relaciones de poder (Saforcada, 2007). Esta concepción permite situar la salud mental como un fenómeno complejo, dinámico y multifactorial, que exige intervenciones preventivas, educativas y comunitarias orientadas a fortalecer la autonomía, la resiliencia y los recursos personales y colectivos (Medina, 2005).

Desde esta mirada, los factores de riesgo se entienden como aquellas condiciones que aumentan la probabilidad de que un sujeto desarrolle malestar emocional o trastornos psicológicos. Estos pueden ser internos (como la baja autoestima o la escasa regulación emocional) o externos (como la violencia, la pobreza o la presión social). Mientras que los factores de protección son aquellos que permiten al sujeto afrontar las adversidades de forma saludable, y comprenden tanto características personales como redes de apoyo, entornos seguros y experiencias de sentido compartido (Amorín, 2008). Dichos factores no actúan de manera aislada, sino en interacción constante con las condiciones sociales, culturales y estructurales del entorno.

Aplicar esta perspectiva a la OVO permite ampliar su alcance: no se trata únicamente de acompañar una elección educativa o laboral, sino de generar **dispositivos subjetivantes** que promuevan el bienestar emocional, la construcción de identidad y la elaboración de un proyecto de vida situado y significativo. En este marco, la OVO puede funcionar como una herramienta concreta de promoción de la salud mental, con capacidad de articularse con políticas públicas intersectoriales en los campos de la salud, la educación y el desarrollo social.

### **3.3. Adolescencia como etapa evolutiva y construcción de identidad**

En este marco, es imprescindible considerar el concepto de adolescencia, ya que se trata de una etapa esencial para la promoción de la salud mental. La OMS define la adolescencia como el período de crecimiento que transcurre entre la niñez y la adultez, comprendido entre los 10 y 19 años. Independientemente de la dificultad para establecer un rango exacto de edad es importante el valor adaptativo, funcional y decisivo que tiene esta etapa. El adolescente se encuentra en un estado de

transición permanente: ya no es un niño totalmente dependiente, pero aún no ha alcanzado la autonomía plena de la adultez. Como señala UNICEF (2020), este tránsito implica comenzar a asumir responsabilidades propias, enfrentando a la vez profundas transformaciones personales y sociales.

En cuanto a este proceso de transición, diversos autores han aportado marcos teóricos que permiten comprender la complejidad de la adolescencia. Erik Erikson (1956) propone que esta etapa se caracteriza por una *moratoria psicosocial*, es decir, un período en el que el individuo tiene la posibilidad de experimentar distintos roles e identidades antes de asumir compromisos definitivos en la vida adulta. Según el autor, esta exploración permite al adolescente encontrar un lugar propio dentro de la sociedad, adquiere un sólido sentido de su continuidad interna y de su identidad social, que unirá lo que fue de niño, y lo que está por llegar a ser, y reconciliar su concepto de sí mismo y el reconocimiento que la comunidad hace de sí.

En esta línea, Marcelo Viñar (2009) advierte sobre el riesgo de concebir la adolescencia como una categoría fija, universal y natural. En lugar de hablar de una sola adolescencia, propone referirse a “adolescencias” en plural, subrayando así su carácter culturalmente construido y socialmente condicionado. Para Viñar, cada adolescente atraviesa este período de forma singular, en función tanto de su historia individual como del contexto socioeconómico, cultural e ideológico en el que está inmerso. Incluso dentro de una misma ciudad, como Montevideo, pueden encontrarse múltiples formas de transitar esta etapa, determinadas por las condiciones materiales y simbólicas de cada sector social.

Desde este enfoque, no es posible comprender el tránsito adolescente sin

considerar el entorno en el que se desarrolla. Cada cultura configura sus propias formas de vivir esta etapa, y por lo tanto, no puede ser evaluada desde parámetros externos o estandarizados. No obstante, otros autores como Knobel (1994) señalan que, más allá de las diferencias culturales e históricas, la transición de la niñez a la adultez es un proceso común a todas las sociedades humanas, aunque sus formas de transitar varíen.

Siguiendo con estos aportes, la psicoanalista francesa Françoise Dolto (1990) ofrece una mirada que se aleja de las concepciones lineales y evolutivas de la adolescencia. Para Dolto, esta etapa no puede entenderse como una simple transición entre la infancia y la adultez, ni como una fase final del crecimiento infantil. Por el contrario, plantea que el pasaje a la vida adulta supone una ruptura profunda con el estado anterior, lo cual convierte a la adolescencia en una verdadera “fase de mutación” (Dolto, 1990, p. 11).

En este marco, la adolescencia es una crisis estructurante en la que se reconfigura la identidad, marcada por una inestabilidad psíquica que no solo es esperable, sino necesaria. Esta crisis no debe ser patologizada, sino entendida como parte constitutiva del proceso de crecimiento subjetivo. La idea de Dolto resulta clave para profundizar en una comprensión compleja de esta etapa: lejos de ser un simple pasaje, se trata de un momento crítico en el que se redefine el lazo del sujeto con su historia, su cuerpo y su entorno.

