

Kattia Salas Pérez
Evelyn Vargas Hernández

Orientación Vocacional:

reflexiones y acción
transformadora



ORIENTACIÓN VOCACIONAL:

reflexiones y acción transformadora

Kattia Salas Pérez
Evelyn Vargas Hernández

ORIENTACIÓN VOCACIONAL:

reflexiones y acción transformadora





© Libros para el mundo. San José Costa Rica/ Teléfono: 83974110

Correo electrónico: librosparaelmundocr@gmail.com

© Orientación Vocacional: reflexiones y acción transformadora. Universidad Nacional de Costa Rica
Centro de Investigación y Docencia en Educación. División de Educación para el Trabajo (DET)
Carrera de Orientación

© M.Ed. Kattia Vanessa Salas Pérez, académica e investigadora, CIDE-DET

© Dra. Evelyn Vargas Hernández, académica e investigadora, CIDE-DET

Primera edición, mayo 2026

Comité Académico Revisor:

MSc. Juan Ortega Rojas

MEd. Shirley Núñez Abarca

MSc. Josué Jiménez Ulate

Comité Editorial

Alexandra Meléndez Calderón

Dennis Cordero Alvarado

Jania Umaña Figueroa

371.425

S161-o Salas Pérez, Kattia

Orientación vocacional : reflexiones y acción transformadora / Kattia Salas Pérez, Evelyn Vargas Hernández. – primera edición – San José, Costa Rica : Fundación Libros para el Mundo, 2026.

152 páginas ; 21 x 14 centímetros

ISBN 978-9930-9791-3-6

1. EDUCACIÓN VOCACIONAL. 2. ORIENTACIÓN PROFESIONAL.
3. FORMACIÓN PROFESIONAL. 4. ORIENTACIÓN EDUCATIVA.
5. EDUCACIÓN TÉCNICA. 6. INTERESES VOCACIONALES.
7. ORIENTACIÓN ESTUDIANTIL. 8. ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA.
I. Vargas Hernández, Evelyn. II. Título.

El contenido es de acceso universal y se permite su uso libre con fines académicos.

Derechos reservados conforme a la Ley de Derechos de Autor y Derechos Conexos.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin el consentimiento escrito de las autoras

Hecho el depósito de ley.

Impreso en San José, Costa Rica

CONTENIDO

Presentación.....	9
Agradecimientos.....	13
Prólogo.....	15
Introducción.....	19

CAPÍTULO I

Revoluciona-T (transformar la práctica profesional).....	21
Infancia temprana (0-6 años).....	23
Infancia intermedia (7-12 años).....	28
Adolescencia (13-18 años).....	33
Juventud (19-29 años).....	38
Adulthood (30-59 años).....	43
Adulthood mayor (60+ años).....	49
Reflexiones generales.....	53

CAPITULO II

Vincula-T (conectar con los contextos emergentes).....	57
Infancia temprana (0-6 años).....	58
Infancia intermedia (7-12 años).....	60
Adolescencia (13-18 años).....	63
Juventud (19-29 años).....	65
Adulthood (30-59 años).....	70
Adulthood mayor (60+ años).....	73
Reflexiones generales.....	76

CAPÍTULO III

Innova-T (innovar mediante la tecnología).....	79
Infancia temprana (0-6 años).....	81
Infancia intermedia (7-12 años).....	84
Adolescencia (13-18 años).....	87
Juventud (19-29 años).....	95
Adulthood (30-59 años).....	98
Adulthood mayor (60+ años).....	101
Reflexiones generarles Innova-T.....	104

CAPÍTULO IV

Emplea-T (Proyectarse al mundo laboral con propósito).....	107
Infancia temprana (0-6 años).....	109
Infancia intermedia (7-12 años).....	113
Adolescencia (13-18 años).....	116
Juventud (19-29 años).....	120
Adulthood (30-59 años).....	123
Adulthood mayor (60+ años).....	132
Reflexiones generales.....	136
Consideraciones finales.....	137
Referencias.....	141

PRESENTACIÓN

La orientación vocacional ha evolucionado de ser un proceso centrado en la elección ocupacional a constituirse en una práctica educativa, social y humana que acompaña el desarrollo integral de las personas a lo largo de toda la vida. Hoy más que nunca, la disciplina se enfrenta a escenarios profundamente transformados por la revolución tecnológica, la diversidad cultural, los cambios en el mundo del trabajo y los nuevos significados del bienestar personal y colectivo.

En este marco surge “Orientación Vocacional: reflexiones y acción transformadora”, una obra que propone repensar el quehacer orientador desde una perspectiva contemporánea, dinámica y contextualizada, que integre la teoría, la práctica y la innovación pedagógica. Cada capítulo constituye una estrategia articuladora que invita a la persona lectora (profesionales, estudiantes y personas interesadas en la orientación) a renovar su mirada sobre los procesos de acompañamiento vocacional y educativo.

El capítulo I, “Revoluciona-T”, se centra en la formación y capacitación profesional, reconociendo que el fortalecimiento de las competencias teóricas y prácticas de la persona profesional en orientación constituyen el punto de partida para transformar la disciplina. Desde una visión de desarrollo a lo largo del ciclo vital, este apartado aborda la relevancia de la actualización permanente, la integración de enfoques interdisciplinarios y el compromiso ético con la inclusión y la equidad. Se presenta una propuesta de intervención diferenciada para cada etapa del desarrollo humano, en la cual la práctica profesional se concibe como un proceso reflexivo, preventivo y socialmente comprometido.

Consecuentemente el capítulo II, “Vincula-T”, invita a conectar con los contextos emergentes, entendiendo que la orientación vocacional no puede permanecer ajena a los cambios globales que redefinen la educación y el trabajo. Se analizan los desafíos que plantean la revolución 4.0, la digitalización, la diversidad cultural, la sostenibilidad y la justicia social. Se propone que la persona profesional en orientación asuma un papel de mediador crítico, capaz de contextualizar las intervenciones y de promover la adaptabilidad, la resiliencia y el aprendizaje permanente en entornos cada vez más complejos.

En el capítulo III, “Innova-T”, se plantea la necesidad de integrar la tecnología como aliada en los procesos de orientación. La innovación se concibe aquí no solo como la incorporación de herramientas digitales, sino también como una actitud profesional orientada al cambio, la creatividad y la construcción de entornos de aprendizaje significativos. Se destacan temas y acciones diferenciadas según el ciclo vital que permiten fortalecer competencias digitales, promover la alfabetización mediática crítica y utilizar los recursos tecnológicos para potenciar la exploración vocacional, la empleabilidad y la inclusión.

Finalmente, el capítulo IV, “Emplea-T”, conduce a proyectarse con el mundo laboral con propósito, entendiendo la empleabilidad como un proceso continuo que abarca los aprendizajes de la infancia hasta la incorporación de experiencias en la juventud y la adultez. Este apartado amplía la mirada tradicional sobre el empleo para incluir el desarrollo de competencias transversales, socioemocionales y digitales que faciliten la adaptación a contextos laborales dinámicos. Se concibe la orientación vocacional como una mediación esencial entre la educación, el trabajo y la vida, capaz de promover trayectorias profesionales sostenibles, éticas y coherentes con las demandas sociales contemporáneas.

En conjunto, los cuatro capítulos articulan una visión integral de la orientación vocacional como un proceso de vida, para la vida y con sentido social, que combina la reflexión teórica con la acción transformadora. La obra propone un modelo de intervención que parte del autoconocimiento profesional (“Revoluciona-T”), pasa por la apropiación de los contextos (“Vincula-T”), se fortalece mediante la innovación tecnológica (“Innova-T”) y culmina en la proyección laboral y vital con propósito (“Emplea-T”).

Esta obra asume que el ejercicio profesional de la orientación requiere un sólido dominio teórico como base para una práctica congruente, pertinente y contextualizada. Por ello, a lo largo de los capítulos se enfatiza de manera transversal la importancia de conocer y articular marcos teóricos y prácticos, entendiendo la teoría como un fundamento que orienta la toma de decisiones profesionales y el diseño de intervenciones en diversos contextos educativos, laborales y comunitarios.

Este libro es el resultado de años de reflexión, investigación y práctica orientadora en los ámbitos educativo, universitario y en los contextos laborales. Su propósito es ofrecer a la comunidad académica y profesional una herramienta actualizada, crítica y propositiva para fortalecer la práctica de la orientación en Costa Rica y en América Latina, desde una perspectiva humanista, inclusiva y transformadora.

En tiempos de cambio e incertidumbre “Orientación Vocacional: reflexiones y acción transformadora” se presenta como una invitación a repensar el sentido del acompañamiento vocacional, reconociendo que orientar no es únicamente guiar hacia una elección, sino ayudar a construir vidas con propósito, proyectos significativos y futuros posibles.

Las autoras

AGRADECIMIENTOS

Las autoras expresamos nuestro agradecimiento a todas las personas que colaboraron en la elaboración de este libro. De manera especial, extendemos nuestro reconocimiento al personal de la División de Educación para el Trabajo del Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE), así como a sus autoridades (dirección y subdirección), por el apoyo brindado durante el desarrollo de la investigación que permitió obtener los datos para generar esta obra.

Nuestro agradecimiento se dirige también a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad Nacional (UNA), en particular, al Dr. Jorge Herrera Murillo, quien se desempeñó como Vicerrector de Investigación durante el período 2020–2025, por el respaldo y el acompañamiento constante ofrecido. Asimismo, al Lic. Manuel Rodríguez Madrigal, quien nos honra con el prólogo de esta obra, compartiendo su valiosa experiencia y enriqueciendo el contenido del libro mediante sus generosos y lúcidos aportes.

Agradecemos también a las personas profesionales en Orientación de diversos contextos laborales que, con su tiempo, conocimiento y compromiso contribuyeron con aportes sustantivos al proceso de investigación y a la recolección de datos, insumo fundamental para la validación y consolidación de este libro.

De igual forma, reconocemos la valiosa colaboración del comité académico revisor, conformado por colegas cuyo criterio, observaciones y sugerencias fueron esenciales para el desarrollo y mejora de este documento.

PRÓLOGO

Mientras la ciencia se restringe a los fenómenos lógicamente demostrables, la psique se expande en las dimensiones irracionales y desconocidas que la teoría no logra abarcar. Este contraste invita a una exploración profunda de los misterios internos, sugiriendo que el autoconocimiento real nace del inconsciente. Se requiere entonces de una nueva perspectiva que permita integrar la lógica con lo irracional para alcanzar una comprensión más completa de cada persona en consonancia con el contexto por ello Jung afirma “Hasta que no hagas consciente lo inconsciente, éste dirigirá tu vida y tú lo llamarás destino”.

Por lo tanto el contexto no lo podemos cambiar pero la consciencia sí y esto nos podrá facilitar abrazar la perplejidad y el asombro que genera la actualidad con la cual poder construir futuros posibles.

“Orientar para construir futuros posibles”

Esta obra se presenta como una respuesta crítica y propositiva a los desafíos académicos y paradigmáticos del siglo XXI. Propone que la Orientación, como saber científico, no se circunscribe únicamente a explicaciones lógicas de la teoría relacionadas con la naturaleza humana (psique), sino también a lo irracional y lo contextual, dejando entrever todo lo que ignoramos de nosotros mismos. Por ello, este libro parte de la premisa de que la orientación vocacional no consiste únicamente en elegir una carrera, sino en consolidarse como un proceso de acompañamiento para construir futuros posibles.

“La ciencia siempre se detiene en las fronteras de la lógica, pero la naturaleza no”. Para ello, las personas que hacen ciencia desde la Orientación necesitan marcos, leyes y explicaciones coherentes (lógicas) provenientes de fuentes diversas y combinables para dar aportación de forma significativa en la transformación de las necesidades de las personas consultantes e incidir.

Esta última opera desde la individualización y la subjetividad individual que, a menudo, escapan a esas estructuras lógicas en el reino humano, el cual está vivo, caótico y en evolución.

Desde el desarrollo histórico de nuestra disciplina, la M.Ed. Kattia Vanessa Salas Pérez y la Dra. Evelyn Vargas Hernández, académicas e investigadoras del CIDE-DET, realizan un esfuerzo teórico-práctico que supere los feudalismos positivistas. El objetivo es dar un salto cuántico en la tarea de potenciar a las personas, ofreciendo una visión caleidoscópica de experiencias de crecimiento, desarrollo y aprendizaje provenientes de una diversidad de escuelas de pensamiento que en otrora parecían inasociables.

Esta posición teórica conecta de forma directa con diversas teorías para adentrarse en los presupuestos de Jung, quien creía en la importancia de reconocer la participación del consciente y el inconsciente, los arquetipos, los sueños y los mitos como el verdadero “terreno” de la vida humana. A la teoría lógica clásica le había sido difícil aportar a la psique humana por ser zonas escasamente exploradas; sin embargo, estas están íntimamente relacionadas con el conocimiento propio, del medio y la toma de decisiones. Así pues, la razón teórica pura encuentra alianza con lo simbólico y lo experiencial como fuentes determinantes en la existencia humana y su autorrealización desde la singularidad.

Dadas estas singularidades individuales, las teorías y paradigmas por sí solos están incompletos. Las autoras acuden entonces a la “Confluencia”: la unión de ideas, caminos y sentimientos en evolución para realizar conexiones entre la persona, sus sueños y sus deseos en una realidad cambiante.

La orientación vocacional es el espacio para consolidar futuros posibles; implica una profunda conexión personal consigo mismo y requiere acciones para trascender una visión simplista, encaminándose hacia la acción con propósito que facilite el tránsito del simple sueño a la acción, en confluencia con las realidades, conciencias, contextos y oportunidades.

Desde la estructura teórica planteada, las investigadoras invitan a las personas profesionales de la Orientación a contribuir desde su propio sueño profesional y beneficiar de forma científica a las personas a través de sus intervenciones, de tal forma que puedan apalancar la acción de convertir la oportunidad en un acto consciente y de significativo valor.

Las actuales visiones de la Orientación fortalecen a las personas, quienes no pueden estar desconectadas del mundo actual, ya que la propia persona es el espacio donde confluye el “yo interno” relacionado con el exterior desde la más profunda autenticidad y esencia personal.

Salas y Vargas proponen procesos, actividades, técnicas y métodos para remover la excesiva intelectualización de la vida, reposicionando la idea de que la auténtica vitalidad se encuentra en la experiencia directa y la inmersión en el mundo interior- exterior. Esto se logra a partir de vivencias planificadas, flexibles y ajustables a cada persona, donde puedan conocerse a sí mismos, su medio y la toma de decisiones con compromiso. Este mundo interior se combina con un exterior abundante y fluido, donde la Orientación Vocacional, como saber, siempre busca a la persona real, promoviendo una auténtica relación consigo misma en unicidad con su propia verdad y valor individual, en interacción con los demás en la búsqueda del bienestar.

También proponen trascender la visión de la orientación vocacional de carrera hacia una estrategia integral con la cual las personas puedan transitar y superar sus propias barreras, ideas irracionales, estereotipos y prejuicios. Ya que, según Sir Colin Davis “el camino hacia el éxito y el camino hacia el fracaso son prácticamente el mismo”.

La obra es una auténtica confluencia de saberes en Orientación Vocacional: reflexiones y acción transformadora va en sintonía con el paradigma denominado “Modelo Existencial de Orientación Vital, Transicional, Confluente para el Desarrollo a Escala Humana”, propuesto por Julio González Bello”. (In memoriam). Salas y Vargas se sitúan en este modelo, impulsando la confluencia de saberes, encaminándose hacia una comprensión más profunda y funcional para conectar con las personas y sus realidades.

Las autoras deciden dar un paso más allá de la visión donde se priorizan los fundamentos teóricos, centrándose en la persona, su individualidad y necesidades, conectando los saberes al servicio del ser humano

en tiempo real. Este diálogo crítico es producto de años de investigación, lo cual las ha llevado a vincular a la persona y al contexto de forma sistémica, desechando la fragmentación positivista para pasar a una visión integrada. Ellas facilitan la comprensión del diálogo requerido para conjuntar un intercambio significativo de saberes, conectando pensamientos y circunstancias individuales desde una Orientación Vocacional expresada en transiciones evolutivas a lo largo de la vida.

La fuerza de este trabajo reside en la sinergia y la fusión de perspectivas, superando paradigmas mecanicistas para impulsar la innovación y la emancipación de las “prisiones mentales”. Como dijo Jung: “Hasta que no hagas consciente lo inconsciente, este dirigirá tu vida y tú lo llamarás destino”. El destino no existe como algo dado; se construye mediante decisiones, conciencia y autodisciplina.

Desde la vastedad de ideas, las autoras invitan a explorar los misterios internos más allá de la razón tradicional. La Orientación Vocacional se consolida así como una ciencia que procura la participación con justicia social capaz de empujar los límites de lo explicable, dado que el alma humana camina por los senderos de lo irracional y lo profundo.

En conclusión, el éxito en las trayectorias son el resultado de una interacción dinámica: de lo que aprendemos socialmente (Vygotsky/Piaget), en la construcción de identidad con resiliencia (Erikson/Super/Savickas) con el aporte de la inteligencia emocional (Bisquerra/Denham). El Modelo de Confluencia conecta todas las dimensiones humanas teóricas, académicas, filosóficas, tecnológicas entre muchas más con el desarrollo, la madurez vocacional y la salud emocional, ofreciendo una visión humana y completa del camino vital.

Lic. Manuel Jesús Rodríguez Madrigal
Orientador Educativo Vocacional y Profesional
Universidad Autónoma de México
rmanu11@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

El desarrollo humano constituye un proceso complejo, continuo y multidimensional que ha sido analizado desde la psicología evolutiva, la orientación vocacional y las instancias que definen marcos etarios para el diseño de políticas públicas. Tal como señalan Papalia y Martorell (2017), este proceso implica transformaciones biológicas, cognitivas y socioemocionales a lo largo del ciclo vital. Erikson (1993) aporta una visión psicosocial organizada en ocho etapas, mientras que Santrock (2011) lo presenta en periodos cronológicos que permiten identificar las tareas y desafíos propios de cada fase. Desde la perspectiva vocacional, Super (1990) plantea un modelo evolutivo de cinco etapas que vincula el desarrollo humano con la construcción de identidad ocupacional, visión que es actualizada por Savickas (2012) con la teoría de la construcción de carrera y el enfoque de diseño de vida.

De manera complementaria, las organizaciones internacionales han delimitado rangos etarios que orientan la acción pública: la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2018) establecen criterios para infancia, adolescencia y juventud, el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAM, 2022) define la adultez mayor a partir de los 65 años, mientras que el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2023), y el Ministerio de Salud de Costa Rica (MS) analizan la población mayor desde los 60 años, en coherencia con OMS y OPS. A partir de estos aportes, se sintetiza una categorización integral que distingue seis etapas: infancia temprana (0–6), infancia intermedia (7–12), adolescencia (13–18), juventud (19–29), adultez (30–59) y adultez mayor (60+).

En este marco, los cuatro capítulos que se presentan en esta obra, *Revoluciona-T*, *Vincula-T*, *Innova-T* y *Emplea-T*, ofrecen un marco teórico y práctico que proponen repensar la orientación desde la acción, la reflexión y la transformación. Estos apartados se articulan a partir de la premisa de que profesionales de la orientación vocacional debe acompañar a las personas en cada etapa de su ciclo vital. La infancia temprana y la niñez se abordan desde la formación inicial de competencias y la exploración de intereses; la adolescencia y la juventud, desde la apropiación crítica de los contextos emergentes y el diseño de proyectos de vida flexibles; la adultez, desde la capacitación permanente, la empleabilidad y la tecno-orientación y la adultez mayor, desde una visión que trasciende lo laboral y busca consolidar una etapa con calidad, participación y vida digna. El abordaje profesional de la orientación vocacional desde una perspectiva de ciclo vital requiere comprender las características evolutivas, cognitivas y psicosociales que distinguen cada momento del desarrollo humano. Con este propósito, la presente propuesta organiza el acompañamiento vocacional en seis etapas; fundamentadas en un marco teórico robusto que integra aportes de la psicología del desarrollo, la psicología vocacional y las directrices de organismos internacionales. Las contribuciones de autores como Super, Erikson, Piaget, Savickas y Papalia, junto con los lineamientos de la OMS y la OPS, permiten articular una visión integral en la que se reconoce que el proceso vocacional comienza desde los primeros años de vida y evoluciona según las transformaciones cognitivas, emocionales, sociales y culturales propias de cada etapa.