Complementando esta mirada, Bohoslavsky (1977, 1984) profundiza en la adolescencia como una etapa marcada por la crisis, la transición y la necesidad de adaptación. Sostiene que es precisamente en este período cuando el conflicto

vocacional adquiere una relevancia particular, ya que el adolescente atraviesa numerosos cambios que lo interpelan en distintas dimensiones de su identidad. En medio de este proceso, debe intentar definir aspectos fundamentales como su identidad ocupacional, sexual, ideológica, ética y religiosa. Esta multiplicidad de exigencias hace que la toma de decisiones vocacionales se vuelva especialmente compleja, al tiempo que activa tensiones internas que requieren acompañamiento y contención.

En sintonía con estas miradas, y retomando al autor Marcelo Viñar (2009), éste también concibe la adolescencia como una etapa que, para ser verdaderamente saludable, debe implicar cierto grado de inestabilidad psíquica. Lejos de considerar la crisis como un signo patológico, la entiende como una condición necesaria para el crecimiento subjetivo. La aparición de angustia y malestar emocional no solo es esperable, sino que forma parte constitutiva de este proceso.

En este recorrido resulta pertinente detenernos brevemente en el concepto de *crisis evolutiva*, tal como lo aborda la Psicología Evolutiva. Según Amorín (2008), las crisis evolutivas son momentos fundamentales del desarrollo humano, ya que actúan como motores del pasaje de una etapa evolutiva a otra dentro del ciclo vital. La palabra “crisis” proviene del griego *krino*, que significa cambio, transformación, alteración, decisión, separación o juicio; es decir, implica siempre una ruptura con el estado anterior.

Desde esta posición teórica, una crisis evolutiva no sólo marca un quiebre, sino que habilita la transición hacia una nueva configuración subjetiva. Se trata de experiencias universales que son comunes a todos los sujetos que atraviesan una determinada etapa, y cumplen la función de rituales de pasaje, es decir, de cierre de

una etapa anterior y apertura de una nueva. Amorín (2008) destaca que la duración y el impacto de estas crisis están condicionados en gran medida por factores macro-culturales, como el contexto social, histórico y simbólico en el que se insertan.

Si bien toda crisis conlleva una pérdida momentánea del equilibrio psicológico alcanzado hasta ese momento, lo que implica cierto riesgo o vulnerabilidad, también encierra una posibilidad de crecimiento. Como afirma el autor, la crisis ofrece una oportunidad valiosa: la de acceder a un estado más complejo, maduro y elaborado que el anterior.

Aportando a esta visión, Mauricio Knobel (1994) profundiza en la idea de que la adolescencia implica una transformación subjetiva profunda, que obliga al individuo a reformular su autoimagen y proyectarse hacia el futuro. En palabras del autor:

“(…) existe, como base de todo este proceso, una circunstancia especial, que es la característica propia del proceso adolescente en sí, es decir, una situación que obliga al individuo a reformularse los conceptos que tiene acerca de sí mismo y que lo lleva a abandonar su autoimagen infantil y a proyectarse en el futuro de su adultez. El problema de la adolescencia debe ser tomado como un proceso universal de cambio, de desprendimiento, pero que se teñirá con connotaciones externas peculiares de cada cultura que lo favorecerán o dificultarán, según las circunstancias” (Knobel, 1994, pp. 38-39).

De este modo, los mencionados autores coinciden en comprender la adolescencia como un momento de ruptura y transformación, donde el malestar

psíquico no sólo es esperable, sino estructurante. Al mismo tiempo, reconocen que, si bien se trata de un proceso universal, su manifestación concreta estará fuertemente influenciada por las condiciones culturales, sociales y familiares de cada cultura.

A partir de esta mirada, López Bonelli (2003) subraya que el proceso de elección vocacional durante la adolescencia implica inevitablemente una renuncia: al elegir un camino, se dejan de lado otros posibles, lo cual genera tensiones internas que requieren ser acompañadas y elaboradas. En este sentido, la OVO adquiere un valor fundamental, ya que permite al adolescente transitar este momento de definiciones con mayor contención, ayudándolo a reconocer que toda elección conlleva pérdida, pero también posibilidad.

### **3.4. Orientación Vocacional Ocupacional (OVO)**

En este contexto, la OVO se vuelve indispensable en la construcción de un proyecto de vida. Mosca y Santiviago (2011) sostienen que orientar implica acompañar, sostener y promover mejores condiciones para que el sujeto pueda elegir desde un lugar más informado, reflexivo y consciente. Lejos de tratarse de una simple elección entre opciones preestablecidas, la OVO se posiciona como un proceso que favorece la autonomía y el autoconocimiento, protegiendo así el bienestar emocional del adolescente.

La orientación incluye diversos abordajes que, para el caso de los psicólogos, se desarrollan en la confluencia de la psicología laboral y la psicología educativa. En esta convergen numerosas actividades integradas a las ciencias sociales y que

contribuyen a un amplio orden de tareas que incluyen lo pedagógico y lo psicológico, en el nivel de la promoción de salud, el diagnóstico, la resolución de la problemática vocacional y la investigación (Bohoslavsky, 1971).

En lo que respecta a la vocación, desde la psicología se la puede pensar como una construcción permanente, un constante juego dialéctico entre la subjetividad y el contexto. Comienza a formarse en los primeros años de vida y conforme a los diferentes modelos identificatorios y espacios de socialización, va tomando distintos nombres que en un momento determinado podrán o no constituirse en una carrera u oficio, en aquello a lo cual nos queremos dedicar (Mosca de Mori & Santiviago, s.f, p. 13).

Ligado a este concepto, está el término ocupación, que viene del verbo ocupar, y que la Real Academia Española define como adjetivo perteneciente o relativo a la ocupación laboral (Mosca de Mori & Santiviago). Mosca (2003) comprende lo ocupacional como el correlato práctico de la vida cotidiana, esto incluye el estudio, lo laboral, el tiempo libre, lo familiar, lo social, etc. Siempre pensando desde la acción concreta, aquellas actividades que hacemos todos los días; en definitiva, cómo y en qué ocupamos nuestro tiempo de vida.

Partiendo de esto, López Bonelli (2003) señala que el concepto de OVO aparece por primera vez en Mayo de 1908 en un informe elaborado por Frank Parsons, director del Buró de Educación Vocacional de Boston. Aunque formalmente la OVO surge en el siglo XX, la autora recuerda que ya desde el siglo V a.C., en *La República*, Platón reflexionaba sobre la organización de la ciudad y cómo, de manera casi natural, se dividían las funciones y los trabajos según las capacidades y características de cada individuo.

La definición oficial de OVO propuesta por la Asociación Norteamericana de Orientación Vocacional en 1937 refuerza esta mirada práctica, al describirla como el proceso por el que se ayuda a una persona a elegir una ocupación, prepararse para ella, ingresar y progresar en ella (López Bonelli, 2003, p. 51). Este enfoque, centrado en la inserción y desempeño en el mundo del trabajo, constituye un punto de partida para los desarrollos posteriores que incorporarían dimensiones más subjetivas y contextuales.

### **3.5. Modalidades de abordaje en OVO y dimensión ética**

En consonancia con ello, Bohoslavsky (1977) entiende la OVO como una intervención específica del psicólogo frente a sujetos, especialmente adolescentes, que se encuentran en momentos críticos de elección.

Este autor introduce dos modalidades de abordaje en orientación: la modalidad actuarial, y la modalidad clínica, inclinándose más por esta última. La **modalidad actuarial** es predominantemente psicotécnica, está centrada básicamente en el conocimiento de las habilidades e intereses del consultante, una vez que esto es establecido, el orientador se encarga de encontrar la mejor opción para el consultante. Según esta modalidad el consultante no estaría apto para tomar una decisión por sí mismo y es el orientador quien ejecuta una función directiva.

A diferencia de la modalidad actuarial, la **modalidad clínica** concibe la OVO como un proceso centrado en el sujeto y su implicación activa. Esta posición abandona la idea del adolescente como un receptor pasivo de diagnósticos psicotécnicos, y en su lugar, promueve un trabajo basado en entrevistas, donde el objetivo principal es el esclarecimiento. El proceso se orienta a que el adolescente

pueda reflexionar sobre su historia, informarse, hacerse preguntas, cuestionar sus propias creencias y construir sentido en torno a su elección.

En este marco, Bohoslavsky (1984) aporta una visión particularmente valiosa al incorporar a la tarea de orientación vocacional una dimensión ética. Esta dimensión se sostiene en la concepción del sujeto como alguien capaz de elegir, de asumir decisiones propias, y por lo tanto, de implicarse activamente en la construcción de su futuro. Desde esta mirada, el acto de elegir no se reduce a la búsqueda de una carrera por su prestigio social o rentabilidad económica, sino que se orienta hacia una elección con sentido, ligada al deseo, a la realización personal y a la apropiación subjetiva de ese camino.

Desde este enfoque, Bohoslavsky advierte que uno de los principales errores de la OVO contemporánea es concebir al sujeto como un objeto de observación, estudio y diagnóstico, es decir, como alguien sobre quien el especialista debe intervenir desde una posición de saber absoluto. Esta mirada reduce al joven a un rol pasivo, subordinado a pruebas que definen su futuro en función de indicadores técnicos.

Por el contrario, el autor sostiene que es fundamental abandonar ese enfoque objetivante y comenzar a percibir al sujeto como “proactor de conductas”, alguien capaz de tomar decisiones y ejercer su libertad en la construcción de su trayectoria. Desde esta concepción, la OVO no puede pensarse como un simple recorte puntual de la realidad del adolescente, sino como un proceso subjetivo, situado y en permanente construcción, que debe considerar su historia, su deseo, sus emociones y el contexto en el que se inscribe.