Esta categorización posibilita comprender cómo se configuran, a lo largo de la vida, elementos esenciales del desarrollo vocacional como el autoconocimiento, los intereses, las habilidades, la identidad y los itinerarios y el desarrollo de carrera. Asimismo, se incorporan referentes institucionales y organizacionales que orientan la práctica profesional en los contextos educativos, comunitarios y sociales tanto en Costa Rica, como en otros países de América Latina. De esta forma, cada capítulo articula las dimensiones psicológicas, vocacionales e institucionales con el fin de ofrecer estrategias de acompañamiento pertinentes, sensibles a la diversidad y coherentes con las necesidades evolutivas de las personas en sus diferentes etapas del desarrollo.

CAPÍTULO I

Revoluciona-T

(transformar la práctica profesional)

La orientación vocacional constituye un proceso de acompañamiento a lo largo de la vida, cuyo propósito es mediar el desarrollo integral de las personas en sus trayectorias educativas, ocupacionales y personales. Este proceso no se limita a la elección de una carrera o empleo, sino que abarca la construcción de proyectos de vida significativos y adaptables a contextos sociales y laborales cada vez más cambiantes. Para lograrlo, se requiere de profesionales altamente capacitados, capaces de responder a la diversidad de retos del ámbito laboral, así como de promover la inclusión y la equidad en los distintos escenarios educativos y comunitarios.

Tal como señalan Vargas y Salas (2025), uno de los principales desafíos de la disciplina es asegurar la formación y capacitación permanente de quienes ejercen la orientación “Se puntualiza que se requiere de una actualización profesional constante en temas relacionados con la accesibilidad de los aprendizajes, los contextos vocacionales y las diversas metodologías, útiles para atender de manera adecuada las necesidades de las nuevas generaciones” (pág. 28). La actualización constante no solo permite adquirir nuevas competencias teóricas y prácticas, sino también favorece la apropiación de aprendizajes vinculados con el desarrollo de carrera y el diseño de vida, lo cual implica incorporar enfoques interdisciplinarios, integrar recursos tecnológicos, atender las demandas de un mercado laboral en transformación y comprender las necesidades específicas de las poblaciones en sus diversas etapas del ciclo vital.

En este sentido, las estrategias de intervención en orientación vocacional se convierten en un recurso esencial para fortalecer la práctica

profesional y ofrecer respuestas pertinentes a las demandas de la sociedad actual. Estas estrategias no deben entenderse como instrumentos aislados, sino como propuestas integrales que articulan teoría, metodología y acción, con el fin de potenciar las capacidades individuales y colectivas en la construcción de nuevos itinerarios de vida. En este marco, resulta necesario reconocer que las personas atraviesan diversas etapas a lo largo de su vida, cada una con características, retos y necesidades particulares.

Por esta razón, la orientación vocacional debe plantear un accionar pertinente y actualizado, enfatizando que no es lo mismo acompañar los primeros años de vida, cuando se inicia la exploración temprana de intereses, que orientar a quienes atraviesan procesos de reconversión laboral en la adultez o brindar apoyo a quienes, en etapas mayores, buscan nuevos significados para su proyecto vital. Cada momento del desarrollo humano plantea necesidades, motivaciones y desafíos distintos. Por ello, la persona profesional en orientación requiere enfoques diferenciados que reconozcan la singularidad de cada etapa y promuevan trayectorias de vida coherentes, inclusivas y con propósito. Esto implica que cada profesional posea y desarrolle competencias teóricas y prácticas que le permitan ejercer con pertinencia, de acuerdo con la edad, los contextos y las características de la población con la que trabaja.

Se busca evolucionar de un acompañamiento considerado como un evento asociado a una elección puntual, hacia un proceso continuo de life design (diseño de vida) con impacto personal, educativo, laboral y comunitario. Integrando enfoques transversales que brinden especial atención a la inclusión, la equidad, la interculturalidad, el género, la accesibilidad, el bienestar socioemocional y la sostenibilidad.

Lo que promueve la revisión de un enfoque que implica reconsiderar marcos conceptuales integradores, los cuales permitan comprender la orientación vocacional como un proceso continuo, contextual y evolutivo. Desde el *desarrollo humano*, los aportes de *Piaget (1969)*, *Vygotsky (1978)* y *Erikson (1993)* ofrecen las bases para entender las etapas del ciclo vital, el papel de la mediación cultural y la importancia de los vínculos sociales en la construcción del aprendizaje y la identidad. En el ámbito del *desarrollo de carrera*, las contribuciones de *Super (1990)* en relación con la teoría del ciclo vital, *Savickas (2012)* con el enfoque de construcción narrativa y

adaptabilidad de carrera (sustentada en la preocupación, el control, la curiosidad y la confianza) y *Lent et al.* (1994) con la *Teoría Social Cognitiva de la Carrera –SCCT–* (autoeficacia, expectativas y metas) permiten comprender cómo las trayectorias educativas y laborales se configuran en interacción con los contextos y experiencias de vida.

A continuación se presenta la información relacionada con el accionar específico de la orientación vocacional en cada una de las etapas, abordando de manera sistemática la relevancia para la disciplina, la importancia de los conocimientos teóricos y prácticos en el ejercicio profesional y una síntesis integradora que brinde un marco claro, coherente y aplicable a la intervención orientadora contemporánea.

Infancia temprana (0-6 años)

Durante la infancia temprana, se establecen las bases del desarrollo cognitivo, emocional y social que influirán de manera decisiva en los aprendizajes posteriores. En esta etapa, el acompañamiento orientador requiere una comprensión profunda de los procesos evolutivos que caracterizan el crecimiento infantil. Por ello, quien ejerce la orientación necesita un dominio sólido de las teorías del desarrollo infantil y de los enfoques pedagógicos que sustentan la estimulación integral, acordes con las necesidades, intereses y potencialidades propias de esta fase.

En esta etapa, se gestan las bases del desarrollo cognitivo, emocional y social que condicionarán los aprendizajes posteriores. Por ello, las personas profesionales en Orientación requieren fundamentos que les permitan diseñar estrategias de estimulación integral y acompañamiento vocacional temprano. Será necesario poseer una amplia fundamentación teórica relacionada con:

- » Desarrollo cognitivo: Para Piaget (1996), “Mental development during the first eighteen months of life is particularly important, for it is during this time that the child constructs all the cognitive substructures that will serve as a point of departure for his later perceptive and intellectual development” [El desarrollo mental durante los primeros dieciocho meses de vida es particularmente

importante, ya que es en este período cuando el niño construye todas las subestructuras cognitivas que servirán como punto de partida para su posterior desarrollo perceptivo e intelectual] (p.3), esta etapa corresponde al periodo preoperacional, caracterizado por el pensamiento simbólico y el juego como principal medio de aprendizaje. Comprender este marco teórico permite al orientador diseñar experiencias lúdicas que favorezcan la exploración temprana de intereses.

- » Desarrollo psicosocial: Erikson (1993), establece que “The infant’s first social achievement is the acquisition of basic trust” [El primer logro social del infante es la adquisición de la confianza básica] (p. 247), ubica los primeros seis años dentro de tres etapas de desarrollo psicosocial, los cuales se denominan: etapa I Confianza vs Desconfianza (del nacimiento a los 18 meses); etapa II Autonomía vs Vergüenza y duda (de los 18 meses a los 3 años) y la III etapa Iniciativa vs Culpa (que se ubica en la edad preescolar entre los 3 a los 5 años), períodos fundamentales para la construcción de la autoestima inicial. El acompañamiento oportuno de la acción orientadora es clave para fortalecer la seguridad emocional.

- » La interacción social y mediación cultural: según los postulados de la teoría sociocultural de Vygotsky (1978), enfatiza que “Every function in the child’s cultural development appears twice: first, on the social level, and later, on the individual level; first between people (interpsychological) and then inside the child (intrapsychological)” [Toda función en el desarrollo cultural del niño aparece dos veces: primero, en el plano social y, posteriormente, en el plano individual; primero, entre las personas (interpsicológico) y luego, en el interior del niño (intrapsicológico)] (P. 57). Conceptos como la zona de desarrollo próximo orientan a los profesionales a crear actividades colaborativas y juegos de roles que potencien la curiosidad y el sentido de competencia en las personas infantiles.

- » La educación emocional: ha tomado un papel fundamental en décadas más recientes, Bisquerra (2009) plantea que “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.” (P. 243). Es decir, las competencias emocionales constituyen un factor protector desde edades tempranas, mientras que Denham et al (2012) evidencian que la autorregulación y la conciencia emocional en la niñez temprana favorecen el rendimiento académico y la socialización en etapas posteriores.

En general, resulta imprescindible la actualización de los conocimientos teóricos en orientación vocacional por parte de profesionales de la disciplina, lo que permite una mejor comprensión y atención a las necesidades que se presentan desde las primeras etapas de la infancia, fortaleciendo los programas de acompañamiento a familias y docentes, así como facilitando la identificación temprana de talentos e intereses (Vargas & Salas, 2025).

La relevancia para el desarrollo de la orientación implica reconocer que las acciones en la infancia temprana constituyen la base para el desarrollo integral y el despertar de intereses vocacionales incipientes. El dominio de los marcos teóricos sobre el desarrollo infantil, cognitivo, emocional y social permite a quienes ejercen la orientación aplicar dichos conocimientos en programas de exploración temprana, integrando el juego, la creatividad y la curiosidad como herramientas pedagógicas fundamentales. Desde esta perspectiva, la orientación deja de ser una práctica reactiva para convertirse en un proceso intencionado, preventivo y formativo, capaz de acompañar las primeras manifestaciones del autoconcepto y de los intereses personales.

Asimismo, comprender las etapas del desarrollo y los fundamentos de la estimulación integral otorga a la persona profesional en orientación la capacidad de diseñar experiencias lúdicas y educativas contextualizadas, que favorezcan la inclusión y promuevan ambientes de aprendizaje equitativos. Estas competencias permiten asesorar de manera efectiva

a las familias y al personal docente para fortalecer redes de apoyo que impulsan el bienestar infantil. De esta forma, la práctica orientadora se consolida como un puente entre la teoría y la acción, garantizando que cada intervención responda a las particularidades culturales, sociales y emocionales del entorno donde se desarrolla, lo cual contribuye con una orientación temprana sensible, significativa y transformadora.

La incorporación de los marcos teóricos del desarrollo humano en la práctica profesional no solo constituye un elemento complementario, sino una condición esencial para asegurar procesos de orientación significativos desde los primeros años de vida. Comprender las dinámicas cognitivas, emocionales y sociales que caracterizan la infancia temprana, permite a quienes ejercen la orientación intervenir de manera oportuna y preventiva, contribuyendo a reducir desigualdades educativas y a fortalecer las bases del desarrollo integral. Esta comprensión teórica posibilita diseñar experiencias de aprendizaje ajustadas al ritmo y las necesidades de cada etapa, estimulando la creatividad, la curiosidad y el pensamiento simbólico mediante el juego como recurso pedagógico y vocacional.

El conocimiento teórico sobre el desarrollo infantil se convierte en un insumo esencial para la construcción de herramientas orientadoras que potencian el crecimiento cognitivo, emocional y social durante la infancia temprana. Comprender y aplicar los marcos conceptuales del desarrollo humano, permite que la orientación intervenga de manera preventiva y significativa, acompañando la consolidación de la confianza básica, la autonomía y las primeras interacciones sociales. Este abordaje inicial fortalece la autoestima, estimula la creatividad e impulsa la exploración de intereses y talentos emergentes que servirán como base para el desarrollo de competencias futuras. De esta manera, la orientación vocacional en los primeros años de vida adquiere una función formativa, que no solo apoya el aprendizaje, sino también promueve experiencias significativas y emocionalmente seguras.

El rol activo de la orientación en la asesoría es más que una acción individual, en esta etapa se concibe como una estrategia de impacto social, al prevenir desigualdades educativas, fomentar la inclusión y promover una educación sensible al contexto cultural y comunitario. Esta mirada integral permite construir las bases de trayectorias educativas y vocacionales

sólidas, sostenibles y coherentes con las realidades del entorno, asegurando que la práctica orientadora sea pertinente, significativa y contextualizada desde los primeros años de vida.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos: desarrollo cognitivo: pensamiento simbólico y el juego como medio principal de aprendizaje.; desarrollo psicosocial: construcción de confianza básica, autonomía e iniciativa; mediación cultural y social: aprendizaje construido en interacción con otros; educación emocional: desarrollo de competencias emocionales, autorregulación, empatía y conciencia emocional; inclusión y equidad: acompañamiento a familias y docentes para crear entornos seguros; exploración vocacional temprana: identificación de intereses y talentos mediante experiencias lúdicas.

Acciones de intervención: juego, actividades de estimulación integral, asesoría dirigida a docentes y familias, estrategias de educación emocional, fomentar la inclusión y la diversidad, observación y el acompañamiento para identificar intereses, orientación como proceso preventivo.

Estrategias metodológicas:

- » Miniportafolios vocacionales infantiles: recopilación de dibujos, fotografías o registros de juego simbólico que expresen intereses, emociones y descubrimientos.
- » Registros de observación sistemática: notas del orientador sobre interacciones sociales, autonomía, curiosidad y participación.
- » Rúbricas socioemocionales iniciales: valoración del progreso en confianza, cooperación, empatía y expresión emocional.
- » Bitácoras de acompañamiento familiar: registro de talleres, orientaciones o conversaciones con familias sobre estimulación y desarrollo integral.

- » Material audiovisual o fotográfico de experiencias lúdicas y proyectos creativos realizados en el aula o en espacios de orientación.
- » Narraciones o producciones orales, donde expresen “lo que más les gusta hacer” o “qué les hace sentir felices al aprender”.

Infancia intermedia (7-12 años)

Durante la infancia intermedia, se consolidan los aprendizajes iniciados en la etapa anterior y se amplían las capacidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales que permiten a cada niño y niña interpretar, significar y actuar de manera más autónoma y reflexiva con mayor profundidad su entorno. En este periodo, el acompañamiento vocacional adquiere relevancia al favorecer el desarrollo del autoconcepto académico, la curiosidad por el conocimiento y la identificación de intereses iniciales vinculados con el aprendizaje escolar. La orientación, en esta etapa, se convierte en un espacio que estimula la autonomía, la responsabilidad y el trabajo colaborativo, promoviendo experiencias que fortalecen la confianza y la motivación hacia el estudio. De esta manera, el proceso orientador contribuye a la construcción de bases sólidas para el desarrollo integral, la exploración vocacional temprana, preparando al infante para transitar con éxito hacia la adolescencia, toma de decisiones y la proyección personal.

En esta etapa, la orientación vocacional se apoya en fundamentos teóricos que permiten comprender los procesos de desarrollo cognitivo, socioemocional y vocacional propios de la niñez media. Se requiere profundizar en aspectos medulares relacionados con:

- » Desarrollo cognitivo: la relevancia señalada por Piaget (1969), quien describe que entre los 7 y 12 años se alcanza la etapa de operaciones concretas, caracterizada por un pensamiento lógico ligado a experiencias directas.
- » Desarrollo psicosocial: promueve acciones enfocadas por lo indicado por Erikson (1993), quien plantea que este rango etario se identifica por el estadio de laboriosidad vs inferioridad, en el cual

buscan desarrollar competencias y confianza en sus capacidades. Por ello, es fundamental la comprensión de esta etapa, ideal para fortalecer la autoestima académica y vocacional.

- » Madurez vocacional inicial: Super (1990), señala que durante este periodo comienza la fase de “crecimiento”, donde emergen actitudes hacia el trabajo, intereses y capacidades básicas. El conocimiento de este marco teórico permite al orientador promover experiencias tempranas de exploración ocupacional.
- » Dimensión socioemocional y el desarrollo de acciones vinculadas: Bisquerra (2009), subraya que la educación emocional es esencial en estas edades, ya que posibilita el desarrollo de la empatía, la autorregulación y la toma de decisiones responsables. Estas competencias son transversales al acompañamiento vocacional.
- » Diversidad y equidad: ante ello la UNESCO (2015), subraya que la formación de orientadores debe incluir enfoques inclusivos e interculturales, debido a que en esta etapa es fundamental atender la heterogeneidad del estudiantado y prevenir desigualdades educativas.

Durante la infancia intermedia, el acompañamiento orientador adquiere un papel estratégico para consolidar aprendizajes y fortalecer recursos personales que inciden directamente en la motivación, el desempeño y la construcción del proyecto de vida. En esta etapa, amplían su comprensión del mundo escolar y social, desarrollan mayor capacidad para resolver problemas y comienzan a reconocer áreas de interés relacionadas con asignaturas, actividades artísticas, científicas o deportivas. El proceso de orientación favorece que esta exploración sea guiada, significativa y coherente con su desarrollo, promoviendo habilidades clave como la autorregulación, la toma de decisiones, la responsabilidad en las tareas y el trabajo colaborativo.

En el contexto costarricense, el Ministerio de Educación Pública ha señalado que la orientación grupal y preventiva en la niñez es fundamental para fortalecer habilidades sociales, académicas y vocacionales,

estableciendo las bases para una trayectoria escolar con permanencia y éxito “Con este propósito establecido, el servicio de Orientación potencia en la población estudiantil el proceso de toma de decisiones para afrontar situaciones en el medio escolar, familiar, social y laboral, con un sentido de responsabilidad, productividad y autorrealización, a nivel personal y social” (MEP, 2017, p.11). Desde esta perspectiva, la orientación en la infancia intermedia no se limita a acompañar el rendimiento académico, sino que impulsa experiencias que amplían el autoconcepto, consolidan la autoestima académica y preparan al estudiantado para etapas posteriores en las que deberán asumir decisiones más complejas sobre su formación y futuro vocacional. De este modo, la práctica orientadora se convierte en un recurso esencial para garantizar que cada niño y niña tenga oportunidades de desarrollo integral en entornos educativos inclusivos, motivadores y culturalmente pertinentes.

La comprensión de los marcos teóricos del desarrollo cognitivo, psicosocial y vocacional en la infancia intermedia resulta esencial y de mucha *relevancia* para el diseño de programas de exploración vocacional temprana que integren el juego, los proyectos escolares y las actividades colaborativas como medios de aprendizaje significativo. Estas experiencias permiten que descubran sus intereses, fortalezcan la curiosidad y desarrollen la capacidad de trabajar en equipo, favoreciendo así la formación de un autoconcepto positivo y la construcción de habilidades para la toma de decisiones futuras. El uso pedagógico del juego y de proyectos orientados al descubrimiento de talentos contribuye, además, a fomentar la creatividad, la perseverancia y la valoración del esfuerzo como componentes clave del desarrollo vocacional inicial.

Del mismo modo, el dominio teórico - práctico de la persona profesional en Orientación permite promover la autoeficacia académica y personal, acompañando los procesos de transición hacia la adolescencia de manera preventiva y formativa. Identificar señales de riesgo relacionadas con la autoestima, el rendimiento o la integración social posibilita intervenciones tempranas que fortalecen el bienestar emocional y académico. Asimismo, la incorporación de enfoques de diversidad, inclusión y equidad garantiza que las estrategias de orientación se adapten

a la realidad de cada contexto cultural y social, ofreciendo oportunidades equitativas de aprendizaje y participación. Desde esta perspectiva, la orientación vocacional se convierte en un espacio que reconoce la singularidad de cada estudiante y que contribuye a construir entornos educativos más justos y colaborativos.

La importancia y aplicación de estos conocimientos permite que la orientación se consolide como un proceso formativo que integra lo académico con lo emocional y lo social, favoreciendo aprendizajes más significativos y duraderos. En esta etapa, acompañar al infante implica brindar espacios de reconocimiento y validación, donde las niñas y los niños puedan expresar sus ideas, experimentar sin temor al error y celebrar sus avances. Estas experiencias tempranas fortalecen la capacidad de asumir retos, establecer metas y construir una percepción positiva de sus propias competencias.

Desde esta perspectiva se facilita la identificación de barreras que pueden limitar el progreso educativo o la integración social, orientando intervenciones que promuevan la equidad y la inclusión. Al incorporar prácticas que valoren la diversidad cultural y de aprendizaje, la orientación contribuye a generar entornos escolares más justos, sensibles y estimulantes, donde cada estudiante encuentre oportunidades para descubrir sus intereses, fortalecer sus habilidades y proyectar, de manera progresiva, su propio itinerario vocacional.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos: *desarrollo cognitivo:* comprensión del pensamiento lógico concreto; *desarrollo psicosocial:* fortalecimiento de la laboriosidad, la autoestima y la confianza en las propias capacidades; *madurez vocacional inicial:* actitudes e intereses hacia el trabajo y la exploración ocupacional; *educación emocional:* desarrollo de empatía, autorregulación y toma de decisiones responsables; *diversidad y equidad:* atención a la heterogeneidad del estudiantado y prevención de desigualdades; *autoeficacia académica y vocacional:* fortalecimiento de la confianza, la motivación y el sentido de logro; integración de lo académico, lo social y lo emocional como base de una orientación significativa.