Bohoslavsky señala que la OVO está atravesada por una multiplicidad de factores, sociales, culturales, económicos, políticos y familiares, que inciden en las posibilidades y decisiones de cada sujeto. Sin embargo, advierte que la verdadera disyuntiva vocacional-ocupacional debe abordarse también desde una perspectiva clínica, centrada en la conflictiva intrapsíquica del individuo. Es decir, además de las condiciones externas, es en el interior del sujeto donde se juega el núcleo del conflicto vocacional, y es allí donde debe situarse la intervención: en la elaboración simbólica de ese conflicto, en su traducción en términos de deseo, historia personal y proyecto de futuro.

Es tarea del orientador entonces, habilitar un espacio donde el joven pueda reflexionar sobre su deseo, explorar opciones y resignificar sus dudas, entendiendo que no se trata de encontrar “la respuesta correcta”, sino de construir un proyecto de vida que pueda ir reformulándose con el tiempo. Así, la OVO se convierte en una herramienta clave para acompañar los procesos de maduración subjetiva, al permitir que el adolescente asuma un rol activo en la toma de decisiones, integrando su historia personal, su contexto y sus aspiraciones.

### **3.6. Identidad vocacional y factores de riesgo y protección**

En esta misma línea, Bohoslavsky (1977) introduce el concepto de *identidad ocupacional*, entendida como un aspecto fundamental de la identidad del sujeto que se construye progresivamente.

A partir de esto, Bohoslavsky (1984) destaca que la identidad vocacional no se construye en el vacío, sino en relación con la percepción que el sujeto tiene de sí mismo y con las identificaciones que establece con su entorno. En particular, resalta

la influencia que ejerce el grupo de pares durante la adolescencia, no como una referencia negativa, sino como un espacio clave en la consolidación de valores, pertenencia y sentido.

Continuando con esta línea de pensamiento, López Bonelli (2003) indica que el logro de la identidad es un recorrido que no se agota en una decisión puntual, sino que transcurre en diferentes etapas: desde elecciones tempranas marcadas por la fantasía y el ideal, hasta decisiones más ajustadas a los intereses, aptitudes y valores personales. La elección vocacional, en este sentido, se va construyendo progresivamente hasta convertirse en una expresión del “proyecto de ser” del sujeto, es decir, de su posicionamiento subjetivo frente al mundo y su deseo de realización.

Teniendo en cuenta esta idea, el proceso de OVO cumple un papel clave, ya que contribuye a que el adolescente pueda simbolizar ese pasaje, integrar sus intereses y capacidades, y apropiarse del valor subjetivo y social de su elección. El logro de la identidad ocupacional, entonces, no implica simplemente haber elegido una carrera, sino haber atravesado un proceso de elaboración psíquica que permita al sujeto reconocerse en ese camino y asumirlo como parte de su proyecto de vida.

En este proceso de construcción de la identidad vocacional, resulta fundamental considerar también los factores de riesgo que atraviesan a los adolescentes y que pueden incidir negativamente en su salud mental.

En una entrevista personal (I. Rótulo, comunicación personal, 15 de febrero de 2025), el psicólogo Ignacio Rótulo, magíster en Psicología y Educación, señaló que durante la adolescencia suelen presentarse diversas situaciones que afectan los sentimientos de autovalía y autoestima, generando una sobrecarga mental y

emocional que puede derivar en malestar, ansiedad e incluso cuadros depresivos.

Según Rótulo, estos estados de vulnerabilidad pueden estar directamente vinculados con las exigencias impuestas sobre los jóvenes respecto a la toma de decisiones vocacionales, en un momento de sus vidas donde aún están construyendo su identidad. En este sentido, el autor subraya la importancia de la OVO como un espacio de contención y acompañamiento, donde se favorezca la reflexión y el reconocimiento de los propios recursos, brindando herramientas que permitan disminuir la ansiedad, afrontar la incertidumbre y tomar decisiones con mayor claridad y autonomía.

Profundizando en los aspectos subjetivos que atraviesan la elección vocacional, Elizalde (1991) plantea que este proceso puede entenderse como una situación de crisis que se manifiesta en tres dimensiones: personal, familiar y social.

Respecto a la **dimensión personal**, el autor sostiene que quien transita un conflicto vocacional atraviesa una crisis evolutiva significativa, que implica dejar atrás una etapa o posición subjetiva para asumir otra. Este pasaje inaugura la posibilidad de pensar y proyectar el futuro, aunque no sin tensiones. Una de las tareas más complejas en este proceso es la elaboración del tiempo subjetivo, especialmente en lo que refiere a los duelos necesarios para avanzar. En palabras de Elizalde (1991), elaborar un duelo significa poder ubicar el objeto perdido en el pasado y así diferenciar este del presente, abriendo la posibilidad de proyectar a un futuro (p. 193).

Desde este planteamiento, la OVO debe ser entendida no sólo como una instancia de ayuda para definir un camino, sino también como un espacio de

elaboración emocional, donde el sujeto pueda resignificar lo perdido y habilitar nuevas formas de pensarse a sí mismo en relación con su porvenir.

En lo que respecta a la **dimensión familiar**, Elizalde (1991) sostiene que el conflicto vocacional activa, en muchos casos, expectativas parentales que influyen significativamente en el proceso de elección del adolescente. Estas expectativas, a menudo implícitas, pueden generar tensiones internas cuando no coinciden con los deseos o intereses del joven. El conflicto puede intensificarse si la elección del adolescente es vivida por la familia como una forma de transgresión, decepción o alejamiento de ciertos ideales familiares. En este sentido, la OVO también debe incluir un abordaje de estas influencias, habilitando espacios de reflexión que permitan al adolescente diferenciar su deseo del deseo parental, sin necesariamente entrar en confrontación.

Por otro lado, la **dimensión social** del conflicto se vincula con las condiciones objetivas del entorno en el que se desarrolla el sujeto. Factores como el acceso desigual a oportunidades educativas y laborales, la presión por elegir carreras “rentables” o socialmente aceptadas, y el contexto económico y político, condicionan fuertemente las posibilidades reales de elección. Como señala Elizalde (1991), estas variables pueden dificultar el proceso vocacional al imponer límites que no siempre están a la vista, pero que inciden directamente en la construcción del proyecto de vida. En este marco, la OVO debe funcionar también como una práctica crítica y contextualizada, que ayude al sujeto a tomar decisiones informadas sin desconocer las restricciones estructurales que atraviesa.

Además de los factores de riesgo que pueden obstaculizar el proceso de

elección vocacional, es importante considerar aquellos factores de protección que permiten amortiguar el impacto de las crisis evolutivas y promover un desarrollo psicoemocional más saludable. Entre estos factores se destacan el acceso a una educación de calidad, el acompañamiento emocional por parte de figuras significativas, espacios institucionales de contención, y la posibilidad de contar con dispositivos de OVO accesibles y contextualizados (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022).

La OVO, entendida como un proceso reflexivo, se convierte así en una herramienta clave para favorecer la resiliencia en los adolescentes. Al permitir que los y las jóvenes se detengan a pensar su historia, sus intereses, capacidades y límites en un espacio de escucha y validación, se fomenta el fortalecimiento de la autoestima, la toma de decisiones autónomas y la construcción de un proyecto de vida significativo (Rótulo, comunicación personal, 15 de febrero de 2025).

En las últimas décadas, la OVO ha sido reconceptualizada desde enfoques que ponen énfasis en la construcción subjetiva del proyecto de vida en contextos marcados por la incertidumbre, la complejidad y la fragmentación. Según Guichard (2001), la OVO debe considerarse una intervención que ayuda al sujeto a articular diferentes componentes de su identidad en relación con los escenarios posibles del futuro, favoreciendo así el desarrollo de una narrativa personal coherente. Por su parte, Blanchard-Laville (2006) subraya que el acto de orientar no consiste en dar certezas, sino en sostener procesos de simbolización que permitan al sujeto tomar decisiones significativas en medio de contradicciones. Desde una mirada latinoamericana, Behares (2002) propone comprender la orientación como una práctica educativa crítica, que debe integrar dimensiones éticas, políticas y

culturales para habilitar elecciones conscientes en jóvenes atravesados por profundas desigualdades sociales. Incorporar estas perspectivas permite enriquecer la comprensión de la OVO como una herramienta no solo de acompañamiento individual, sino también de transformación subjetiva e inclusión social.

### **3.7. Transformaciones sociales y su impacto en la elección vocacional**

Continuando con Bohoslavsky (1984), el autor advierte que la realidad sociocultural y profesional está en constante transformación. Por tanto, una OVO comprometida debe tener en cuenta estos cambios para anticipar sus implicancias y preparar al sujeto no sólo para elegir, sino también para adaptarse y resignificar sus elecciones en función de nuevas condiciones. Así, la orientación se vuelve un proceso abierto, dinámico y profundamente ligado al contexto en el que se inscribe.

Este escenario de transformación permanente en los modos de vivir y elegir ha sido analizado por Zygmunt Bauman (2000), quien introduce el concepto de *modernidad líquida* para describir una sociedad marcada por la inestabilidad, el cambio constante y la fragilidad de los vínculos. En este contexto, el consumo se convierte en la forma dominante a través de la cual las sociedades juzgan y valoran a sus integrantes, quienes son interpelados no por lo que son, sino por su capacidad de consumir y de adaptarse a las demandas del mercado.

Bauman (2000) sostiene que vivimos en una cultura de gratificación inmediata, donde la posibilidad de postergar el deseo se ve reducida al mínimo. La distancia entre el presente y el futuro se acorta drásticamente, lo que genera un estado permanente de insatisfacción y ansiedad frente a las elecciones realizadas. Las trayectorias laborales, antes pensadas como caminos estables y progresivos, se ven

ahora fragmentadas y continuamente redefinidas en un entorno incierto. En este marco, “ser uno mismo” se convierte en una consigna paradójica: el sujeto debe diferenciarse constantemente, mostrar singularidad, pero también adaptarse rápidamente a los cambios del entorno. La única forma de sobrevivir parece ser poseer una identidad flexible, capaz de afrontar las mutaciones que impone la vida contemporánea (Bauman, 2000).