Acciones de intervención: programas de exploración vocacional temprana, experiencias de descubrimiento de talentos, promoción de la autoeficacia y la autorregulación, detección y atención de señales de riesgo vinculadas con autoestima, rendimiento o integración social, fomento de la participación y el trabajo en equipo, asesoría dirigida a docentes y familias, generación de actividades de sensibilización sobre diversidad cultural y estilos de aprendizaje.

Estrategias metodológicas:

- » Miniportafolios vocacionales: recopilación de dibujos, reflexiones y pequeños proyectos donde los niños expresen sus intereses, habilidades y logros.
- » Registros de observación: anotaciones sobre participación, interacción social y desarrollo de competencias durante actividades escolares o grupales.
- » Rúbricas socioemocionales: instrumentos sencillos para valorar autonomía, colaboración, comunicación y empatía.
- » Diarios de aula o bitácoras reflexivas: escritos breves donde narre lo aprendido, cómo se sintió y qué descubrió de sí mismo.
- » Proyectos o exposiciones escolares: vinculados con ocupaciones, roles o actividades vocacionales iniciales (por ejemplo, “Mi trabajo soñado”, “Lo que me gusta hacer”).
- » Entrevistas o conversaciones guiadas: con familias y docentes para identificar avances en autoestima, convivencia y motivación hacia el estudio.

Adolescencia (13–18 años)

Durante la adolescencia, se experimentan cambios profundos a nivel físico, cognitivo, emocional y social que influyen de manera directa en la construcción de la identidad personal, social y vocacional. Es una etapa de transición en la que se amplía la capacidad de reflexión, se consolidan valores y se fortalecen las aspiraciones hacia el futuro. En este proceso, el acompañamiento orientador adquiere un papel esencial, ya que permite guiar la búsqueda de identidad y la exploración de intereses, ayudando a la persona en pubertad a reconocer sus potencialidades, comprender sus emociones y tomar decisiones más conscientes. De esta manera, la orientación vocacional se convierte en un espacio de acompañamiento integral que promueve la autonomía, la autoeficacia y la proyección de metas realistas, contribuyendo a la construcción de trayectorias vitales coherentes con los intereses y valores de cada persona adolescente.

Frente a este escenario, el rol de la persona profesional en orientación requiere el dominio de marcos teóricos que posibiliten el diseño de estrategias de intervención coherentes con las características y necesidades de la población. Asimismo, demanda una fundamentación rigurosa de la práctica profesional y la consideración de los siguientes aportes teóricos:

- » Desarrollo cognitivo: de Piaget (1969), ubica a los adolescentes en la etapa de operaciones formales, caracterizada por el pensamiento abstracto, hipotético y deductivo. Este marco permite al profesional diseñar experiencias de orientación que fomenten la reflexión crítica, la anticipación de consecuencias y la toma de decisiones responsables.

- » Desarrollo psicosocial: expuesto en la teoría de Erikson (1993), señala que el reto central de esta etapa es la crisis de identidad vs. confusión de roles, donde los adolescentes buscan definir quiénes son y qué papel desempeñarán en la sociedad. El acompañamiento vocacional cobra especial importancia al facilitar la exploración de intereses, valores y aspiraciones.

- » Madurez vocacional: desde los postulados de Super (1990), donde se explica a esta etapa en la fase de exploración, donde las personas empiezan a probar distintos roles y actividades que configuran sus intereses ocupacionales. Esto justifica la implementación de programas de orientación que ofrezcan experiencias variadas y significativas.
- » Impulso de la construcción de carrera y adaptabilidad: de Savickas (2012b), plantea que en la adolescencia debe iniciarse el desarrollo de la adaptabilidad de carrera (preocupación, control, curiosidad y confianza), competencias que permiten afrontar con éxito transiciones educativas y laborales.
- » Dimensión socioemocional y su exploración: Bisquerra (2009), subraya que la educación emocional en la adolescencia es esencial para gestionar emociones intensas, fomentar la empatía y construir relaciones sanas, aspectos estrechamente vinculados con la identidad vocacional.
- » Inclusión y diversidad: La UNESCO (2017), recomienda que los programas de orientación incorporen enfoques interculturales y de equidad de género con el fin de asegurar de que todos los adolescentes tengan acceso a oportunidades educativas y vocacionales sin discriminación.

El Ministerio de Educación Pública de Costa Rica (2017), ha destacado la importancia de fortalecer la orientación en secundaria para apoyar la permanencia escolar, prevenir el abandono y guiar las decisiones vocacionales hacia trayectorias sostenibles.

El dominio de los fundamentos teóricos sobre el desarrollo cognitivo, psicosocial y vocacional en la adolescencia es esencial y relevante para orientar de manera pertinente los procesos de exploración, identidad y toma de decisiones. Comprender esta etapa desde los postulados de los autores mencionados, permite a la persona profesional en orientación

diseñar e implementar programas de exploración vocacional que integren espacios estructurados de acercamiento a opciones educativas y ocupacionales, así como el uso de herramientas sistemáticas y validadas que apoyen los procesos de autoconocimiento y toma de decisiones. Estas estrategias facilitan que el estudiantado identifique sus intereses, valores y habilidades para fortalecer la autoestima y el sentido de logro personal. En este contexto, la orientación se convierte en un espacio de acompañamiento activo que promueve la reflexión, la autonomía y la responsabilidad en la construcción de un proyecto vital coherente con las metas y aspiraciones de cada adolescente.

Asimismo, el conocimiento de los marcos teóricos contemporáneos ofrece herramientas para abordar los desafíos emergentes que enfrentan las personas adolescentes en entornos digitales, multiculturales y cambiantes. La orientación debe integrar la alfabetización digital crítica, promoviendo el uso responsable de la información y la gestión ética de la identidad en plataformas virtuales. Del mismo modo, resulta imprescindible incorporar enfoques de inclusión, equidad de género y diversidad cultural para asegurar que los procesos de acompañamiento reconozcan las particularidades de cada contexto social y educativo. De esta manera, la práctica orientadora en la adolescencia se configura como un espacio de transformación que potencia el autoconocimiento, la conciencia social y la participación, lo cual contribuye a que construya una trayectoria educativa y vocacional autónoma, pertinente y con propósito.

La incorporación de los marcos teóricos en la práctica orientadora permite comprender la complejidad de la adolescencia y actuar de manera preventiva frente a los riesgos psicosociales que pueden afectar la continuidad educativa y el bienestar integral. Contar con una base conceptual sólida, brinda a la persona profesional en orientación las herramientas para identificar señales tempranas de desmotivación, aislamiento o presiones sociales que podrían derivar en deserción o bajo rendimiento. A partir de esta comprensión, la intervención orientadora se transforma en un acompañamiento cercano, empático y sostenido, que fortalece la resiliencia, la pertenencia y la capacidad para afrontar los desafíos personales y académicos propios de esta etapa de transición.

De igual forma, el conocimiento de las teorías del desarrollo vocacional y socioemocional permite potenciar la madurez y la adaptabilidad de carrera, guiando al estudiantado en la identificación de sus intereses, valores y habilidades, así como en la exploración de múltiples alternativas educativas y laborales. Esta mirada integral incorpora la dimensión emocional y el uso crítico de la tecnología, lo cual favorece que aprendan a gestionar la información, tomar decisiones responsables y proyectar su futuro con autonomía y confianza. También, promueve el desarrollo de competencias para la vida, contribuyendo a la formación de personas más reflexivas, seguras y capaces de adaptarse a entornos educativos, sociales y laborales en constante cambio.

En definitiva, la adolescencia representa un punto de inflexión en el desarrollo humano, donde la orientación vocacional se convierte en un acompañamiento clave para consolidar la identidad, fortalecer la autonomía y dar sentido al aprendizaje. El ejercicio profesional sustentado en marcos teóricos sólidos permite orientar desde una visión integral que combina la exploración vocacional con la comprensión de los procesos emocionales, sociales y digitales que caracterizan esta etapa. Una orientación oportuna y sensible contribuye no solo a la continuidad educativa, sino también a la formación de jóvenes capaces de tomar decisiones éticas, flexibles y coherentes con sus valores. De esta manera, la práctica orientadora en la adolescencia sienta las bases para una transición consciente hacia la juventud, en la que cada estudiante pueda proyectarse con confianza, propósito y sentido de pertenencia en un mundo en constante transformación.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos: construcción de la identidad personal y vocacional: proceso fundamental que articula la búsqueda de sentido, los valores y la definición del proyecto de vida; *pensamiento formal y toma de decisiones:* desarrollo de la capacidad reflexiva y abstracta; *adaptabilidad y madurez vocacional:* adquisición de competencias de carrera como la curiosidad, el control, la confianza y la preocupación por el futuro; *educación emocional y resiliencia:* desarrollo de habilidades para la autorregulación, la empatía y la gestión

de emociones en entornos complejos; *inclusión y ciudadanía digital*: promoción de la equidad de género, la diversidad cultural y la alfabetización digital crítica en el acompañamiento vocacional.

Acciones de intervención: programas de exploración vocacional integrales, aplicación de instrumentos psicométricos y dinámicas grupales para favorecer el autoconocimiento, la toma de decisiones y la definición de metas personales y académicas, procesos de desarrollo socioemocional, alfabetización digital crítica y la gestión ética de la identidad virtual (información, redes sociales, higiene informativa -fake news-), acciones con enfoques de equidad y diversidad (inclusión).

Estrategias metodológicas:

- » Portafolio vocacional digital o físico: con reflexiones personales, resultados de pruebas y proyectos de vida iniciales.
- » Registro de sesiones y rúbricas de autoeficacia vocacional: que midan avances en toma de decisiones, autoconocimiento y planificación.
- » Bitácoras de acompañamiento socioemocional: donde se evidencie la evolución en autoestima, motivación y resiliencia.
- » Proyectos o ferias vocacionales documentadas: con participación del estudiantado y articulación con familias y comunidad educativa.
- » Matrices de evaluación de competencias digitales y ciudadanía responsable: elaboradas a partir de talleres o actividades formativas.
- » Pruebas psicométricas validadas, actualizadas y contextualizadas: aplicadas y analizadas de manera conjunta entre la persona orientada y el profesional en orientación, garantizando su pertinencia frente a las transformaciones sociales, educativas y laborales.

Juventud (19–29 años)

En la etapa de la juventud, las personas transitan una fase de profundos cambios y definiciones que marcan el paso de la adolescencia a la adultez plena. Este periodo se caracteriza por una serie de transiciones significativas que pueden incluir la continuidad o finalización de estudios superiores, el ingreso al mercado laboral, el asumir responsabilidades familiares o comunitarias, el emprendimiento, el trabajo independiente y la exploración de distintas alternativas de desarrollo personal y profesional. En esta etapa, las personas jóvenes profundizan en la construcción de su identidad profesional y social, proceso que implica enfrentar desafíos crecientes y un mayor grado de madurez personal y profesional.

En este contexto, la orientación vocacional adquiere un rol estratégico al acompañar la exploración y el fortalecimiento de competencias personales, académicas y laborales que facilitan la inserción en entornos complejos y competitivos. La práctica orientadora, sustentada en marcos teóricos del desarrollo humano y vocacional, contribuye a que las juventudes articulen sus intereses, valores y aspiraciones con las demandas sociales y productivas, promoviendo así trayectorias de vida fundamentadas y orientadas a su desarrollo integral.

Para un ejercicio profesional riguroso, las personas orientadoras deben apoyarse en marcos referenciales claramente definidos que les permitan generar competencias asociadas a procesos de acompañamientos más pertinentes para la toma de decisiones, inserción laboral y ajuste de itinerarios de vida. Algunos marcos conceptuales fundamentales que se sugieren son:

- » *Adultez emergente*: Chacón (2014), conceptualiza esta etapa como *emerging adulthood* [adultez emergente], marcada por la exploración de la identidad, la inestabilidad en decisiones educativas y ocupacionales, lo cual brinda un fuerte énfasis en la autoexploración. Este marco es esencial para comprender elecciones vocacionales en contextos de incertidumbre.

- » Teorías vocacionales aplicadas: Super (1990), ubica a la juventud dentro de la fase de exploración y establecimiento, donde las experiencias educativas y laborales permiten probar y consolidar intereses y capacidades. Por su parte, Savickas y Porfeli (2012), enfatizan la adaptabilidad de carrera (preocupación, control, curiosidad, confianza), como competencia clave para enfrentar transiciones frecuentes.
- » Teoría Social Cognitiva de la Carrera (Social Cognitive Career Theory): desarrollada por Lent, Brown y Hackett (1994), resalta la importancia de la autoeficacia académica y laboral, así como de las expectativas de resultado, que impactan directamente la persistencia en la educación superior y la inserción en el mercado laboral. La teoría parte de los principios del modelo social cognitivo de Bandura (1986), y los aplica al desarrollo de carrera. Plantea que las decisiones educativas y vocacionales están determinadas por tres factores principales: autoeficacia, expectativas de resultado y metas personales.
- » Carreras contemporáneas: Hall (2004) y Arthur & Rousseau (1996), introducen las nociones de carreras proteicas y carreras sin fronteras, que demandan flexibilidad, autonomía y aprendizaje continuo. Estos enfoques orientan la práctica profesional en escenarios de empleabilidad dinámica.
- » Transiciones educativas y laborales: Blustein (2006), plantea que las decisiones vocacionales en la juventud están profundamente ligadas a factores sociales, culturales y económicos, lo que exige integrar marcos críticos que incluyan equidad e inclusión.
- » Educación emocional y bienestar: Según Bisquerra (2009), “la educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de competencias emocionales [...] con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana” (p. 13).

- » En el contexto costarricense, este proceso adquiere particular relevancia debido a los desafíos que enfrentan las juventudes en materia de empleabilidad, movilidad ocupacional y adaptación a un mercado laboral profundamente influido por la transformación digital. Ante este panorama, Vargas et al. (2025) subrayan que las personas profesionales en Orientación requieren una actualización permanente en teorías vocacionales y enfoques contemporáneos de desarrollo de carrera, de modo que puedan responder con pertinencia a las necesidades de una población joven que transita entre estudios, prácticas profesionales, trabajos temporales o emprendimientos emergentes. Esta actualización resulta indispensable para interpretar de manera adecuada las dinámicas del entorno, ofrecer acompañamientos oportunos y promover decisiones informadas que fortalezcan la construcción de trayectorias profesionales flexibles, sostenibles y alineadas con las demandas del contexto nacional.

El dominio de los marcos teóricos del desarrollo humano y vocacional resulta esencial para acompañar a las personas jóvenes en una etapa marcada por la exploración profesional y la consolidación de la identidad laboral. Teorías como la de Super (1990), sobre el ciclo vital y la de Savickas (2012), sobre la adaptabilidad de carrera permiten comprender cómo los jóvenes configuran sus trayectorias educativas y ocupacionales, integrando experiencias, aprendizajes y valores personales. Desde este enfoque, la orientación profesional y vocacional asume un papel mediador que facilita la exploración académica y profesional a través de asesorías personalizadas, programas de mentoría universitaria y espacios de reflexión sobre metas a corto, mediano y largo plazo. De esta manera, se favorece una toma de decisiones más consciente, informada y coherente con las aspiraciones individuales y las oportunidades del contexto.

Asimismo, la comprensión de los fundamentos teóricos contemporáneos posibilita a la persona profesional en Orientación fortalecer procesos para implusar la empleabilidad juvenil mediante la enseñanza de habilidades blandas, competencias digitales y estrategias efectivas de inserción laboral. Propuestas como las Carreras Proteicas (Hall, 2004) y

La carrera sin fronteras (Arthur & Rousseau, 1996) amplían la visión de carrera al resaltar la autonomía, la flexibilidad y la capacidad de adaptación ante entornos laborales en constante cambio. Desde este marco, la orientación contribuye a desarrollar la resiliencia y la adaptabilidad de las juventudes, promoviendo actitudes de aprendizaje continuo y gestión del cambio frente a los desafíos personales y profesionales. Así, el acompañamiento orientador no solo impulsa el crecimiento individual, sino también potencia la participación y la contribución de las personas jóvenes al desarrollo social, académico y productivo.

La comprensión profunda de los marcos teóricos sobre el desarrollo juvenil permite que la orientación se consolide como un acompañamiento estratégico en momentos decisivos de transición. En esta etapa, las decisiones vinculadas con la elección de carrera, la inserción laboral o la continuación de estudios de posgrado definen gran parte del futuro profesional. Desde esta perspectiva, el conocimiento de teorías ofrece al profesional en Orientación las herramientas necesarias para facilitar transiciones educativas y laborales, guiando procesos de autoconocimiento, planificación de metas y evaluación de alternativas.

De igual forma, el dominio teórico sobre la adaptabilidad de carrera y la equidad social otorga al ejercicio orientador una dimensión ética y transformadora al comprender las dinámicas del mercado laboral y las desigualdades estructurales que enfrentan las juventudes, puede potenciar la empleabilidad y la resiliencia, ofreciendo acompañamiento diferenciado según las condiciones y oportunidades de cada contexto. La práctica orientadora se enriquece al impulsar el desarrollo personal, la actualización continua y la adaptación proactiva ante contextos cambiantes, al tiempo que favorece entornos respetuosos, participativos y sensibles a las diversidades, las cuales deben ser pilares de toda intervención.

La juventud constituye una etapa decisiva para la consolidación de trayectorias educativas, laborales y de vida, en la que las decisiones adquieren un significado profundo y las experiencias comienzan a definir la identidad y el sentido de propósito. En esta etapa, la orientación vocacional se convierte en un acompañamiento estratégico que favorece la exploración académica y profesional, la inserción laboral y la construcción de una identidad coherente con los valores y aspiraciones personales. Desde

una práctica reflexiva e inclusiva, la orientación impulsa el desarrollo de la autonomía, la resiliencia y la adaptabilidad, brindando herramientas para desenvolverse en un mundo laboral marcado por la incertidumbre y la transformación constante. Al integrar enfoques de equidad, diversidad e inclusión, se garantiza que cada proceso sea pertinente y contextualizado, promoviendo trayectorias de vida sostenibles, flexibles y significativas, que contribuyan al bienestar individual y al compromiso social en contextos locales y globales.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos, transición y consolidación de identidad profesional: se definen metas, valores y proyectos de vida vinculados con la formación académica y la inserción laboral; *exploración vocacional y toma de decisiones:* los procesos de orientación acompañan elecciones significativas y transiciones; *empleabilidad y adaptabilidad de carrera:* desarrollo de competencias blandas, habilidades digitales y actitudes de resiliencia; *aprendizaje permanente y autonomía:* fomento de la responsabilidad, la autogestión y la búsqueda de experiencias de crecimiento personal y profesional continuo; *equidad e inclusión social:* género, diversidad cultural y justicia social para garantizar acompañamientos pertinentes y contextualizados, *educación emocional y bienestar:* potenciar el desarrollo de competencias emocionales.

Acciones de intervención: guías de la exploración académica y profesional, inserción laboral y el fortalecimiento de la empleabilidad; resiliencia y adaptabilidad (gestionar la incertidumbre, cambios del mercado laboral, planificación flexible y aprendizaje continuo); talleres y espacios de reflexión: construcción de la identidad profesional, coherencia entre vocación y proyecto de vida; enfoques inclusivos y de equidad.

Estrategias metodológicas:

- » Portafolio digital o plan de desarrollo profesional: definición de metas, habilidades adquiridas y experiencias formativas.

- » Registros de procesos de mentoría o acompañamiento: donde se documenten avances en autoconocimiento, toma de decisiones y empleabilidad.
- » Rúbricas de autoeficacia vocacional y laboral: aplicadas antes y después de los procesos de orientación.
- » Productos de talleres o simulaciones: elaboración de currículos, perfiles de LinkedIn, simulacros de entrevistas, planes de emprendimiento o proyectos colaborativos.
- » Bitácoras reflexivas y autoevaluaciones, que den cuenta del fortalecimiento de la autonomía, la resiliencia y la adaptabilidad ante desafíos académicos o laborales.
- » Diarios reflexivos o bitácoras emocionales: registros escritos reflexionan sobre sus emociones, fortalezas, valores y toma de decisiones frente a desafíos académicos o laborales. (avance en conciencia emocional y autorregulación) y las autoevaluaciones de competencias socioemocionales: desarrollo de competencias de autogestión y habilidades interpersonales.

Adultez (30–59 años)

Durante la adultez media, las personas atraviesan una etapa de consolidación y transformación en su trayectoria vital y profesional. Este periodo se caracteriza por la búsqueda de estabilidad, el perfeccionamiento de competencias y, en muchos casos, por la necesidad de redefinir metas y roles vinculados con el trabajo, la familia y el desarrollo personal. En esta fase, las personas suelen enfrentar redefiniciones profesionales, demandas de actualización laboral, búsqueda de equilibrio entre vida personal y trabajo, así como procesos de reconversión laboral, tal como señalan organismos internacionales como la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), Centro Europeo para el Desarrollo de la Formación Profesional (CEDEFOP) y la Organización de las Naciones

Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), en relación con la adaptación al mercado laboral contemporáneo. En un contexto global marcado por la digitalización, la automatización y los cambios constantes en las estructuras productivas, la orientación vocacional adquiere un papel esencial al acompañar procesos de actualización profesional y bienestar integral, brindando apoyo para afrontar transiciones laborales, fortalecer la resiliencia y construir proyectos de vida coherentes con los valores y propósitos de cada persona adulta.

En este sentido, se requiere de una base teórica amplia que les permita acompañar estas transiciones de manera pertinente y contextualizada, fundamentándose en:

- » Desarrollo vocacional: se enfatiza que al respecto Super (1990), señala que la adultez corresponde a las fases de establecimiento y mantenimiento en el ciclo vital de carrera, donde las personas buscan consolidar posiciones laborales o reinventar sus trayectorias.
- » Teorías de aprendizaje en la adultez: Knowles (1980), plantea la *andragogía*, subrayando que los adultos aprenden mejor cuando el aprendizaje se conecta con experiencias previas, necesidades inmediatas y aplicación práctica.
- » Motivación y adaptación: Baltes et al. (1990), desarrollan el modelo de selección, optimización y compensación (SOC), que explica cómo las personas adultas ajustan sus metas, optimizan recursos y compensan limitaciones para mantenerse activas laboralmente.
- » Competencias digitales y reconversión: Rojas (2020), advierte que la revolución 4.0 exige actualización tecnológica continua. El profesional en Orientación debe integrar estos marcos para guiar en procesos de *reskilling & upskilling* [recapacitación y perfeccionamiento].
- » Bienestar laboral: Schaufeli y Bakker (2004), plantean el modelo de demandas y recursos laborales (JD-R), útil para comprender el balance entre exigencias ocupacionales y recursos personales, aspecto clave en procesos de asesoría vocacional en la adultez.

- » Educación de adultos: La UNESCO (2022), plantea que la educación de adultos debe promover la autorrealización, la resiliencia y el bienestar integral, facilitando espacios donde las personas puedan reflexionar sobre su trayectoria vital, adaptarse a los cambios tecnológicos y mantener un sentido de competencia y autonomía.
- » Educación y bienestar emocional: Bisquerra (2009), sostiene que el bienestar emocional en la adultez se vincula con la capacidad de autorregulación, equilibrio entre las esferas personal, familiar y laboral y desarrollo de competencias emocionales como empatía, asertividad y gestión del estrés.

La educación deja de ser únicamente un medio para adquirir conocimientos técnicos y se transforma en un proceso de actualización, crecimiento personal y equilibrio emocional. En esta etapa, las personas enfrentan demandas ocupacionales intensas, responsabilidades familiares, cambios en los roles sociales y procesos de reevaluación de metas vitales, por lo que el aprendizaje continuo se convierte en un factor de protección emocional que brinda sentido, propósito y conexión con los demás. Por ello, la actualización profesional y el desarrollo de competencias transversales de las personas profesionales en Orientación son esenciales no solo para mantener la empleabilidad, sino también para fortalecer el bienestar integral. Aunado a ello, Vargas y Salas (2025) subrayan que la formación permanente es imprescindible para que las acciones profesionales respondan con pertinencia a las transiciones de carrera y a los retos de empleabilidad del mercado actual, promoviendo así una práctica educativa y vocacional coherente con las demandas sociales y humanas de esta etapa.

La orientación vocacional cobra un papel fundamental al situarse en un punto de equilibrio entre la experiencia acumulada y la necesidad de adaptación a los nuevos entornos laborales y sociales. Desde esta perspectiva, la orientación se convierte en un espacio de reflexión y acción donde las personas pueden resignificar sus trayectorias, fortalecer sus competencias y proyectar nuevas metas alineadas con sus valores y propósitos vitales. Asimismo, el conocimiento de enfoques contemporáneos sobre motivación, la andragogía, gestión del estrés y uso de tecnologías en el aprendizaje

posibilita el diseño de programas de formación continua que favorecen la empleabilidad, el bienestar integral y la sostenibilidad de los itinerarios profesionales en entornos dinámicos y en evolución permanente.

En la práctica orientadora, el conocimiento sobre el desarrollo y la formación en la adultez se traduce en una herramienta clave para acompañar procesos de reconversión y actualización profesional. Las personas adultas, al enfrentarse a un entorno laboral dinámico y competitivo, requieren apoyo especializado que les permita identificar sus fortalezas, redefinir sus metas y adquirir nuevas competencias. La orientación, desde este enfoque, promueve espacios de aprendizaje significativo donde la recapitación se articulan con la motivación, la autoeficacia, el bienestar emocional y los avances y explicaciones de la neurociencia. Al integrar estrategias de acompañamiento individual y grupal, facilitando procesos de transición laboral más conscientes y exitosos, contribuyendo a que las personas mantengan su vigencia profesional y su satisfacción personal frente a los desafíos del mercado laboral.

Esta etapa adquiere una dimensión humanista al reconocer la importancia del equilibrio entre la vida laboral, personal y familiar. El dominio de teorías sobre bienestar ocupacional y sentido de propósito permite diseñar intervenciones que prevengan el desgaste, promuevan la salud mental y fortalezcan la resiliencia ante los cambios. En este marco, la orientación no solo impulsa la empleabilidad y el crecimiento profesional, sino también se convierte en un espacio de reflexión sobre la identidad, las aspiraciones y el valor del aprendizaje continuo. Así, el ejercicio orientador en la adultez media contribuye a que las personas vivan esta etapa con plenitud, compromiso y coherencia entre su desarrollo personal y profesional.

En síntesis, la adultez representa una etapa de consolidación y renovación en la que las personas procuran armonizar su desarrollo profesional con su bienestar personal y social. En este periodo, la orientación vocacional se configura como un acompañamiento esencial para fortalecer la capacidad de adaptación frente a los cambios del mundo laboral, estimular el aprendizaje permanente y sostener la motivación hacia nuevas metas. Más que un apoyo instrumental, la orientación se convierte en un proceso reflexivo que impulsa la autogestión, el sentido de propósito y la búsqueda de equilibrio entre lo laboral y lo humano. De este modo, contribuye a que

las trayectorias profesionales sean más conscientes, flexibles y sostenibles, lo que permite que cada persona adulta continúe construyendo una vida con sentido, coherente con sus valores, capacidades y aspiraciones.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos: redefinición profesional, actualización de competencias y equilibrio entre vida personal y laboral; *andragogía* como principio rector del aprendizaje adulto; *adaptabilidad y motivación profesional:* recurso para la transformación del mercado laboral, *educación emocional* como pilar del bienestar integral; *reskilling* (reaprendizaje) y *upskilling* (perfeccionamiento), *tecnología y formación continua:* sostenibilidad profesional.

Acciones de intervención: programas de formación continua; procesos de recapitación y reconversión laboral, acciones para promover el bienestar ocupacional, metodologías innovadoras y tecnológicas (fomentar la autorreflexión sobre la trayectoria profesional y los distintos ámbitos de la vida).

Estrategias metodológicas:

- » Portafolios profesionales digitales: que integren logros, capacitaciones y metas de desarrollo personal.
- » Planes individuales de actualización profesional: *reskilling* y *upskilling* acompañados de seguimiento reflexivo.
- » Diarios de aprendizaje o bitácoras de autogestión: donde se registren avances en bienestar laboral, equilibrio y propósito.
- » Encuestas o instrumentos: autoevaluación del bienestar ocupacional y emocional.
- » Informes de participación: programas de formación continua o mentoría profesional.
- » Proyectos colaborativos o talleres: innovación profesional, evidenciados mediante rúbricas de desempeño o testimonios.

- » Elaboración de itinerarios de vida.
- » Talleres de preparación para la empleabilidad.

Adulthood mayor (60+ años)

En la adulthood mayor, los procesos de preparación para el retiro, la búsqueda de proyectos significativos y la participación social se convierten en elementos clave para la construcción de una vida plena y con propósito. Esta etapa representa un momento de reorganización vital en el que las personas revaloran su experiencia, redefinen sus roles y buscan mantener la autonomía y la conexión con su entorno. La necesidad de conservar el sentido de pertenencia y la salud emocional se vuelve fundamental para sostener el bienestar integral. En este contexto, la orientación vocacional, entendida como un acompañamiento a lo largo de toda la vida, asume un rol esencial al promover el envejecimiento activo, la continuidad de intereses y la integración comunitaria. Desde esta perspectiva, la orientación trasciende el ámbito laboral para enfocarse en la planificación de nuevas metas personales, el aprendizaje permanente, la mentoría intergeneracional y la participación en espacios de voluntariado, favoreciendo así una vejez digna, inclusiva y socialmente significativa.

En este periodo, la persona profesional en Orientación debe apoyarse en conocimientos teóricos especializados:

- » Teoría del desarrollo vocacional: al respecto Super (1990), ubica a las personas adultas dentro de la fase de “declive” que corresponde aproximadamente de los 65 años en adelante. En esta fase, plantea que las personas tienden a redefinir su identidad ocupacional, disminuir su participación laboral y trasladar su energía hacia actividades significativas y de continuidad personal, como el voluntariado, la mentoría o el desarrollo de intereses no remunerados.
- » Gerontología educativa: Formosa (2014), destaca el término de *geragogía*, que resalta la importancia de diseñar experiencias de aprendizaje específicas para personas mayores, aspecto clave en programas de orientación sobre participación social y alfabetización digital.

- » Psicología positiva y envejecimiento exitoso: Baltes et al. (1990), sostienen que el éxito en la vejez depende de la optimización de capacidades y la compensación de limitaciones, promoviendo un balance entre independencia y adaptación.
- » Educación emocional: Bisquerra (2009), indica que en la vejez, la educación emocional adquiere una relevancia especial, ya que favorece la autorregulación, la aceptación de los cambios vitales y el mantenimiento de relaciones sociales significativas, aspectos esenciales para el bienestar y la calidad de vida. Por lo existe la necesidad de promover competencias emocionales en las personas mayores y se destaca la autorregulación, la resiliencia y el fortalecimiento del sentido de propósito como factores protectores del bienestar integral en esta etapa del ciclo vital.
- » Teoría del desarrollo de carrera y el enfoque del Life Design: Savickas (2013), considera que el desarrollo de carrera es un proceso continuo y narrativo que se extiende a lo largo de toda la vida, incluida la adultez mayor. Destaca que en la vejez o adultez mayor las personas tienden a reconstruir su identidad y su sentido de propósito, reinterpretando sus experiencias vitales y profesionales para mantener la coherencia narrativa y la sensación de utilidad personal y social. Su enfoque pone el acento en la reflexión biográfica, el legado vital y la generatividad, es decir, el deseo de seguir contribuyendo y transmitiendo aprendizajes a otras generaciones.
- » Teoría de la continuidad: Atchley (1989), plantea que las personas mayores buscan mantener actividades y roles congruentes con su historia de vida, lo que orienta la construcción de proyectos vitales en la vejez.
- » Selectividad socioemocional: Carstensen (2006), explica que, al percibir el tiempo como limitado, las personas priorizan relaciones y actividades con alto valor emocional. Este marco teórico guía programas de orientación centrados en el sentido de vida.
- » Salud y envejecimiento activo: al respecto la OMS (2017), subraya que el envejecimiento saludable depende no solo de la salud física, sino también de la participación, la seguridad y el aprendizaje continuo.

A su vez, Vargas y Salas (2025), plantean la necesidad de que profesionales de la orientación acompañen a las personas en la etapa de adultez mayor en la construcción de proyectos de vida significativos que trasciendan el ámbito laboral y se orienten hacia el bienestar integral y la participación social activa. Este acompañamiento implica reconocer las potencialidades, la experiencia acumulada y el deseo de contribuir, favoreciendo espacios donde las personas puedan ejercer roles de mentoría, voluntariado o liderazgo comunitario. Desde esta perspectiva, la orientación se convierte en un medio para promover el envejecimiento activo, la continuidad vital y el fortalecimiento del sentido de propósito, lo que permite que las personas mayores mantengan su autonomía, desarrollen vínculos intergeneracionales y encuentren nuevas formas de aportar a la sociedad. Además, este enfoque humanista y participativo reafirma el derecho a aprender y crecer durante toda la vida, consolidando una visión de la vejez como una etapa de plenitud, aprendizaje continuo y contribución social. Por ello, la orientación vocacional se constituye en un componente estratégico para el acompañamiento de procesos de transición asociados con la reorganización del tiempo, los roles y los vínculos sociales posteriores al retiro laboral.

El dominio de marcos teóricos sobre el desarrollo humano y la continuidad vital permite al profesional en orientación abordar esta etapa de manera integral, considerando tanto los aspectos psicosociales como los proyectos de vida posteriores a la jubilación. Desde este enfoque, la orientación no se limita a preparar el cierre de la vida laboral, sino que fomenta la planificación consciente de un futuro con sentido, en el que las personas mayores puedan mantener su autonomía, redefinir sus metas y participar activamente en su comunidad. Este acompañamiento favorece la adaptación emocional frente a los cambios y promueve la vivencia de la vejez como una etapa de crecimiento, aprendizaje y contribución social.

Asimismo, el conocimiento teórico sobre inclusión, bienestar y participación social otorga al profesional herramientas para implementar estrategias que fortalezcan la calidad de vida de las personas adultas mayores. La promoción de la inclusión digital se convierte en un eje central para reducir brechas tecnológicas y potenciar la comunicación, la autonomía y la participación en entornos virtuales. Además, la

planificación de programas de voluntariado, mentoría intergeneracional y actividades comunitarias contribuyen a preservar el sentido de utilidad, reforzar los lazos sociales y prevenir el aislamiento.

En la práctica orientadora, el conocimiento de los marcos teóricos sobre envejecimiento activo y continuidad vital permite articular los procesos de retiro y reorganización de la vida en la adultez mayor. Comprender las transformaciones emocionales, cognitivas y sociales que caracterizan esta etapa posibilita diseñar intervenciones integrales que favorezcan la adaptación a los cambios, la preservación de la autoestima y la proyección de nuevos propósitos y sentido de vida. El profesional en Orientación, al incorporar estos enfoques, contribuye a que las personas mayores visualicen el retiro no como un cierre, sino como una oportunidad de crecimiento y realización personal, donde el aprendizaje, la participación social y la conexión afectiva se transforman en fuentes de bienestar y plenitud.

Del mismo modo, la integración de perspectivas como la selectividad socioemocional y la inclusión amplía el alcance de la práctica orientadora, permitiendo fortalecer la autonomía y la participación e integración en contextos cada vez más cambiantes. La educación digital y la mentoría intergeneracional se convierten en herramientas clave para reducir brechas y mantener a las personas mayores conectadas con su entorno social y cultural. Además, promover la participación en redes de apoyo, voluntariado o actividades formativas contribuye al equilibrio emocional y al sentido de pertenencia. Así, la orientación vocacional en la adultez mayor se consolida como un proceso que no solo acompaña la transición hacia el retiro, sino también impulsa la continuidad del desarrollo humano, la inclusión social y la vivencia de una vejez activa, digna y significativa.

La adultez mayor representa una etapa de reafirmación y renovación del sentido vital, donde la orientación vocacional y ocupacional adquiere un papel esencial, así como la comprensión y aplicación de enfoques como la geragogía, según Mieskes, H. (1970, p.24) “Geragogik is ‘Pedagogy of old age’, meaning that it deals with the ‘old age’ and is concerned foremost with the relationship between pedagogy as such and

the reality of old age.” [La geragogía es la ‘pedagogía de la vejez’, lo que significa que se ocupa de la vejez y ante todo de la relación entre la pedagogía en sí y la realidad del envejecimiento); así como la continuidad vital y el envejecimiento activo permiten al profesional acompañar a las personas mayores en la construcción de proyectos que mantengan su sentido de propósito y pertenencia social. Desde esta perspectiva, la orientación se convierte en un espacio de apoyo y empoderamiento que impulsa la participación comunitaria, el aprendizaje a lo largo de la vida y la valoración de la experiencia acumulada como fuente de sabiduría y contribución social. De este modo, esta etapa se concibe como un periodo de crecimiento continuo, en el que las personas pueden seguir aprendiendo, compartiendo y construyendo bienestar en coherencia con sus valores y aspiraciones personales.

De la teoría a la práctica:

Fundamentos teóricos: envejecimiento activo y continuidad vital: la adultez mayor se concibe como una etapa de transformación; *geragogía y aprendizaje permanente:* generar oportunidades educativas; *educación emocional y bienestar integral:* afrontar los cambios propios del retiro, prevenir el aislamiento y fortalecer la autoestima y el bienestar; *generatividad y sentido de propósito:* continuidad social, que les permita sentirse útiles, reconocidas y valoradas.

Acciones de intervención: programas de aprendizaje significativo y alfabetización digital, planificación del retiro, voluntariado y la mentoría intergeneracional, fomentar la educación emocional, (autorregulación, empatía y la resiliencia ante los cambios vitales), programas de orientación grupal y comunitaria (reflexión sobre el sentido de vida y la continuidad de proyectos personales).

Estrategias metodológicas:

- » Diarios reflexivos o biográficos: donde las personas mayores registren sus aprendizajes, metas y experiencias de vida.
- » Portafolios de participación comunitaria: que documenten actividades de voluntariado, mentoría o aprendizaje continuo.

- » Rúbricas de bienestar socioemocional: para evaluar avances en autoestima, autonomía y redes de apoyo.
- » Registros de inclusión digital: evidencia del uso de herramientas tecnológicas en procesos de aprendizaje o comunicación.
- » Bitácoras de acompañamiento orientador: con seguimiento de metas personales y proyectos de vida significativos.

Reflexiones generales de revoluciona-T

Es necesario enfatizar sobre elementos medulares que se deben considerar para fortalecer la práctica contemporánea de la orientación vocacional. Entre ellos destacan competencias profesionales que permiten responder a la complejidad del entorno actual: la capacidad de realizar un diagnóstico ampliado, que combine lectura de contexto (educativo, laboral y territorial) con análisis de datos para fundamentar decisiones; la mediación pedagógica y socioemocional, que supone diseñar experiencias formativas significativas más allá de la aplicación de pruebas; el enfoque de carrera, que integra herramientas narrativas, entrevistas de construcción de carrera y planes de acción flexibles; y las competencias digitales orientadas a la gestión y evaluación crítica de la información, la alfabetización mediática y el uso ético de tecnologías como la inteligencia artificial. A ello, se suma el trabajo intersectorial, que permite articular esfuerzos con familias, instituciones, empleadores y comunidades, así como la evaluación y mejora continua, basada en indicadores de proceso y resultados que garanticen intervenciones pertinentes y sostenibles. Estas competencias conforman un perfil profesional robusto, indispensable para acompañar trayectorias diversas a lo largo del ciclo vital.

El fortalecimiento de estas competencias demanda transformar la práctica orientadora mediante estrategias que renuevan su alcance y sentido. Se pasa de instrumentos a experiencias, utilizando talleres vivenciales, proyectos colaborativos, observatorios de ocupaciones, mentorías y micro estancias que acercan a las personas a escenarios reales de aprendizaje y trabajo. Del énfasis en “aptitudes” se transita hacia la comprensión de trayectorias, mediante portafolios de progreso, hitos evolutivos, procesos

de transición y narrativas que permiten resignificar la experiencia. La orientación deja de concebirse únicamente como un proceso individual para convertirse en ecosistema, articulado con universidades, empresas, municipalidades y programas sociales. Paralelamente, se fortalece el desarrollo de la adaptabilidad de carrera, entrenando la preocupación para planificar, el control para decidir, la curiosidad para explorar y la confianza para perseverar. Finalmente, se reemplazan acciones aisladas por programas escalonados por etapa del ciclo vital y se asegura coherencia, continuidad y pertinencia en cada fase del desarrollo humano.