Retomando esta mirada, López Bonelli (2003) señala que la complejidad de lo social dificulta el proceso de toma de decisiones vocacionales. A diferencia de las sociedades tradicionales, donde las opciones estaban más acotadas y preestablecidas, en la actualidad la variedad de carreras, oficios y trayectorias posibles ha crecido exponencialmente, en parte como resultado del proceso de industrialización y especialización. Este crecimiento de opciones, lejos de ampliar la libertad de elección, muchas veces desorienta a los adolescentes, quienes carecen de información clara y accesible sobre las alternativas disponibles. Esta dificultad fue observada de forma recurrente en los talleres de OVO en los que participé durante mis prácticas universitarias.

Amorín (2008) describe este fenómeno como propio de una “era del vacío”, marcada por la inmediatez, la aceleración y la incertidumbre. Según el autor, vivimos en un contexto donde predomina una subjetividad adictiva, en la que el sujeto se constituye como un consumidor voraz. Esta transformación se enmarca en una “revolución tecnotrónica” que redefine las formas de comunicación humana, intensifica la saturación de información a través del entorno digital, y refuerza una cultura centrada en la imagen, el individualismo y el narcisismo.

Frente a este escenario, el rol del orientador vocacional adquiere una relevancia crucial como factor protector de la salud mental. El adolescente necesita ser acompañado en el proceso de pensarse a sí mismo, en diálogo con su contexto y sus posibilidades reales. El orientador debe ofrecer herramientas y recursos, pero también generar un espacio de reflexión que habilite decisiones más conscientes y subjetivamente apropiadas. Esta tarea debe estar guiada por una ética del acompañamiento, donde no se impongan respuestas ni se expropie el deseo del joven. Bohoslavsky (1984) advierte que: la ética surge del hecho de considerar al hombre sujeto de elecciones, y subraya que: la elección del futuro es algo que le pertenece, y que ningún profesional, por capacitado que esté, tiene derecho a expropiar (p. 82).

Este proceso debe ser pensado de manera dinámica y flexible, teniendo en cuenta que el contexto sociocultural e histórico es profundamente cambiante, y genera nuevas condiciones de subjetividad, afectando las decisiones vinculadas tanto a la inserción laboral como a la construcción de un sentido de vida. En este marco, la orientación vocacional no puede ser entendida como una respuesta cerrada, sino como un espacio abierto de acompañamiento, donde el sujeto se habilita a elegir, a resignificar y a transformarse.

Por ello, el orientador vocacional debe abordar el proceso de acompañamiento desde una postura amplia y contextualizada, considerando tanto las características del adolescente como su entorno. Es fundamental que pueda recabar información relevante relacionada con los estudios, el entorno familiar, las condiciones sociales y

culturales del sujeto. Para llevar adelante este trabajo, el orientador dispone de múltiples recursos técnicos, entre los que se destacan las entrevistas, los talleres y las técnicas expresivas o lúdicas, que permiten generar un vínculo significativo. Esta interacción no solo favorece la confianza, sino que también facilita el acceso a información importante que puede contribuir a construir una hipótesis diagnóstica sobre la situación particular del joven.

A su vez, es necesario tener en cuenta que los **cambios globales** impactan directamente en el ámbito educativo, generando nuevas tensiones y desafíos para quienes transitan procesos de elección. Como señalan Aisenson et al. (2009), en el contexto actual los individuos ya no cuentan con las referencias estables que ofrecía la cultura tradicional, donde las trayectorias vitales seguían un recorrido relativamente lineal (estudio, trabajo, jubilación). Hoy, en cambio, nos enfrentamos a una multiplicación de oportunidades educativas, un mercado laboral más exigente y un entorno fluctuante donde predomina la incertidumbre. En este escenario, la escuela como institución educativa adquiere un rol fundamental en la formación de ciudadanos capaces de adaptarse a estos cambios y construir proyectos vitales significativos.

Es innegable que las nuevas tecnologías y los medios masivos de comunicación impactan profundamente en la construcción de las subjetividades adolescentes, generando efectos en múltiples ámbitos de la vida del sujeto. Esta cultura atravesada por la velocidad, la gratificación instantánea y el consumo constante, promueve vínculos efímeros, relaciones virtuales mediadas por pantallas, y una búsqueda permanente de placer inmediato. Estas lógicas también repercuten en el plano laboral, donde se impone la exigencia de estar en permanente actualización,

adquiriendo nuevas habilidades y especializaciones todo el tiempo.

Las transformaciones en el mundo del trabajo en las últimas décadas, marcadas por la automatización, la flexibilización laboral, la expansión de la economía digital y la inestabilidad de los empleos tradicionales, proponen grandes desafíos a la OVO. Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2017), los jóvenes enfrentan trayectorias laborales más fragmentadas, con menores garantías de estabilidad, lo que exige repensar los procesos de elección profesional desde marcos más flexibles y adaptativos. En Uruguay, autores como Pérez Gómez (2021) señalan que el modelo de empleabilidad permanente exige hoy habilidades blandas, capacidad de reconversión y aprendizaje continuo, y estos son aspectos que deben formar parte del trabajo del orientador.