A su vez, la evaluación adquiere un papel estratégico en la modernización de la orientación vocacional y permite demostrar su impacto real en las trayectorias educativas y laborales. Para ello, se emplean indicadores de proceso, como la cobertura por etapa, la participación de familias, docentes y el uso de recursos digitales. De tal forma, se consideran indicadores de resultado, tales como mejoras en la claridad de metas, avances en autoeficacia académica y laboral, incremento en la empleabilidad (autoestima, autoexploración, currículum vitae actualizado, desempeño en entrevistas, obtención de certificaciones) y tasas de permanencia o retención educativa. Desde una perspectiva de justicia social, resultan esenciales los indicadores de equidad, que permiten monitorear brechas cerradas por género, discapacidad, condición socioeconómica o territorio. Las evidencias como portafolios, rúbricas, registros de consejería, tableros de datos y relatos de cambio constituyen insumos clave para retroalimentar la práctica, fortalecer la toma de decisiones y asegurar intervenciones pertinentes, accesibles y de calidad.

Se reconoce que la orientación vocacional constituye un eje fundamental para favorecer trayectorias educativas, laborales y personales sostenibles. El análisis de las diferentes etapas del ciclo vital evidencia que la orientación no puede entenderse como un evento aislado asociado únicamente a la elección de carrera, sino como una práctica integral, dinámica y contextualizada que acompaña los procesos evolutivos de la vida. En este sentido, la práctica orientadora se configura como un puente entre teoría y acción, capaz de generar experiencias significativas en cada fase del desarrollo humano. Al promover la exploración temprana de intereses en la infancia, la construcción de la identidad vocacional

en la adolescencia, la inserción laboral en la juventud, la reconversión profesional en la adultez y el envejecimiento activo en la adultez mayor, la orientación vocacional expande su impacto hacia niveles personales, comunitarios y sociales, contribuyendo al bienestar integral y a la participación en la sociedad.

En conclusión, este capítulo evidencia que la orientación, particularmente desde el área vocacional, es una disciplina estratégica para el desarrollo humano integral, pues contribuye a prevenir desigualdades, fortalecer la inclusión, promover la autonomía y acompañar la construcción de carrera en todas las etapas del ciclo vital. Al integrar conocimientos teóricos, metodológicos y prácticos, la orientación asegura intervenciones pertinentes, sensibles al contexto, alineadas con las demandas actuales y futuras de la sociedad. Esta comprensión sirve de fundamento a los capítulos siguientes, de esta forma en el capítulo II (Vincula-T) se profundiza en las alianzas, redes y dispositivos de acompañamiento comunitario; en el capítulo III (Innova-T) se abordan los procesos de innovación, creatividad y tecnología aplicados a la orientación y en el capítulo IV (Emplea-T) se plantean acciones claves para el desarrollo formativo y laboral con propósito, completando así un enfoque integral que articula desarrollo humano, empleabilidad, bienestar y construcción de itinerarios de vida.

CAPITULO II

Vincula-T (conectar con los contextos emergentes)

En este capítulo, se desarrolla la necesidad de comprender y responder a los contextos emergentes que configuran la vida educativa, social y laboral en el siglo XXI. La orientación vocacional, no puede mantenerse estática frente a las transformaciones producidas por fenómenos como la Revolución 4.0, el impacto de las tecnologías digitales, de la inteligencia artificial, la diversidad cultural, los retos de la sostenibilidad y las demandas crecientes de inclusión y justicia social. Estos escenarios redefinen no solo la manera en que se conciben los itinerarios de vida, sino también las formas en que las personas se relacionan con el conocimiento, el trabajo y la comunidad.

Desde esta perspectiva, la orientación vocacional se entiende como un proceso continuo y dinámico que contribuye a que las personas desarrollen competencias adaptativas frente a entornos en permanente transformación. Implica, además, un compromiso ético con la equidad y la pertinencia social, al promover la construcción de proyectos vitales flexibles, resilientes y sostenibles. Así, el papel del profesional en Orientación se amplía hacia la mediación de aprendizajes, la alfabetización digital, la promoción de la interculturalidad y el acompañamiento en la toma de decisiones responsables en contextos cada vez más complejos (Vargas & Salas, 2025; Echeverría & Martínez, 2018; Guichard, 2016).

Por lo tanto, Vincula-T (conectar con los contextos emergentes) plantea la necesidad de garantizar que las estrategias de intervención en orientación no solo respondan a las necesidades individuales, sino que también contribuyan a la transformación social. Se enfatiza que el

asesoramiento vocacional debe responder a las condiciones y características vinculadas con temas como la revolución 4.0, la digitalización, la multiculturalidad, la sostenibilidad y la inclusión, los cuales articulan los proyectos de vida con los cambios sociales y del trabajo. Además, se presentan resultados dirigidos al desarrollo de la adaptabilidad de carrera, la empleabilidad sostenible, la ciudadanía activa y crítica, la alfabetización digital y la interculturalidad, con evidencias medibles en cada etapa del ciclo vital.

Infancia temprana (0-6 años)

Los contextos emergentes se reflejan en la incorporación de entornos digitales y de aprendizaje temprano, junto con la diversidad cultural en la educación inicial. En los primeros años de vida, se manifiestan a través de la incorporación de recursos digitales, entornos educativos interculturales y demandas de inclusión desde la educación inicial. La niñez crece en un ambiente donde la tecnología está presente en juegos, rutinas familiares y procesos educativos, lo que genera nuevas formas de exploración y socialización (Bauman, 2007; Echeverría & Martínez, 2018). La orientación vocacional en esta etapa se expresa de manera incipiente en la curiosidad, el juego simbólico y la imitación de roles adultos, aspectos que constituyen las primeras aproximaciones a la construcción de intereses (Super, 1990).

Entre los factores claves, se encuentran la estimulación integral, la educación emocional y el acompañamiento familiar. La alfabetización digital temprana, cuando es guiada de forma responsable, permite desarrollar competencias cognitivas y sociales necesarias para el futuro (UNESCO, 2015). A su vez, la inclusión de tecnologías didácticas y estrategias de aprendizaje socioemocional fortalece la seguridad, la confianza y la autonomía, condiciones necesarias para el desarrollo vocacional posterior (Bisquerra, 2009).

La importancia de atender esta etapa desde la orientación vocacional radica en que construye los fundamentos para el desarrollo de intereses, talentos y competencias en un contexto de diversidad cultural y tecnológica. Como se señala en Vargas y Salas (2025), la actualización

constante de los profesionales en Orientación es urgente para responder a los cambios que atraviesan la niñez en los distintos contextos educativos. La orientación en esta etapa favorece la identificación temprana de intereses y competencias, en línea con enfoques de diversidad e innovación pedagógica, autores como Bisquerra (2009) y Denham et al. (2012), evidencian que la formación emocional desde los primeros años contribuye a la construcción de proyectos vitales más sólidos en etapas posteriores.

En la infancia temprana, los contextos emergentes introducen nuevas formas de interacción que combinan el juego simbólico tradicional con recursos digitales que, cuando son utilizados bajo una mediación adulta consciente, enriquecen la exploración temprana de intereses. Las tablets, aplicaciones didácticas y cuentos interactivos no reemplazan el juego, sino que amplifican sus posibilidades y permiten que experimenten roles, escenarios y narrativas diversas. Junto a ello, la educación emocional temprana y la creación de ambientes seguros e inclusivos donde se reconozcan distintas configuraciones familiares, expresiones culturales y ritmos de desarrollo, se convierten en pilares fundamentales para fortalecer la confianza básica y la autonomía. Asimismo, la participación de las familias y la incorporación de elementos interculturales en cuentos, canciones y representaciones de oficios permiten que la orientación vocacional incipiente se construya desde la diversidad, conectando el desarrollo infantil con un entorno social cada vez más plural, digital y dinámico. Desde esta mirada, acompañar la infancia temprana implica articular tecnología, emociones y cultura como bases para un desarrollo vocacional inicial sensible, inclusivo y sostenible.

Para favorecer una vinculación temprana con los contextos emergentes, resulta valioso incorporar experiencias pedagógicas que acerquen el mundo de los oficios y las profesiones de manera lúdica y significativa. Espacios como los “rincones de ocupaciones y profesiones”, equipados con materiales reales o simbólicos entre vestimentas alusivas, herramientas, utensilios, dispositivos tecnológicos simulados, permiten que exploren diversas tareas, expresen preferencias y amplíen su comprensión del entorno social. A estas experiencias, se suman los cuentos vocacionales y el juego de roles guiado, que facilitan la expresión de intereses incipientes y la

identificación de emociones vinculadas con el descubrimiento de nuevas actividades. Paralelamente, el acompañamiento a las familias mediante miniguías prácticas resulta esencial para reforzar lo aprendido en el hogar, especialmente en temas como hábitos digitales saludables, uso equilibrado de pantallas y lenguaje emocional cotidiano. Estas acciones integradas fortalecen la coherencia entre familia y escuela, asegurando que la orientación vocacional temprana se construya en ambientes seguros, estimulantes y sensibles a las necesidades de la niñez en contextos de cambio.

Se requiere garantizar que las acciones implementadas en la infancia temprana respondan de manera pertinente con los contextos emergentes, por lo que es indispensable fortalecer los procesos de seguimiento y documentación pedagógica. Las listas de cotejo que registran manifestaciones de curiosidad, cooperación y autorregulación permiten observar cómo niños y niñas incorporan aprendizajes socioemocionales y vocacionales en su vida cotidiana. A su vez, los diarios de aula ofrecen un espacio para sistematizar avances, registrar situaciones significativas y reflexionar sobre los entornos que favorecen la exploración temprana de intereses. Complementariamente, el registro fotográfico el cual debe ser siempre con los consentimientos correspondientes constituye una herramienta valiosa para evidenciar experiencias, materiales y dinámicas de participación. Estas formas de documentación no solo permiten evaluar el impacto de las intervenciones, sino también enriquecen el diálogo con las familias y fortalecen la construcción de una orientación vocacional temprana, sensible, contextualizada y articulada con las transformaciones del entorno.

Infancia intermedia (7–12 años)

Se señala que en esta etapa, los contextos emergentes se evidencian en las acciones tendientes a que se produce una mayor exposición a entornos tecnológicos y en la convivencia con realidades multiculturales en el ámbito escolar. Los intereses comienzan a definirse en torno a asignaturas escolares y actividades extracurriculares, lo que constituye la base de la exploración vocacional inicial (Super, 1990). Asimismo, la influencia de la alfabetización digital y la inclusión educativa fortalecen la construcción

de competencias cognitivas y sociales (UNESCO, 2015).

Los factores más relevantes incluyen la mediación docente, la participación de la familia y la creación de ambientes escolares inclusivos. La orientación vocacional debe atender la madurez vocacional inicial, que se relaciona con la capacidad de los niños para reconocer sus intereses y habilidades (Álvarez-González et al., 2022). Además, la incorporación de herramientas digitales de aprendizaje fomenta la autonomía y prepara a los estudiantes para escenarios tecnológicos futuros (Echeverría & Martínez, 2018). Se debe reconocer la importancia de la alfabetización digital, convivencia en entornos multiculturales y prevención de brechas educativas.

La orientación debe promover competencias básicas para enfrentar los cambios sociales y tecnológicos y asegurar una educación inclusiva y equitativa (Álvarez-González et al., 2022). De esta forma, se reitera que, la actualización constante de la persona profesional, le permite apropiarse de las transformaciones educativas y tecnológicas que inciden en la formación de los niños. La importancia radica en que un acompañamiento pertinente en esta edad fortalece la autoestima académica y sienta las bases para una transición positiva hacia la adolescencia.

Se debe considera que, en esta etapa, los contextos emergentes impulsan la necesidad de fortalecer la alfabetización digital básica como una competencia clave para que niños y niñas puedan interactuar con entornos tecnológicos de manera crítica y segura, tal como enfatiza la UNESCO (2015) al señalar la relevancia del acceso temprano y acompañado a tecnologías educativas. La incorporación de actividades que integren pensamiento lógico-concreto aplicado a situaciones cotidianas (como la resolución de problemas mediante juegos digitales, simulaciones o retos matemáticos y la utilización de tecnologías inmersivas como la realidad aumentada) responde a lo planteado por Echeverría y Martínez (2018), quienes destacan el papel de los recursos digitales en la construcción de aprendizajes significativos. Paralelamente, la madurez vocacional inicial se fortalece cuando el estudiantado identifica y relaciona sus intereses, habilidades y valores con experiencias escolares y comunitarias, en consonancia con lo expuesto por Super (1990) respecto al surgimiento temprano de actitudes e intereses ocupacionales. En entornos donde la convivencia multicultural es cada vez más frecuente, niños y niñas ampliarán

sus referentes sobre formas de vida y trabajo, lo que coincide con las aportaciones de Álvarez-González et al. (2022) sobre la importancia de integrar la diversidad en los procesos de orientación inicial.

Desde la práctica orientadora, este enfoque favorece que, desde la infancia, se valore la diversidad como un recurso para aprender, construir vínculos y reconocer posibilidades futuras, promoviendo una visión inclusiva, contextualizada y abierta al cambio desde los primeros años. Por ello, para vincular de manera significativa los aprendizajes escolares con los contextos emergentes, resulta especialmente valioso incorporar proyectos STEAM (por sus siglas en inglés) que conecten ciencia, tecnología, ingeniería, arte y matemáticas con oficios y saberes presentes en la comunidad. Estas experiencias permiten que en esta etapa se comprenda cómo el conocimiento se aplica en la vida cotidiana y valoren la diversidad de ocupaciones que enriquecen su entorno. Asimismo, las ferias de oficios acompañadas de rúbricas simples que estén centradas en criterios como curiosidad, participación y comprensión de tareas tienden a facilitar la exploración de distintos roles y el reconocimiento en diversas áreas de interés. De forma complementaria, herramientas como la bitácora de intereses o mapas que faciliten la construcción de la posición del yo, del entorno inmediato y comunitario, y del mundo del trabajo, ofrecen espacios reflexivos donde las personas pueden registrar lo que descubren, expresar lo que les motiva y relacionar sus experiencias con el aporte que realizan en su comunidad. Estas acciones fortalecen la exploración vocacional inicial desde una perspectiva participativa, situada y sensible a los cambios sociales.

Por consiguiente, la documentación del proceso es fundamental para valorar cómo integran los aprendizajes vinculados a los contextos emergentes. Un recurso útil es el mini portafolio, que reúne tareas seleccionadas, pequeñas reflexiones y un producto final como un póster, cómic o maqueta que evidencie la comprensión de los oficios u ocupaciones explorados, el uso de recursos digitales o las conexiones realizadas con su comunidad. Estos materiales permiten visualizar avances en la curiosidad, el pensamiento lógico y la capacidad de relacionar intereses personales con situaciones reales. Asimismo, encuestas breves a la niñez, sobre autoeficacia académica y colaboración aportan información clave sobre cómo

se perciben en términos de confianza, participación y aporte al trabajo colectivo. En conjunto, estas evidencias permiten monitorear el impacto de las estrategias, retroalimentar los procesos y ajustar las acciones para asegurar que la exploración vocacional inicial sea inclusiva, significativa y contextualizada.

Adolescencia (13–18 años)

Durante la adolescencia, los contextos emergentes se manifiestan en la intensificación del uso de redes sociales y plataformas digitales para la construcción de identidad y exploración vocacional (OECD, 2019). A nivel psicológico, se consolidan los intereses y valores, en un proceso de búsqueda de identidad profesional (Erikson, 1993).

Entre los factores clave destacan el desarrollo de la autoeficacia, resiliencia y adaptabilidad de carrera (Lent et al;1994). La capacidad de tomar decisiones informadas depende de que los adolescentes cuenten con acceso a información confiable y de que se fortalezcan habilidades críticas frente a la sobrecarga digital (Muñoz-Reyes et al; 2021). En este sentido, cobra especial relevancia la alfabetización mediática y digital, el manejo crítico de la información, que implica entre muchas cosas reconocer y cuestionar las fake news [noticias falsas] que circulan en redes sociales. Dichas informaciones erróneas impactan negativamente la percepción de oportunidades académicas y laborales, generando decisiones desinformadas o expectativas poco realistas (Buckingham, 2019).

La orientación vocacional es fundamental en esta etapa para acompañar decisiones educativas y ocupacionales que marcarán la trayectoria de vida. El dominio teórico de la Teoría Social Cognitiva de la Carrera (SCCT, autoeficacia, expectativas del resultado y metas personales) y los conocimientos de Life Design permiten a la persona profesional favorecer procesos reflexivos e incorporar una formación crítica frente a la información digital. Como señalan Vargas y Salas (2025), la orientación requiere actualizarse en paradigmas y enfoques que atiendan escenarios emergentes, dentro de los cuales se incluye el manejo de redes sociales como fuentes de información vocacional. La importancia radica en que una orientación bien fundamentada no solo

ayuda a prevenir la deserción escolar, sino también enseña a los adolescentes a filtrar información confiable, a reconocer noticias falsas y a construir proyectos vocacionales basados en datos verídicos y pertinentes.

En este periodo, los contextos emergentes convierten la identidad digital en un componente inseparable de la identidad vocacional, pues las redes sociales se transforman en espacios donde los adolescentes no solo buscan información, sino también construyen narrativas sobre quiénes son y qué desean llegar a ser, tal como advierten Livingstone (2014) y Buckingham (2019) al señalar la influencia creciente de los entornos digitales en la formación de expectativas y percepciones. Esta exposición simultánea con contenido valioso y aunado a la desinformación exige desarrollar competencias de análisis crítico que permitan interpretar adecuadamente lo que se consume en línea. En paralelo, la adaptabilidad de carrera descrita por Savickas (2013), así como por Porfeli (2012), quienes incluyen preocupación, control, curiosidad y confianza, se vuelve fundamental para enfrentar transiciones educativas y vocacionales. A ello, se suman los aportes de la Teoría Social Cognitiva de la Carrera (Lent et al; 1994), que subraya la importancia de fortalecer la autoeficacia, las expectativas realistas y la formulación de metas en la toma de decisiones. Desde esta perspectiva, y siguiendo lo planteado por autores como Guichard (2016) respecto a la necesidad de integrar contextos sociales actuales en los procesos de orientación, los entornos digitales y multiculturales se convierten en plataformas clave para fomentar competencias que permitan a las personas adolescentes navegar con mayor seguridad un mundo educativo y laboral cada vez más complejo, dinámico y tecnológicamente mediado.

Para responder a los desafíos de los contextos emergentes en la adolescencia, resulta imprescindible incorporar acciones formativas que fortalezcan la toma de decisiones informada y la construcción de trayectorias educativas realistas. Una de ellas es la higiene informativa, mediante talleres prácticos donde el estudiantado aprenda a identificar comunicaciones falsas relacionadas con universidades, carreras, becas o empleabilidad, utilizando listas de verificación sencillas para evaluar la confiabilidad de las fuentes. Asimismo, la entrevista de construcción de carrera acompañada de un plan de transición durante el período de secundaria permite que articule sus metas, evalúe opciones y organice pasos concretos para

avanzar hacia ellas. A esto, se suma el valor de las simulaciones de elección de carrera o rutas formativas que ofrecen un espacio seguro para ensayar alternativas, anticipar consecuencias y reflexionar sobre escenarios posibles, fortaleciendo la autonomía y la claridad vocacional en un entorno digitalizado y cambiante.

La sistematización de los avances en esta etapa exige evidencias que permitan observar cómo las personas adolescentes integran la información, desarrollan competencias adaptativas y proyectan decisiones vocacionales informadas. El plan personal con metas SMART (acrónimo en inglés que significa específico, medible, alcanzable, relevante y temporal), acompañado de una hoja de vida o currículum inicial y un perfil digital básico, se convierte en una herramienta que evidencia la capacidad de organizar objetivos realistas, presentar logros y gestionar una identidad en línea coherente con sus aspiraciones. A su vez, las rúbricas empleadas en ferias vocacionales o proyectos de exploración permiten valorar el nivel de análisis, participación y conexión entre intereses, habilidades y oportunidades educativas.

Finalmente, la aplicación de una escala de adaptabilidad brinda información clave sobre el desarrollo de recursos como la curiosidad, la confianza, la planificación y la toma de control, los cuales resultan esenciales para enfrentar transiciones en entornos marcados por la digitalización y la incertidumbre. Estas evidencias, en su conjunto, fortalecen el seguimiento orientador y permiten ajustar acompañamientos que respondan a las necesidades reales de la población adolescente.

Juventud (19–29 años)

En esta etapa, la manifestación se refiere a cómo se expresan los contextos emergentes en la vida de las personas jóvenes. Se observa en la inserción laboral en un mercado digitalizado, flexible y en constante transformación, donde predominan modalidades como el teletrabajo, el trabajo independiente (emprendedurismo) y la movilidad internacional. Arnett (2014) define este periodo como *adultez emergente*, caracterizado por la exploración de identidades académicas, laborales y relacionales, lo que se refleja en trayectorias no lineales y mayor experimentación en

el ámbito ocupacional. Así mismo, es un periodo de transición hacia la educación superior y el mercado laboral, en un entorno caracterizado por la economía digital y el trabajo flexible (Arnett, 2014). Los contextos emergentes se expresan en la alta movilidad académica y laboral y en la búsqueda de experiencias internacionales o emprendimientos.

Los factores centrales incluyen la empleabilidad, el desarrollo de competencias transversales (OECD, 2019) y la capacidad de adaptación a mercados cambiantes. El modelo de carreras proteicas y sin fronteras (Hall, 2004; Arthur & Rousseau, 1996) resulta fundamental para orientar en entornos laborales que requieren autonomía y aprendizaje permanente. Tal como se especifica en la Tabla 1, dichos factores combinan tres grandes dimensiones: la adaptabilidad de carrera, las competencias para la empleabilidad y el manejo de la incertidumbre laboral. Estas se traducen en tareas prácticas como planificar el futuro, adquirir certificaciones, fortalecer habilidades blandas, explorar experiencias diversas y construir resiliencia frente a un mercado en constante cambio.

Tabla 1
Dimensiones de entornos laborales según
posicionamiento teórico

<p>Adaptabilidad de carrera: se entiende como la capacidad de enfrentar transiciones, incertidumbres y cambios en el mundo del trabajo. Savickas (2013) y Porfeli (2012) identifican cuatro dimensiones: preocupación (planificar el futuro), control (asumir responsabilidad), curiosidad (explorar alternativas) y confianza (creer en la propia capacidad).</p>	<p>Competencias por desarrollar: capacidad de enfrentar cambios, transiciones e incertidumbre laboral mediante recursos psicológicos como curiosidad, control, confianza y preocupación.</p>	<p>Tareas: Elaborar un plan de acción personal con metas de corto, mediano y largo plazo. Practicar la exploración activa de estudios y empleos (visitas a ferias laborales, entrevistas informativas, uso de plataformas profesionales). Cultivar la resiliencia psicológica para enfrentar rechazos laborales o fracasos académicos.</p>
<p>2. Competencias para la empleabilidad: la empleabilidad no depende únicamente de conocimientos técnicos, sino de habilidades transferibles (soft skills). La OECD (2019) enfatiza competencias como pensamiento crítico, comunicación, liderazgo y competencias digitales como centrales para enfrentar la cuarta revolución industrial.</p>	<p>Competencias por desarrollar: comunicación, resolución de problemas, liderazgo y competencias digitales que aumentan las oportunidades de inserción laboral.</p>	<p>Tareas: Desarrollar un perfil digital profesional (LinkedIn, portafolios, CV adaptados a entornos digitales). Participar en capacitaciones y certificaciones cortas (micro credenciales, cursos online) para adquirir competencias actualizadas. Practicar habilidades de trabajo en equipo multicultural y virtual, cada vez más comunes en contextos globales.</p>

<p>3. Manejo de la incertidumbre laboral</p> <p>Los jóvenes deben prepararse para un mercado caracterizado por temporalidad, automatización y movilidad. La teoría de la carrera proteica (Hall, 2004) y la de las carreras sin fronteras (Arthur & Rousseau, 1996) destacan la necesidad de flexibilidad y autonomía.</p>	<p>Competencias por desarrollar:</p> <p>resiliencia y flexibilidad para enfrentar mercados laborales volátiles, caracterizados por la temporalidad y la innovación tecnológica.</p>	<p>Tareas:</p> <p>Diversificar experiencias laborales mediante pasantías, trabajos de medio tiempo, voluntariado y emprendimientos.</p> <p>Aprender a gestionar la incertidumbre aceptando la posibilidad de trayectorias no lineales.</p> <p>Desarrollar un portafolio de competencias transferibles para moverse entre sectores y roles.</p>
---	--	---

Fuente: elaboración propia.

La orientación en contextos emergentes es esencial porque aborda las dimensiones de los entornos laborales, acompañando a las personas jóvenes en procesos de transición, ayudándoles a reconocer sus recursos personales, a tomar decisiones fundamentadas y a insertarse en un mundo laboral incierto y competitivo. Guichard (2002) plantea que la orientación debe ir más allá de la elección puntual de estudios o trabajos y convertirse en un proceso de life design [diseño de vida], donde los jóvenes perfilen proyectos vitales flexibles y sostenibles. González y Guillén (2019) señalan que la formación en competencias para la empleabilidad es clave para enfrentar los desafíos de la cuarta revolución industrial. Por lo anterior, la orientación vocacional en esta etapa es vital para guiar la inserción laboral y la toma de decisiones en estudios de grado y posgrado. Por lo tanto, la persona profesional de la orientación debe actualizarse en teorías de desarrollo de carrera para responder a un mercado globalizado y tecnológico. La importancia radica en que un acompañamiento pertinente fortalece la resiliencia juvenil y promueve trayectorias de vida sostenibles.

Significativamente en la juventud, los contextos emergentes se

expresan con particular intensidad en trayectorias académicas y laborales que ya no siguen un orden lineal, sino que se configuran a partir de experiencias diversas, movilidad internacional y proyectos de emprendimiento que amplían las posibilidades de desarrollo. Este escenario coincide con lo planteado por Arnett (2014) respecto a la adultez emergente, como un periodo marcado por la exploración prolongada y la construcción flexible de la identidad profesional.

A su vez, la incorporación de microcredenciales y portafolios digitales responde a lo señalado por la OECD (2019), que identifica la actualización constante y la certificación modular como claves para la empleabilidad en la era digital. De manera complementaria, la empleabilidad transversal que incluye comunicación efectiva, pensamiento analítico, colaboración intercultural y manejo de datos se vuelve indispensable para desenvolverse en mercados globalizados y cambiantes.

Para acompañar de forma efectiva a las personas jóvenes en contextos emergentes, resulta indispensable ofrecer experiencias prácticas que fortalezcan su empleabilidad y capacidad de adaptación. La construcción de una ruta de empleabilidad que inicia con un diagnóstico de intereses y competencias continúa con la selección estratégica de microcredenciales, se enriquece con experiencias laborales o de voluntariado y culmina con acciones de networking (redes de contacto), que permiten que cada joven gestione su trayectoria de manera progresiva y consciente. Asimismo, las entrevistas simuladas, junto con la elaboración de un portafolio profesional en plataformas como Git, Behance o LinkedIn, preparan para enfrentar procesos de selección en entornos digitales y globales; mientras que las entrevistas informativas con personas profesionales reales amplían la visión del mercado y aportan referencias auténticas sobre roles y sectores de interés. Complementariamente, es fundamental incorporar estrategias para gestionar la incertidumbre y fortalecer la resiliencia, promoviendo espacios donde los jóvenes puedan narrar experiencias de “fracaso” como aprendizajes útiles, reconociendo sus recursos personales y transformando los desafíos en oportunidades de crecimiento.

La puesta en marcha de los procesos orientadores en la juventud requiere evidencias que permitan valorar la consolidación de competencias y la efectividad de las estrategias implementadas. Entre los indicadores más

significativos se encuentran la participación en experiencias de inserción o prácticas preprofesionales, así como la obtención de certificaciones o microcredenciales que reflejen actualización y dominio de habilidades pertinentes en el mercado laboral actual. Del mismo modo, los registros de búsqueda activa de información relacionada con profesionales establecidos, postulaciones realizadas o participación en redes de empleabilidad, permiten analizar el nivel de proactividad y compromiso del estudiantado con su desarrollo profesional. Un seguimiento sistemático a 6 y 12 meses brinda información valiosa sobre la transición hacia el empleo o la educación superior; evidenciando avances, ajustes necesarios y la consolidación de trayectorias más estables y coherentes con los objetivos personales. Estas evidencias fortalecen la toma de decisiones y aseguran que el acompañamiento brinde respuestas pertinentes a los desafíos que plantea la juventud.

Adultez (30-59 años)

En la adultez, los contextos emergentes se evidencian en la transformación acelerada del trabajo, donde la digitalización, la automatización y la inteligencia artificial redefinen los empleos tradicionales (Echeverría & Martínez, 2018; Rojas, 2020). Muchas personas adultas enfrentan la necesidad de reskilling (recapacitación) y upskilling (perfeccionamiento) para mantenerse competitivas en el mercado. Además, se intensifica la búsqueda de equilibrio entre la vida personal, el trabajo y el interés por el bienestar integral. La orientación vocacional en esta etapa se manifiesta a través de la redefinición profesional, la adaptación a cambios organizacionales y la exploración de trayectorias no lineales (Hall, 2004).

Los factores claves que orientan los procesos de desarrollo vocacional se relacionan directamente con la capacidad de las personas para adaptarse a los cambios y sostener un aprendizaje continuo. Primero, el aprendizaje a lo largo de la vida constituye una exigencia indispensable para mantener la vigencia en entornos laborales dinámicos, tal como señalan Knowles (1980) e Illeris (2009), quienes destacan que la educación en esta etapa debe responder a necesidades prácticas y a la experiencia acumulada. Segundo, se suma la necesidad de fortalecer la gestión del cambio y la resiliencia, competencias que permiten enfrentar transicio-

nes profesionales y la incertidumbre generada por contextos emergentes, lo cual coincide con la teoría motivacional del desarrollo planteada por Heckhausen et al. (2010).

Del mismo modo, el bienestar ocupacional cobra una relevancia especial, ya que el balance entre las demandas del trabajo y los recursos personales es determinante para evitar desgaste y promover la satisfacción laboral (Schaufeli & Bakker, 2004). A este escenario y como cuarto factor se añade la reconceptualización de la carrera, la cual se comprende hoy bajo los modelos de carrera proteica y sin fronteras, que subrayan la autonomía, los valores personales y la movilidad como ejes centrales de la trayectoria profesional (Arthur & Rousseau, 1996; Hall, 2004). Estos elementos, en conjunto, delinean la importancia de que las personas profesionales en Orientación cuenten con marcos teóricos actualizados para guiar a la población adulta en la construcción de proyectos de vida sostenibles y coherentes con los retos del presente.

Es evidente como la orientación vocacional adquiere un papel central porque las personas suelen enfrentar cambios de sector, reconversiones laborales o procesos de actualización profesional que requieren acompañamiento especializado. La rapidez con que avanzan los contextos emergentes, particularmente la Revolución 4.0, demanda que los adultos no solo fortalezcan sus competencias técnicas, sino también desarrollen recursos para enfrentar la incertidumbre y adaptarse a nuevos escenarios productivos. En este sentido, la orientación no se limita a resolver dudas puntuales de carrera, sino que constituye un proceso continuo que guía la construcción de trayectorias vitales sostenibles y coherentes con los valores personales.

Además, la orientación vocacional en esta etapa favorece la formación continua y el equilibrio entre la vida personal y el trabajo, promoviendo el bienestar integral de las personas. Blustein (2006) enfatiza que no se puede desligar la experiencia laboral de las condiciones sociales y económicas que la atraviesan. Bajo esta perspectiva, la práctica orientadora en la adultez debe integrar enfoques de equidad y justicia social, reconociendo tanto las posibilidades como las barreras estructurales que inciden en las decisiones profesionales.

En la adultez, los contextos emergentes demandan un proceso

continuo de actualización profesional, especialmente en ámbitos vinculados con la inteligencia artificial, el análisis de datos y la automatización, lo que convierte el *reskilling* y *upskilling* en requisitos permanentes para la sostenibilidad laboral, tal como advierten Rojas (2020), así como Echeverría y Martínez (2018). Esta necesidad de renovación constante se articula con la capacidad de negociar trayectorias profesionales más flexibles, en sintonía con los modelos de carrera proteica (o protean career) y sin fronteras planteados por Hall (2004) y Arthur et al. (1996), quienes señalan que las personas adultas requieren autonomía, claridad de valores y disposición para replantear su rol laboral en entornos cambiantes. Asimismo, el bienestar ocupacional adquiere relevancia bajo el modelo de demandas y recursos laborales de Schaufeli et al. (2004), que subraya la importancia de equilibrar presión laboral, recursos disponibles y salud emocional, especialmente, en escenarios de alta exigencia tecnológica. A ello, se suma el aporte de la andragogía de Knowles (1980), que sugiere que el aprendizaje adulto debe ser práctico, significativo y orientado a metas, lo que se conecta con procesos de búsqueda de propósito y generatividad propios de la adultez, en línea con lo planteado por Baltes y Baltes (1990) respecto a la necesidad de mantener continuidad, adaptación y sentido en esta etapa vital.

La orientación vocacional requiere traducir los retos de los contextos emergentes en acciones concretas que fortalezcan la empleabilidad y el bienestar integral. Una estrategia clave es la realización de una auditoría de competencias que permita identificar habilidades vigentes, brechas tecnológicas y oportunidades de desarrollo, insumo esencial para construir un itinerario formativo flexible y un plan de reconversión que responda a las demandas del mercado. Paralelamente, los talleres sobre bienestar y productividad se convierten en espacios necesarios para reflexionar sobre límites, cargas laborales y recursos personales, promoviendo un manejo más equilibrado del trabajo y la vida cotidiana. Junto a ello, la consejería narrativa se posiciona como una herramienta poderosa para acompañar transiciones profesionales, permitiendo que las personas resignifiquen su trayectoria, reconecten con sus propósitos y elaboren relatos de sentido que orienten decisiones futuras. Estas acciones integradas fortalecen la autonomía y la capacidad adaptativa, elementos imprescindibles para una adultez activa y sostenible en entornos laborales dinámicos.

La evaluación del acompañamiento orientador en la adultez requiere evidencias que permitan constatar cómo las personas logran adaptarse a los cambios del entorno laboral y sostener procesos de desarrollo profesional coherentes con sus metas. Como indicadores de este proceso, se puede reconocer la obtención de nuevas certificaciones o microcredenciales, que reflejan avances en capacitación o actualización, así como los cambios de rol o movimientos intersectoriales que evidencian una reconversión efectiva del perfil profesional. De igual manera, los niveles de satisfacción laboral y la percepción de equilibrio entre vida personal y trabajo constituyen señales clave de bienestar ocupacional, dado que permiten valorar la sostenibilidad de las decisiones tomadas y la capacidad de gestionar las demandas del entorno. Estos elementos, en conjunto, permiten a las personas profesionales en Orientación interpretar el impacto real de las intervenciones y ajustar los procesos de acompañamiento, garantizando que la adultez transcurra con oportunidades de crecimiento, estabilidad y construcción de itinerarios de vida significativos.

Adultez mayor (60+ años)

En esta etapa, los contextos emergentes se manifiestan en el retiro laboral, determinado por una sociedad digitalizada, donde la permanencia activa en la vida social y laboral dependen de la alfabetización digital (OMS, 2017). El aumento en la expectativa de vida convierte a esta etapa en un espacio para proyectos vitales significativos, como voluntariado, mentorías intergeneracionales o emprendimientos tardíos (Formosa, 2014).

Por ello, la orientación vocacional se enfrenta al desafío de acompañar procesos de vida marcados por el retiro laboral, la redefinición de roles y la necesidad de mantener la autonomía en sociedades cada vez más digitalizadas. Uno de los factores más relevantes es la inclusión digital, ya que el acceso a tecnologías no solo evita situaciones de exclusión social, sino también amplía las opciones de aprendizaje y participación comunitaria, aspecto subrayado por la UNESCO (2015). Asimismo, la continuidad vital resulta esencial, puesto que mantener actividades coherentes con la historia de vida favorece la estabilidad emocional y el sentido de identidad en la vejez (Atchley, 1989).

Del mismo modo, la selectividad socioemocional constituye un eje clave, pues explica cómo las personas mayores priorizan vínculos y actividades que les aportan satisfacción y valor personal, contribuyendo a un mayor bienestar subjetivo (Carstensen, 2006). Finalmente, el enfoque de envejecimiento activo promovido por la Organización Mundial de la Salud (2015) resalta que la salud, la participación y la seguridad son condiciones necesarias para garantizar la calidad de vida en esta etapa. Estos factores, en conjunto, sustentan la importancia de que profesionales en Orientación diseñen estrategias que integren tecnología, vínculos significativos, continuidad vital y participación social, respondiendo así a los retos de los contextos emergentes en la adultez mayor.

Se vuelve fundamental que la orientación vocacional facilite la planificación del retiro, no solo en términos financieros, sino también en aspectos psicosociales que inciden directamente en la calidad de vida. Las personas requieren acompañamiento para redefinir su rol social, reorganizar sus tiempos y proyectar actividades significativas que otorguen sentido a esta etapa. De tal forma, la orientación se convierte en una herramienta preventiva y de apoyo que permite afrontar el retiro con mayor seguridad, reduciendo riesgos de aislamiento y potenciando la participación activa en la comunidad (OMS, 2015). Además de promover en esta etapa la alfabetización digital, favoreciendo la inclusión y la autonomía de las personas mayores en un mundo crecientemente mediado por la tecnología.

Esta labor, exige que la disciplina se mantenga en constante actualización para atender a una población que continúa creciendo y diversificándose. A su vez, Guichard (2002) plantea que la orientación, entendida bajo el enfoque de *life design*, no se restringe a la juventud, sino que debe extenderse a lo largo de toda la vida. En consecuencia, la orientación vocacional contribuye al bienestar integral y a la calidad de vida de la adultez mayor, apoyando la construcción de proyectos vitales significativos que refuercen el propósito, la participación y la dignidad en esta etapa.

En este marco, los contextos emergentes exigen que la orientación vocacional en la adultez mayor incorpore una comprensión profunda del envejecimiento activo como eje articulador de salud, participación y seguridad, elementos que la OMS (2015) identifica como pilares para una vejez con bienestar. Estas dinámicas se enlazan con la continuidad vital, en

la medida en que las personas mayores buscan sostener actividades congruentes con su historia personal, preservando identidades que les brindan estabilidad y sentido. A ello, se suma la necesidad de fortalecer procesos de alfabetización digital significativa, que trascienda el uso instrumental de dispositivos y se oriente a la autonomía en trámites esenciales, autocuidado en salud, gestión financiera y comunicación afectiva, como condición para evitar nuevas formas de exclusión (UNESCO, 2015). Desde esta visión ampliada, la orientación vocacional acompaña la reconstrucción del proyecto vital en una etapa donde la experiencia acumulada, el deseo de participar activamente y la reinterpretación de la identidad conviven con desafíos tecnológicos, sociales y culturales propios del mundo actual.

En coherencia con estos desafíos, la intervención orientadora en la adultez mayor debe centrarse en acciones que fortalezcan la autonomía, el propósito y la participación social. Una estrategia clave es la elaboración de un plan de retiro con proyecto de vida, que articule espacios de mentoría, participación en voluntariados y la posibilidad de impulsar emprendimientos tardíos, lo que permite a las personas mayores mantener vínculos significativos y sentirse parte activa de su comunidad, en línea con la perspectiva de continuidad (Atchley, 1989). Además, se suma el diseño de espacios formativos, los cuales según la OMS (2015), deben integrar tecnologías que respondan a necesidades reales como la gestión de la salud, comunicación afectiva, organización cotidiana y que promuevan un uso digital con sentido. De esta manera, la creación de redes de apoyo intergeneracionales favorece la interacción entre jóvenes y personas mayores, lo que fortalece la transmisión de saberes, la inclusión digital y el bienestar socioemocional, en consonancia con el enfoque de envejecimiento activo.