En este sentido, el psicólogo Ignacio Rótulo (comunicación personal, 15 de febrero de 2025) sostiene que una elección vocacional alineada con los intereses y habilidades del estudiante contribuye directamente a mejorar su bienestar emocional. Cuando una persona estudia o trabaja en un área que le resulta motivadora y con la que se siente identificada, experimenta mayores niveles de satisfacción, estabilidad emocional y seguridad personal. De acuerdo con el autor, una OVO adecuada no solo incide en el desarrollo académico y profesional de los jóvenes, sino que también funciona como una herramienta de prevención y promoción en salud mental, al permitirles encontrar sentido en lo que hacen y reducir el estrés asociado a decisiones mal informadas o forzadas.

Ante lo cual, Montañez y Diez Fischer (2020) advierten que ya no es posible pensar en una única vocación para toda la vida, sino en trayectorias diversas,

móviles y discontinuas, lo que interpela fuertemente al campo de la OVO. Estos cambios demandan dispositivos que acompañen no solo la elección inicial, sino también los posibles redireccionamientos y reinversiones que los jóvenes deberán realizar a lo largo de su vida laboral.

En este escenario, la elección de una profesión no puede desligarse del análisis crítico de la realidad social. Es indispensable que el proceso de OVO contemple las condiciones del mundo actual, las dinámicas del mercado laboral y las transformaciones sociotecnológicas que afectan tanto la formación profesional como las formas de inserción.

En este contexto complejo, la OVO adquiere un valor aún más relevante, ya que permite a los jóvenes pensarse más allá de las exigencias inmediatas del entorno, construir proyectos sostenibles en el tiempo y recuperar una dimensión reflexiva y ética en sus decisiones.

#### **4. Reflexiones**

A partir del análisis teórico realizado y de la reflexión crítica sobre la bibliografía consultada, se puede afirmar que la OVO constituye una herramienta clave para el acompañamiento adolescente en un momento de vida que se caracteriza por incertidumbres, conflictos identitarios y presiones sociales. Lejos de ser un proceso mecánico o únicamente informativo, la OVO se configura como un dispositivo ético, clínico y subjetivante que promueve espacios de escucha, reflexión y de construcción de sentido.

Se ha sostenido a lo largo de este trabajo que la OVO puede actuar como un factor protector de la salud mental, en tanto permite fortalecer recursos personales

tales como la autoestima o proyección de futuro, ofrecer contención emocional ante situaciones de angustia, y generar condiciones que atenúen el impacto de factores de riesgo como la desinformación, la presión familiar o la exclusión social. En este sentido, y desde una perspectiva basada en la Psicología de la Salud, la OVO no solo previene el sufrimiento subjetivo, sino que también promueve el bienestar psíquico y los procesos de subjetivación que favorecen una transición más saludable hacia la vida adulta.

En cuanto al plano de las políticas públicas, se distingue que en Uruguay existen iniciativas importantes, aunque aisladas, tanto en el sistema educativo formal como en ámbitos no formales. En la Universidad de la República, el Programa de Respaldo al Aprendizaje (Progresía) constituye una referencia en orientación y acompañamiento vocacional, y en algunos centros de educación media se desarrollan talleres o espacios vinculados. También desde instituciones como INJU o INAU se promueven intervenciones con adolescentes en situación de vulnerabilidad. En este escenario, la reciente reactivación de la Licenciatura en Psicopedagogía conjunta entre ANEP y Udelar (2025) representa un avance significativo en la formación de profesionales especializados en acompañar procesos de aprendizaje y orientación, con un enfoque educativo y comunitario. Esta formación puede potenciar las intervenciones en OVO, articulando conocimientos pedagógicos y psicológicos para abordar las trayectorias educativas desde una perspectiva integral y situada.

Sin embargo, la ausencia de una política nacional e integral en materia de orientación vocacional limita el alcance de estas iniciativas y deja en evidencia la necesidad de pensar la OVO como parte de una estrategia intersectorial en salud,

educación y juventud, que se mantenga en el tiempo y esté presente en todos los niveles educativos.

Con respecto a la formación profesional, el Plan de Estudios de la Licenciatura en Psicología (PELP, 2013) contempla la posibilidad de abordar la OVO dentro de áreas como educación, pero particularmente a través de unidades curriculares optativas y prácticas preprofesionales vinculadas a experiencias territoriales. Sin embargo, la OVO no se encuentra sistematizada como una línea obligatoria o transversal en el trayecto formativo de grado, lo que limita su alcance en la formación general del estudiante. Sería deseable fortalecer esta línea mediante unidades curriculares obligatorias, y pasantías articuladas con territorio. Una formación sólida en este campo no solo amplía las posibilidades de inserción profesional, sino que aporta significativamente a los objetivos de prevención y promoción de salud mental, especialmente en contextos educativos.