La evaluación de las acciones desarrolladas en esta etapa debe centrarse en evidencias que reflejen el impacto real en la calidad de vida y la participación social de las personas mayores. Indicadores como la participación comunitaria sostenida, la expresión de bienestar subjetivo y la capacidad para desenvolverse con mayor autonomía digital permiten valorar los avances logrados, en consonancia con los principios de envejecimiento activo. Del mismo modo, el fortalecimiento de redes de apoyo, tanto familiares como intergeneracionales, evidencia la capacidad

de mantener vínculos significativos que contribuyen a la continuidad vital y a la construcción de un propósito renovado, tal como sugiere la teoría de la selectividad socioemocional de Carstensen (2006). En conjunto, estas evidencias muestran cómo la orientación vocacional en la adultez mayor se convierte en un proceso que promueve dignidad, inclusión y sentido de vida, asegurando que esta etapa se viva con protagonismo, bienestar y participación en un mundo en constante transformación.

Reflexiones generales Vincula - T

Generar conexión entre la orientación vocacional con los contextos emergentes implica reconocer que el ejercicio profesional debe ir más allá del acompañamiento individual y convertirse en una práctica socialmente situada, crítica y transformadora. Para ello, las personas profesionales en Orientación requieren desarrollar un conjunto de competencias que les permita responder con pertinencia a escenarios cambiantes: desde la capacidad de realizar diagnósticos contextuales que integren dimensiones educativas, laborales y territoriales, hasta la mediación digital, indispensable para guiar el uso ético, seguro y significativo de las tecnologías.

Asimismo, la interculturalidad aplicada se vuelve un eje transversal para construir procesos de orientación que involucren activamente a las familias y a las comunidades, reconociendo la diversidad como un recurso. A ello, se suma el dominio de enfoques contemporáneos sobre desarrollo de carrera, especialmente la adaptabilidad: preocupación, control, curiosidad y confianza, como recurso clave para afrontar transiciones en la vida. Finalmente, la capacidad de evaluar procesos e impactos, incorporando indicadores de equidad, permite que la orientación mantenga un compromiso ético con la justicia social. Desde estas claves, el capítulo refuerza que Vincula-T no es solo una estrategia, sino una invitación a comprender la orientación como un puente entre las personas y un mundo en transformación continua.

Los contenidos de este capítulo permiten comprender que la orientación vocacional en el siglo XXI ya no puede restringirse a una visión tradicional de elección de estudios o empleos, sino que debe asumirse como una práctica integral que acompaña a las personas en todo

el ciclo vital frente a entornos de transformación constante. Los contextos emergentes están marcados por la Revolución 4.0, la digitalización, la implementación de la inteligencia artificial, la multiculturalidad, los desafíos de sostenibilidad y las crecientes demandas de inclusión y justicia social, trascienden todas las etapas de la vida y requieren un ejercicio profesional flexible, actualizado y éticamente comprometido.

La apropiación de los contextos emergentes es indispensable para que la orientación vocacional contribuya tanto con el desarrollo individual como a la transformación social. En un escenario marcado por la revolución digital, la multiculturalidad, la sostenibilidad y las nuevas formas de trabajo, las personas profesionales en Orientación deben actualizarse continuamente en teorías, metodologías y herramientas que permitan intervenir con pertinencia y sentido ético. Esta actualización no solo fortalece la comprensión de los desafíos actuales, sino que prepara el terreno para la innovación pedagógica, la creatividad y el diseño de experiencias formativas que serán desarrolladas en el capítulo III (Innova-T), donde la orientación se proyecta como un espacio para crear, experimentar y reimaginar las prácticas tradicionales.

Asimismo, esta mirada renovada se conecta directamente con el capítulo IV (Emplea-T), al reconocer que el acompañamiento vocacional debe facilitar la construcción de trayectorias educativas y laborales sostenibles, flexibles y alineadas con las demandas del mundo del trabajo contemporáneo. En síntesis, la orientación vocacional se consolida como un proceso integrador de life design (Guichard, 2016), capaz de articular las aspiraciones personales con los retos colectivos de una sociedad en transformación y de acompañar a cada persona en la toma de decisiones significativas a lo largo de todo el ciclo vital.

CAPÍTULO III

Innova-T (innovar mediante la tecnología)

La tecnología constituye hoy un factor transversal que influye en todas las etapas de la vida y, por ende, en el desarrollo vocacional. Su presencia no solo transforma los entornos educativos y laborales, además redefine la forma en que las personas se relacionan consigo mismas, con los demás y con las oportunidades del contexto. según datos de la OCDE (2024) ““Around the world, digital technologies are increasingly being used to deliver school career guidance. Career guidance systems have invested heavily in digital technologies and there is good reason to believe that they will enhance guidance by making it more effective, efficient, and equitable.” (p.1) [En todo el mundo, las tecnologías digitales se utilizan cada vez más para ofrecer orientación profesional en las escuelas. Los sistemas de orientación profesional han invertido mucho en tecnologías digitales y hay buenas razones para creer que estas mejorarán la orientación al hacerla más efectiva, eficiente y equitativa]

En el ámbito de la orientación vocacional, el reto consiste en guiar a las personas hacia un uso consciente, creativo y responsable de la tecnología, de manera que esta se convierta en un medio para el autococonocimiento, la exploración de opciones, la empleabilidad y la construcción de proyectos de vida. Por ello, es necesario que la persona profesional en Orientación integre el abordaje tecnológico de manera diferenciada según la etapa del desarrollo humano, ajustando sus estrategias y recursos a las necesidades y posibilidades de cada población.

En esta línea, asumir que la tecnología es un medio y no un fin implica ponerla al servicio del autoconocimiento, la exploración vocacional, la empleabilidad y el diseño de vida, bajo criterios de efectividad, ética, equidad y accesibilidad. Esto supone avanzar en competencias de ciudadanía y alfabetización digital, que permitan a las personas usar plataformas, datos y recursos en línea de forma crítica y responsable (OECD, 2024), al tiempo que se fortalecen la adaptabilidad de carrera y la construcción flexible de trayectorias, en sintonía con los planteamientos de Savickas y Porfeli (2012) sobre preocupación, control, curiosidad y confianza. Del mismo modo, la noción de empleabilidad sostenible exige integrar habilidades técnicas, socioemocionales y digitales, articulando la formación con escenarios cambiantes del trabajo (Guichard, 2016; González & Guillén, 2019), mientras que el bienestar digital reclama una mirada socioemocional que considere límites saludables, gestión del estrés y equilibrio entre vida conectada y vida presencial (Bisquerra, 2009).

Por ello, la accesibilidad universal se vuelve un criterio ineludible para que estas oportunidades tecnológicas no profundicen brechas, sino que contribuyan a una orientación más inclusiva y contextualizada, en coherencia con los llamados de la UNESCO (2017) y con la necesidad de actualización permanente de las personas profesionales en Orientación.

En los procesos de orientación vocacional, es necesario considerar que la ciudadanía activa y la alfabetización tecnológica crítica demandan que las personas desarrollen habilidades para seleccionar y verificar fuentes, así como para gestionar su identidad y su huella en entornos virtuales, además de aplicar normas de convivencia en línea (netiqueta) que garanticen espacios seguros y respetuosos, en concordancia con los señalamientos de la OECD (2024). A ello, se suma la accesibilidad y el diseño universal, que obliga a que plataformas, recursos y actividades incorporen subtítulos, contrastes adecuados, lectores de pantalla y ajustes razonables para que todas las personas puedan participar en igualdad de condiciones, siguiendo los lineamientos de inclusión promovidos por la UNESCO (2015).

Asimismo, el eje de datos e inteligencia artificial responsable implica comprender y gestionar riesgos asociados a sesgos, privacidad, consentimiento y trazabilidad, reconociendo que las herramientas automatizadas deben estar al servicio del bienestar y no de la exclusión. En

esta misma línea, la sostenibilidad y la ética exigen integrar los Objetivos de Desarrollo Sostenible, fomentar empleos verdes y analizar los impactos de la tecnología en las comunidades, respondiendo a los contextos emergentes señalados en el capítulo anterior. Finalmente, la evaluación e impacto requiere establecer indicadores de proceso, resultado y equidad según cada etapa del desarrollo humano, de manera que las intervenciones tecnológicas en orientación sean efectivas, pertinentes y socialmente justas.

Infancia temprana (0-6 años)

En la infancia temprana, los recursos tecnológicos se manifiestan a través de herramientas lúdicas y de estimulación como aplicaciones educativas, vídeos interactivos y dispositivos adaptados al desarrollo psicomotor infantil. Estos recursos favorecen la curiosidad, la exploración sensorial y el aprendizaje a través del juego, consolidando un entorno de interacción inicial con la tecnología. Sin embargo, tal como advierten García et al. (2017), es indispensable que dichas herramientas sean mediadas pedagógicamente para potenciar los procesos cognitivos y sociales sin sustituir la interacción humana. Por ello, la tecnología debe concebirse como un complemento de la educación inicial que aporte experiencias significativas y fortalezca la construcción de aprendizajes básicos.

En este marco, el rol de la persona orientadora se centra en sensibilizar a las familias y al personal educativo sobre un uso seguro, limitado y mediado de la tecnología, de manera que se evite la sobreexposición a pantallas y se priorice el desarrollo integral de la niñez. La orientación vocacional en esta etapa consiste en promover habilidades socioemocionales, la creatividad, el juego simbólico y la exploración sensorial, reconociendo la tecnología como una herramienta de descubrimiento y no como un fin en sí misma. De esta forma, se estimula la curiosidad y se sientan las bases para un pensamiento inicial sobre el entorno, vinculando los recursos tecnológicos con un acompañamiento intencionado que fortalece tanto la dimensión educativa como la vocacional temprana (Vargas & Salas, 2025).

Los factores claves vinculados con el uso de la tecnología se relacionan con la alfabetización digital básica, la estimulación integral y, sobre todo, la mediación activa de las personas adultas responsables. La introducción de dispositivos tecnológicos en la educación inicial debe ir

acompañada de estrategias pedagógicas que garanticen un uso guiado y seguro, evitando la sobreexposición y priorizando la calidad de las interacciones. Tal como sostienen Sobrado et al. (2012), la incorporación de recursos digitales en los procesos de enseñanza y orientación requiere una planificación cuidadosa, donde el papel de las familias y docentes resulta decisivo para asegurar un desarrollo equilibrado.

En este sentido, desde la Orientación se requiere formar y sensibilizar a familias y docentes con el uso responsable de dispositivos tecnológicos, promoviendo actividades lúdicas que integren recursos como cuentos interactivos o juegos educativos con un acompañamiento cercano. Estas prácticas no solo enriquecen la experiencia de aprendizaje, sino también fomentan la curiosidad y la creatividad como bases fundamentales para el desarrollo posterior de competencias digitales. De esta manera, la orientación en la infancia temprana contribuye a que la tecnología sea reconocida como un medio de descubrimiento y exploración, favoreciendo un crecimiento integral que articula la dimensión educativa, socioemocional y vocacional.

Consecuentemente la persona profesional en Orientación puede desarrollar en vinculación con otras disciplinas talleres y guías prácticas que ofrezcan pautas sobre el uso equilibrado de la tecnología en la infancia, incluyendo tiempos de exposición, contenidos adecuados y aplicaciones educativas. Integrar recursos digitales de manera balanceada con actividades físicas, artísticas y sociales no solo enriquece la experiencia pedagógica, sino también fortalece vínculos familiares y escolares. Algunas investigaciones evidencian que este uso responsable favorece la autorregulación, la empatía y las habilidades comunicativas (Denham et al. 2012). En este marco, la orientación vocacional temprana encuentra en la tecnología una vía para estimular talentos y explorar intereses, constituyendo una oportunidad estratégica para articular programas innovadores que fortalezcan el desarrollo integral desde los primeros años de vida (Vargas et al; 2025).

En esta etapa, la integración de tecnología lúdica mediada (como cuentos interactivos, tableros digitales y recursos sensoriales digitales) amplía las posibilidades de exploración, siempre que su uso responda a criterios pedagógicos claros y se articule con experiencias afectivas reales. La educación emocional puede enriquecerse mediante aplicaciones que incorporan narrativas breves, pictogramas y representaciones visuales

que facilitan el reconocimiento y la expresión de emociones, aspecto que coincide con lo planteado por Denham et al. (2012) respecto al valor de los apoyos visuales en el desarrollo socioemocional temprano. No obstante, para que estas herramientas tengan un impacto positivo, se requiere que las familias asuman un rol activo como mediadoras, estableciendo hábitos de uso equilibrado, seleccionando contenidos pertinentes y acompañando las interacciones tecnológicas con diálogo, juego y contención emocional. Desde esta perspectiva, la tecnología no sustituye la relación, sino que amplifica oportunidades de aprendizaje cuando se utiliza con intencionalidad, límites y sensibilidad, en consonancia con la advertencia de García et al. (2017) sobre la importancia de una mediación adulta consciente. Así, la Orientación en la infancia temprana contribuye a que estos recursos digitales se integren como herramientas que fortalecen la exploración, la comunicación y la seguridad emocional, consolidando bases formativas acordes con los retos de los contextos emergentes.

Para potenciar el uso significativo de la tecnología en esta etapa, la persona profesional en Orientación puede incorporar estrategias concretas que integren lo digital con la exploración vocacional temprana. La creación de “rincones de profesiones” enriquecidos con cuentos audiovisuales y pequeñas narraciones digitales permite que las niñas y los niños experimenten roles variados mediante el juego de roles, ampliando su comprensión del mundo social desde un enfoque lúdico y accesible. Paralelamente, la elaboración de miniguías dirigidas a las familias y que se deben centrar en tiempos razonables de exposición, selección de contenidos de calidad y pautas de acompañamiento emocional que promuevan el fortalecimiento y la coherencia entre el hogar y el centro educativo, favorecen el uso responsable y formativo de los dispositivos. Complementariamente, la bitácora docente se convierte en un instrumento clave para registrar manifestaciones de curiosidad, cooperación y autorregulación durante actividades que combinan recursos digitales y experiencias presenciales, ofreciendo información valiosa para ajustar intervenciones, identificar necesidades de apoyo y documentar avances en el desarrollo integral. Estas acciones integradas permiten que la tecnología funcione como un puente entre la exploración simbólica, la participación familiar y la observación profesional, consolidando prácticas formativas sensibles a las dinámicas de la infancia temprana.

En síntesis, integrar la tecnología en la infancia temprana desde la orientación vocacional implica reconocerla como un recurso que amplifica las posibilidades de exploración, expresión y acompañamiento, siempre que esté mediada pedagógicamente y sostenida por una alianza activa entre escuela y familia. Finalmente, se subraya la importancia de documentar los procesos de manera rigurosa y sensible, utilizando evidencias como listas de cotejo socioemocional, que permiten monitorear avances en autonomía, regulación emocional y cooperación, así como registros de lenguaje simbólico que emergen en actividades digitales y de juego de roles. Del mismo modo, la participación familiar se convierte en un indicador clave de impacto, pues refleja el grado en que los hogares incorporan prácticas de acompañamiento, hábitos saludables y selección crítica de contenidos. Estas evidencias no solo retroalimentan la intervención profesional, sino también consolidan una visión de la tecnología como medio para fortalecer vínculos, estimular la curiosidad y apoyar el desarrollo integral. Con ello, la orientación vocacional se posiciona como un puente estratégico entre innovación, bienestar y construcción temprana de sentido en un mundo en permanente transformación.

Infancia intermedia (7-12 años)

En la infancia intermedia, los recursos tecnológicos se manifiestan a través del uso de plataformas educativas, entornos virtuales y recursos interactivos que les permiten explorar de manera temprana sus intereses y aptitudes. Esta etapa, caracterizada por el inicio del pensamiento lógico y la consolidación de hábitos académicos, ofrece oportunidades para ejercitar la autonomía, fomentar la motivación y fortalecer la creatividad. Durante estos años, la orientación busca integrar la tecnología como apoyo al aprendizaje escolar y a la exploración de intereses incipientes, mediante el uso de aplicaciones educativas, juegos de lógica, proyectos de investigación guiados y espacios de reflexión sobre el buen uso de internet y redes sociales. Desde la orientación vocacional, se favorece que el estudiantado comience a identificar sus fortalezas y habilidades, vinculándolas con posibles usos de la tecnología para aprender, comunicar y crear, de modo que se construya una base sólida para el desarrollo vocacional inicial (García et al; 2017).

Los factores claves de la integración tecnológica en la infancia intermedia se relacionan con el desarrollo del pensamiento lógico, el trabajo colaborativo y la seguridad en línea. El uso de programas y aplicaciones educativas fortalece habilidades de razonamiento y resolución de problemas, mientras que las actividades virtuales colaborativas facilitan la comunicación y el aprendizaje en equipo. En esta etapa, resulta fundamental integrar recursos tecnológicos que estimulen el aprendizaje y la exploración de intereses iniciales, como el uso de software educativo y proyectos de investigación escolar guiados, que promuevan la autonomía y la motivación. De igual forma, es necesario trabajar la alfabetización digital temprana, introduciendo nociones de seguridad en línea y respeto en entornos virtuales, lo cual previene riesgos y promueve una ciudadanía digital responsable. En términos generales, la orientación debe acompañar procesos de autoexploración, ayudando a que los niños se pregunten qué actividades les gustan y en cuáles muestran mayor facilidad, vinculando dichas reflexiones con el uso positivo de la tecnología. Como señalan Sobrado et al. (2012), la incorporación de recursos digitales en orientación exige una mediación activa de docentes y profesionales para garantizar que su utilización sea pertinente, inclusiva y formativa.

La orientación vocacional en la infancia intermedia radica en que favorece el acompañamiento de los primeros intereses académicos y sociales, que contribuyen a la formación de la identidad personal y la motivación hacia el aprendizaje. En esta etapa, la tecnología se convierte en un recurso que amplía el acceso a la información, estimula la exploración y facilita que relacionen sus gustos con áreas de conocimiento concretas. Así mismo, la persona profesional en orientación puede promover espacios colaborativos donde se trabajen en pequeños proyectos de investigación usando recursos digitales, fomentando tanto el aprendizaje académico como el trabajo en equipo. También resulta valioso implementar dinámicas que fortalezcan el pensamiento crítico, además de orientar a docentes y familias en el acompañamiento de los primeros pasos de la identidad digital, transmitiendo normas claras de convivencia y autocuidado en entornos virtuales.

En esta etapa, los contextos tecnológicos permiten profundizar en el desarrollo del pensamiento lógico y en la participación en proyectos STEAM que integran ciencia, tecnología, ingeniería, arte y matemática,

favoreciendo así aprendizajes aplicados y experiencias significativas. El uso de plataformas digitales para experimentación guiada y simuladores sencillos posibilita que los niños comprendan conceptos abstractos mediante experiencias concretas, en sintonía con lo señalado por García et al. (2017), quienes destacan que los recursos interactivos amplían la atención y la motivación cuando se emplean con una intencionalidad pedagógica clara. Paralelamente, avanzar en la alfabetización digital básica se vuelve imprescindible: aprender a usar buscadores de manera crítica, proteger credenciales, reconocer entornos seguros y ejercer una comunicación respetuosa prepara al estudiantado para interacciones posteriores más complejas, en concordancia con lo planteado por Sobrado et al. (2012) respecto al desarrollo de competencias digitales responsables. A su vez, la madurez vocacional inicial se fortalece cuando los niños logran vincular sus intereses, habilidades y valores con oficios o actividades concretas, integrando referentes de su entorno familiar y comunitario y comienzan a construir asociaciones entre aquello que disfrutan y su posible aplicación en el futuro, tal como sugieren las bases del desarrollo vocacional temprano descritas por Super (1990). Así, la tecnología actúa como un puente entre la exploración personal, el aprendizaje significativo y la comprensión inicial del mundo del trabajo.

Para favorecer una integración significativa entre tecnología, aprendizaje y exploración vocacional, resulta fundamental incorporar acciones pedagógicas que conecten los intereses infantiles con su entorno cercano y con las posibilidades del mundo del trabajo. Los proyectos de investigación guiados que permitan integrar el yo, la comunidad y el entorno laboral, permiten que indaguen sobre oficios presentes en su contexto, procesen información de manera sencilla y presenten sus hallazgos mediante recursos digitales accesibles, fortaleciendo así la comunicación y la organización de ideas. Igualmente, las ferias de oficios apoyadas en rúbricas simples fomentan que el estudiantado explique con claridad lo aprendido, colabore con sus compañeros y demuestre un uso responsable de las herramientas tecnológicas, reforzando criterios de respeto, seguridad y participación. Como complemento, la creación del recurso denominado *Mi primer portafolio* en el que se recopilan de forma digital, dibujos, capturas de pantalla y breves reflexiones, se convierte en una evidencia significativa del proceso de descubrimiento vocacional inicial. Este recurso permite

documentar avances, expresar preferencias y mostrar cómo las niñas y los niños comienzan a relacionar la tecnología con su aprendizaje y con la comprensión de su comunidad.