En definitiva, la OVO debería ser comprendida como una práctica que acompaña procesos vitales complejos, que reconoce al adolescente como sujeto activo y que se compromete con la construcción de proyectos posibles. Promover su desarrollo en los distintos niveles educativos y fortalecer su inclusión en políticas públicas constituye una apuesta por el bienestar y la justicia subjetiva.

A su vez, en un contexto marcado por profundas transformaciones sociolaborales, la OVO también debe responder a los cambios actuales del mundo del trabajo, promoviendo herramientas que permitan habitar la incertidumbre, construir trayectorias flexibles y proyectarse de manera significativa en escenarios de cambio permanente (CEPAL, 2017; Guichard, 2001).

## 5. Referencias

Aisenson, D., Braslavsky, C., Castro Solano, A., Chiara, M., & Frigerio, M. (2009).

*Subjetividad y elección: Aportes para la orientación vocacional en la escuela.*

Novedades Educativas.

Amorín, D. (2008). *Apuntes para una posible psicología evolutiva.* Psicolibros.

Amorín, D. (2008). *Subjetividades en la era del vacío.* Psicolibros.

Bauman, Z. (2000). *Modernidad líquida.* Fondo de Cultura Económica.

Behares, L. (2002). *Psicología, educación y cultura: Aportes para una orientación educativa crítica.* Psicolibros.

Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar.* Praxis.

Bohoslavsky, R. (1971). *La orientación vocacional: Una tarea de psicólogos.* Paidós.

Bohoslavsky, R. (1977). *Orientación vocacional: Una perspectiva dinámica.*

Kapelusz.

Bohoslavsky, R. (1984). *Identidad, vocación y proyecto de vida.* Editorial Guadalupe.

Blanchard-Laville, C. (2006). *Psicoanálisis y formación.* Miño y Dávila.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2017). *Brechas estructurales en América Latina y el Caribe: Estado de situación y desafíos.*

<https://www.cepal.org/es/publicaciones>

Dolto, F. (1990). *Cuando los padres se separan.* Paidós.

Elizalde, R. (1991). *Orientación vocacional: Aportes para una práctica preventiva*. Lugar Editorial.

Erikson, E. H. (1956). *Infancia y sociedad*. Hormé.

Facultad de Psicología, Universidad de la República. (2013). *Plan de Estudios de la Licenciatura en Psicología*. Montevideo: Udelar. Recuperado de [https://psico.edu.uy/sites/default/pub\\_files/2019-02/librillo%20plan%202013.pdf](https://psico.edu.uy/sites/default/pub_files/2019-02/librillo%20plan%202013.pdf)

Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy: Cómo superar las adversidades*. Gedisa.

Guichard, J. (2001). *La orientación a lo largo de la vida: Nuevas perspectivas*.

Narcea. Guichard, J. (2001). *La orientación a lo largo de la vida: Nuevas perspectivas*. Narcea.

Knobel, M. (1994). *La adolescencia normal: Un enfoque psicoanalítico*. Paidós.

La Diaria. (2025, 6 de mayo). *ANEP y Udelar retomaron licenciatura en Psicopedagogía conjunta, luego de que estuviera congelada en el gobierno anterior*. <https://ladiaria.com.uy/educacion/articulo/2025/5/anep-y-udelar-retomaron-licenciatura-en-psicopedagogia-conjunta-luego-de-que-estuviera-congelada-en-el-gobierno-anterior/>

López Bonelli, A. (2003). *La orientación vocacional como proceso: Teoría, técnica y práctica*. Bonum.

Medina, J. L. (2005). *Psicología de la salud: Conceptos, procesos y aplicaciones*. Editorial Médica Panamericana.

Montañez, M., & Diez Fischer, M. (2020). *Trayectorias laborales de jóvenes en Uruguay: fragmentación, precariedad y nuevas formas de inserción*. Facultad de Ciencias Sociales, Udelar.

Mosca, A., & Santiviago, C. (2011). *La OVO y sus distintos escenarios* [Documento de trabajo no publicado].

Mosca, A., & Santiviago, C. (2010). *Conceptos y herramientas para aportar a la orientación vocacional ocupacional de los jóvenes*. Universidad de la República, Programa PROGRESA/Ministerio de Desarrollo Social.

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Pérez Gómez, R. (2021). *Trabajo y subjetividad en la era del aprendizaje permanente*. Observatorio del Trabajo. Universidad de la República.

Saforcada, J. C. (2007). *Psicología de la salud: Un enfoque desde la salud colectiva*. Buenos Aires: Lugar Editorial.

Sánchez Vidal, A. (2006). *Promoción de la salud mental: Una perspectiva psicosocial y comunitaria*. Editorial Síntesis.

UNICEF. (2020). ¿Qué es la adolescencia? | UNICEF. [Www.unicef.org](http://www.unicef.org).

<https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>

Viñar, M. (2009). *Crisis, subjetividad y adolescencia*. Ediciones Trilce.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2017). *Brechas estructurales en América Latina y el Caribe: Estado de situación y desafíos*.

<https://www.cepal.org/es/publicaciones>