En síntesis, la integración tecnológica en la infancia intermedia debe comprenderse como un proceso formativo que articula pensamiento lógico, exploración vocacional inicial y ciudadanía digital responsable, siempre bajo una mediación orientadora ética y contextualizada. La tecnología, utilizada como medio y no como fin, potencia la curiosidad, la creatividad y la comprensión del entorno, lo que permite que en esta etapa comiencen a relacionar sus intereses con los oficios y saberes de su comunidad. Para evaluar este proceso, los portafolios con evidencias se convierten en un recurso clave para visibilizar trayectorias de aprendizaje y fortalecer la autoestima académica. De manera complementaria, las rúbricas STEAM permiten valorar la claridad conceptual, la colaboración y el uso responsable de las TIC en proyectos integrados, mientras que los indicadores de autoeficacia académica y trabajo cooperativo aportan información precisa sobre cómo el estudiantado se percibe a sí mismo frente a los desafíos tecnológicos. Así, la orientación vocacional en esta etapa se consolida como un acompañamiento que integra desarrollo cognitivo, exploración significativa y construcción de confianza, sentando bases sólidas para etapas posteriores del ciclo vital.

Adolescencia (13-18 años)

En la adolescencia, los recursos tecnológicos se manifiestan principalmente en el uso intensivo de redes sociales, entornos virtuales y contenidos digitales como podcasts, videos y ferias vocacionales en línea, que influyen tanto en la construcción de la identidad como en la exploración de intereses académicos y profesionales. Esta etapa, caracterizada por la búsqueda de autonomía y pertenencia, encuentra en los espacios digitales un medio privilegiado para interactuar, compartir experiencias y acceder a información sobre trayectorias educativas y ocupacionales. Al mismo tiempo, la tecnología se convierte en un espacio clave de socialización y desarrollo vocacional, donde la orientación debe atender los riesgos asociados (como el uso excesivo, la desinformación y el ciberacoso) y aprovechar las

oportunidades que ofrecen las plataformas de aprendizaje, la orientación profesional en línea, los exploradores de carreras y las pruebas vocacionales digitales. Por ello, resulta fundamental fomentar la alfabetización digital crítica, la gestión del tiempo, la construcción de una identidad digital responsable y la exploración de intereses vocacionales a través de recursos virtuales confiables, de modo que la tecnología contribuya positivamente al desarrollo integral de los adolescentes (Livingstone, 2014).

Los factores claves para orientar la adolescencia en contextos emergentes se relacionan con la formación de la identidad vocacional, el desarrollo de un pensamiento crítico frente a la desinformación y la consolidación de competencias digitales, tal como se muestra en la Tabla 2. La identidad vocacional, entendida como el proceso de exploración y compromiso en torno, intereses y valores es especialmente significativa en esta etapa de desarrollo de validación del “yo” (Marcia, 1966), la cual se ve mediada por la influencia de los entornos digitales, que ofrecen abundante información, aunque no siempre confiable. Por ello, resulta fundamental que la orientación fomente la alfabetización mediática y digital, ayudando a los jóvenes a diferenciar entre fuentes válidas y noticias falsas, un aspecto especialmente relevante en redes sociales (Buckingham, 2019). Asimismo, la adquisición de competencias digitales no se limita al uso instrumental de la tecnología, sino que debe integrar nociones de seguridad, respeto y ciudadanía digital responsable (OECD, 2019).

Tabla 2
Factores claves

<p>1. Identidad vocacional: proceso mediante el cual las personas adolescentes exploran intereses, valores y habilidades, comprometiéndose progresivamente con metas educativas y laborales.</p>	<p>Tareas: Aplicar pruebas y ejercicios de autoexploración vocacional (inventarios de intereses, valores, aptitudes). Facilitar espacios de diálogo sobre experiencias escolares y extracurriculares para identificar talentos. Promover actividades de reflexión en torno al proyecto de vida y la relación con la elección educativa.</p>	<p>Autores: Hirschi (2018) demuestra que la adaptabilidad es un predictor clave del desarrollo de la identidad vocacional en adolescentes. Marcia (1966) lo explica a través de los “estatus de identidad” (difusión, moratoria, exclusión y logro), Savickas (2012) destaca que la identidad vocacional se construye en interacción con contextos cambiantes. Resalta que la orientación vocacional debe centrarse en diseñar la vida (life design), ayudando a los adolescentes a construir identidades flexibles y adaptativas frente a los retos del siglo XXI.</p>
---	--	--

<p>2. Pensamiento crítico ante la desinformación: implica la capacidad de analizar, evaluar y contrastar la información que circula en redes sociales, distinguiendo fuentes confiables de noticias falsas.</p>	<p>Tareas:</p> <p>Diseñar talleres de alfabetización mediática y digital que enseñen a verificar la información.</p> <p>Incluir actividades prácticas de análisis de noticias falsas y construcción de criterios de confiabilidad.</p> <p>Orientar sobre el impacto del ciberacoso y las consecuencias del uso irresponsable de redes sociales.</p>	<p>Autores</p> <p>La OECD (2019) demuestra que la alfabetización digital es un requisito básico para la empleabilidad y la inclusión social en el siglo XXI.</p> <p>Ferrari (2013) resalta que el marco de Digital Competence Framework (DIGCOMP) ofrece una guía estructurada para comprender, evaluar y promover la competencia digital en educación y orientación.</p> <p>Buckingham (2019) sostiene que la educación mediática es indispensable en la adolescencia para enfrentar la sobrecarga informativa, mientras que Livingstone (2014) subraya que la alfabetización mediática fomenta seguridad y autonomía en los entornos virtuales.</p>
--	--	--

<p>3. Las competencias digitales: abarcan el conjunto de habilidades, conocimientos y actitudes que permiten a los adolescentes utilizar las TIC de forma crítica, creativa y responsable.</p>	<p>Tareas:</p> <p>Instruir en el manejo seguro y ético de entornos virtuales (identidad digital, respeto, privacidad). Fomentar la creación de contenidos digitales como proyectos escolares o portafolios personales. Enseñar herramientas tecnológicas útiles para la investigación, el aprendizaje y la orientación vocacional. Promover competencias de investigación, organización del tiempo y uso productivo de redes sociales para fines académicos y vocacionales.</p>	<p>Autores:</p> <p>La OECD (2019) evidencia que el futuro del trabajo depende en gran medida del desarrollo de competencias digitales transversales y actualizadas e identifica como esenciales para la empleabilidad futura, mientras que Ferrari (2013) propone el marco DIGCOMP, que incluye comunicación digital, seguridad en línea, creación de contenido y resolución de problemas. Suárez et al (2020) evidencian que la educación secundaria debe fortalecer la competencia digital desde un enfoque práctico y equitativo, superando brechas de acceso y formación.</p>
---	--	--

Fuente: elaboración propia.

Así mismo, la persona profesional en orientación puede implementar talleres prácticos que enseñen a identificar noticias falsas, a gestionar la huella digital y a reconocer riesgos del uso excesivo de dispositivos; además, puede incorporar acciones de autoconocimiento mediante autodiagnósticos guiados (intereses, valores, habilidades y estilos de aprendizaje) con instrumentos y ejercicios narrativos (como pueden ser una

línea de vida, mapa de fortalezas, bitácora reflexiva y elaboración de un portafolio digital de logros académicos y personales). También se pueden desarrollar acciones de exploración del medio, facilitando la búsqueda y comparaciones de universidades y carreras (requisitos, mallas, costos, becas), visitas virtuales a campus, entrevistas informativas con profesionales, “job shadowing” [observación en el puesto de trabajo] virtual y el uso de fuentes confiables para revisar tendencias y ocupaciones emergentes, posibilidades de voluntariado y proyectos STEAM; incluir también el mapeo de redes de apoyo (familia, docentes, comunidad) y recursos locales. Orientar hacia la toma de decisiones, instruir en el uso de matrices de pros y contras, árboles de decisiones o matrices de congruencia entre intereses, valores, habilidades, condiciones y establecer la formulación de metas.

La relevancia de integrar los recursos tecnológicos en la orientación vocacional de la adolescencia radica en que amplían el acceso a la información y fomentan decisiones más fundamentadas y conscientes, enriqueciendo los programas de orientación mediante herramientas de autoexploración, simuladores de intereses y plataformas interactivas que estimulan la autonomía en la toma de decisiones. Navarro et al. (2019) destacan que los instrumentos tecnológicos diversifican los recursos y acercan a los adolescentes a experiencias más contextualizadas, mientras que Vargas et al. (2025) subrayan la importancia de que las personas profesionales en Orientación se mantengan en constante actualización para garantizar procesos pertinentes y ajustados a las demandas de cada etapa de vida.

En este marco, la orientación puede usar estas metodologías para que el estudiantado convierta aspiraciones generales en planes de acción concretos, organice mejor su proceso de exploración de opciones educativas y laborales y refuerce la percepción de autoeficacia al alcanzar logros paso a paso. Entre las acciones posibles se encuentran el diseño de un plan con cronograma, sesiones de seguimiento con micrometas y retroalimentación, además de la promoción de hábitos de bienestar digital (gestión del tiempo, pausas activas, higiene del sueño) y un enfoque inclusivo que asegure accesibilidad y perspectiva de género. De esta manera, la tecnología se convierte en un medio estructurado y equitativo para potenciar la autonomía, el aprendizaje y la proyección vocacional de los adolescentes.

La integración entre identidad vocacional e identidad digital se vuelve un eje fundamental, pues las narrativas que los adolescentes construyen en línea (a través de perfiles, publicaciones y comunidades virtuales) influyen directamente en cómo se perciben, qué oportunidades buscan y cómo proyectan su futuro académico y profesional. Tal como señala Savickas (2012), la identidad vocacional es un proceso narrativo en constante reconstrucción y, en la actualidad dichas narrativas se elaboran también en entornos digitales donde convergen aspiraciones, comparaciones sociales y referentes profesionales. Esta intersección exige que la orientación vocacional incorpore un acompañamiento que promueva coherencia entre la autoimagen digital y los proyectos de vida y ayuden a los jóvenes a reconocer cómo sus huellas y decisiones en línea contribuyen (o dificultan) la construcción de identidades sólidas y éticas. Asimismo, el pensamiento crítico frente a la desinformación vocacional se convierte en una prioridad, dado que, como advierten Buckingham (2019) y Livingstone (2014), el exceso de información y la presencia constante de contenidos poco fiables pueden distorsionar expectativas y alimentar percepciones irreales sobre carreras y oportunidades. A esto se suma la necesidad de potenciar la adaptabilidad de carrera descrita por Savickas y Porfeli (2012) como preocupación, control, curiosidad y confianza, en articulación con la competencia digital definida por Ferrari (2013), de manera que los adolescentes desarrollen la capacidad de buscar información pertinente, crear contenidos, comunicarse responsablemente y proteger su seguridad en línea. Desde esta perspectiva, la tecnología se transforma en un medio que potencia recursos internos y habilidades esenciales para navegar un mundo académico y laboral en constante transformación, brindando oportunidades para una exploración vocacional más auténtica, consciente y ajustada a los contextos emergentes.

Para traducir estos desafíos en prácticas concretas, la orientación vocacional en la adolescencia debe integrar acciones formativas que fortalezcan tanto la autonomía decisional como la capacidad de analizar críticamente el entorno digital. Un primer eje consiste en la implementación de talleres de higiene informativa, donde el estudiantado aprenda a contrastar datos, aplicar criterios de confiabilidad y utilizar checklists de verificación que le permitan diferenciar fuentes legítimas de contenidos distorsionados o engañosos, en consonancia con los planteamientos de Buckingham (2019)

sobre la urgencia de formar ciudadanía mediática crítica. De manera complementaria, la entrevista de construcción de carrera (articulada con un plan de transición del bachillerato a estudios post secundarios) puede desarrollarse dentro de un portafolio digital que registre metas, reflexiones, evidencias y proyecciones, integrando así elementos de adaptabilidad vocacional descritos por Savickas (2012) con competencias digitales propuestas por Ferrari (2013). Asimismo, acciones como visitas virtuales a universidades, “job-shadowing” en línea o entrevistas informativas con profesionales amplían el conocimiento del mundo académico y laboral de forma accesible y contextualizada, respondiendo a lo que señala la OECD (2019) respecto a la necesidad de acercar experiencias reales mediante entornos digitales. Estas actividades permiten que los adolescentes exploren opciones con mayor profundidad, conecten intereses con oportunidades concretas y desarrollen habilidades esenciales para transitar hacia etapas educativas superiores de manera consciente, informada y estratégica.

En el cierre de esta sección, resulta fundamental reconocer que la integración de la tecnología en la orientación vocacional durante la adolescencia no solo amplía las posibilidades de exploración y toma de decisiones, sino también exige procesos de acompañamiento que aseguren un uso crítico, ético y estratégicamente orientado al desarrollo. Para valorar el impacto de estas acciones, es indispensable contar con evidencias que reflejen la apropiación de competencias clave, tales como la aplicación de escalas de adaptabilidad que permitan observar avances en preocupación, control, curiosidad y confianza (dimensiones esenciales según Savickas), así como la completitud y coherencia del plan de transición registrado en el portafolio digital. De igual manera, la calidad del perfil digital o del CV inicial se convierte en un indicador relevante de la capacidad del estudiantado para proyectar una identidad académica y vocacional responsable, mientras que la tasa de participación en ferias, tutorías, entrevistas informativas y experiencias virtuales evidencia su nivel de involucramiento y agencia en la construcción de su proyecto de vida. En conjunto, estos registros permiten comprender cómo la orientación, mediada tecnológicamente y sostenida por criterios pedagógicos sólidos, contribuye a consolidar trayectorias más conscientes, seguras y ajustadas a los desafíos de los contextos emergentes.

Juventud (19–29 años)

En la juventud, los recursos tecnológicos se manifiestan mediante el uso de simuladores de empleabilidad, plataformas digitales de búsqueda de trabajo, cursos de certificación en línea y redes profesionales, que permiten a los jóvenes conectar sus estudios con el mundo laboral, explorar posibilidades internacionales y ampliar su red de contactos. En esta etapa, la tecnología se integra directamente en la formación académica, la búsqueda de empleo y el emprendimiento, por lo que la orientación vocacional puede acompañar en la elaboración de currículos digitales, el uso de redes profesionales como LinkedIn, la participación en cursos en línea (MOOC) y la preparación para entrevistas virtuales. Asimismo, se estimula el uso de herramientas digitales para la gestión de proyectos, el aprendizaje autónomo y la construcción de una marca personal, fortaleciendo así la empleabilidad. Incluso, se pueden aprovechar plataformas nacionales como la Agencia Nacional de Empleo (ANE), que ofrecen recursos y opciones vinculados con el mercado laboral, consolidando la tecnología como un medio esencial para la proyección vocacional en contextos globalizados (García et al; 2017).

Los factores claves en la juventud se centran en la adaptabilidad de carrera, las competencias digitales avanzadas y el aprendizaje autónomo, ya que permiten afrontar contextos laborales inciertos y en constante transformación (Savickas et al; 2012). El dominio de estas competencias resulta indispensable para acceder a empleos de calidad y fomentar la innovación en entornos de trabajo digitalizados (OECD, 2019). En este marco, la persona profesional en Orientación puede acompañar a las personas jóvenes en la elaboración de currículos digitales y perfiles en redes profesionales como LinkedIn, orientar sobre la búsqueda de oportunidades en plataformas laborales y educativas en línea, e impulsar el uso de herramientas digitales para fortalecer el aprendizaje autónomo, la innovación y el emprendimiento. De esta manera, la tecnología no solo apoya la empleabilidad, sino que se convierte en un recurso estratégico para el desarrollo integral y la proyección vocacional en esta etapa.

La orientación vocacional en la juventud es fundamental porque potencia la empleabilidad y estrecha la conexión entre educación superior

y mercado laboral, ayudando a los jóvenes a diseñar trayectorias flexibles y coherentes con sus valores (Guichard, 2016). En este sentido, la tecnología se convierte en un aliado estratégico que permite identificar condiciones favorables, fortalecer la autoeficacia y planificar carreras sostenibles en escenarios emergentes. Para ello, la persona profesional de la orientación puede organizar talleres prácticos donde los jóvenes aprendan a gestionar entrevistas virtuales y a utilizar recursos digitales para la búsqueda de empleo de manera estratégica, además de fomentar la construcción de redes de contacto en línea y la participación en comunidades académicas y profesionales que amplíen sus opciones laborales. Un recurso adicional es el acompañamiento en el diseño de proyectos emprendedores digitales, donde se promueva la innovación y la comercialización de ideas mediante plataformas tecnológicas, vinculando así los intereses vocacionales con la innovación y fortaleciendo el tránsito hacia la vida profesional y la consolidación de la identidad ocupacional.

En la etapa juvenil, los contextos emergentes posicionan la tecnología como un eje estructural de la empleabilidad y permiten que las personas jóvenes articulen sus trayectorias formativas y laborales mediante herramientas virtuales, redes profesionales, entrevistas remotas y certificaciones en línea. Desde la perspectiva del desarrollo vocacional, estas dinámicas se alinean con lo planteado por Hall (2004) y Arthur et al. (1996) respecto a las carreras proteicas y sin fronteras, donde la autonomía, la movilidad y la actualización constante son condiciones esenciales para sostener la participación en mercados laborales cambiantes.

En este proceso, la utilización estratégica de microcredenciales y plataformas de formación continua permite ampliar competencias y adaptarse a sectores emergentes, mientras que el aprendizaje autónomo se vuelve un recurso indispensable para sostener el crecimiento profesional en escenarios flexibles y descentralizados, tal como destaca la OECD (2019). De igual modo, la gestión de la incertidumbre y el fortalecimiento de la resiliencia como elementos clave en la adaptabilidad de carrera (Savickas y Porfeli; 2012) permiten que las personas jóvenes enfrenten trayectorias no lineales, reconfiguren sus metas y respondan a oportunidades globales sin perder la coherencia con sus valores y propósitos. En este marco, la orientación vocacional adquiere un papel decisivo al guiar el uso ético,

estratégico y crítico de la tecnología, potenciando tanto la empleabilidad sostenible como la capacidad de diseñar proyectos de vida flexibles y significativos en contextos de transformación constante.

Para llevar a la práctica el accionar de los procesos formativos concretos, la orientación vocacional en la juventud debe ofrecer experiencias prácticas que articulen el uso estratégico de la tecnología con la construcción de trayectorias flexibles y sostenibles. Una acción clave es la elaboración de una ruta digital de empleabilidad, donde la persona joven avanza desde un diagnóstico de competencias hasta la selección de microcredenciales pertinentes, la participación en experiencias de práctica o voluntariado y, finalmente, la creación de redes de contacto mediante un tablero digital de seguimiento.

A ello, se suma el uso de simuladores de entrevista y la revisión especializada de perfiles profesionales en plataformas como LinkedIn o portafolios virtuales, lo cual fortalece la presentación personal y la coherencia entre identidad digital e identidad vocacional, en línea con lo planteado por Guichard (2016) respecto al diseño de proyectos vitales en escenarios tecnológicos. Asimismo, integrar entrevistas informativas con profesionales reales y ejercicios de mapeo de sectores y mercados laborales (basados en fuentes confiables y datos actualizados) tal como recomienda la OECD (2019), permite que las personas jóvenes comprendan tendencias, oportunidades emergentes y requerimientos de empleabilidad en ámbitos locales y globales. Estas acciones consolidan un acompañamiento riguroso, contextualizado y orientado a fortalecer la autonomía, la adaptabilidad y la inserción laboral informada en entornos profundamente digitalizados.

En síntesis, la innovación tecnológica aplicada a la orientación vocacional en la juventud se convierte en un eje estratégico para acompañar trayectorias que ya no siguen rutas lineales, sino que se construyen a partir de experiencias diversas, aprendizajes autónomos y toma de decisiones basada en datos confiables. La tecnología, entendida como medio y no como fin, amplía oportunidades para explorar, conectar y proyectar el futuro profesional, siempre que su uso sea ético, crítico y alineado con el desarrollo integral de las personas jóvenes. De cara al seguimiento orientador, las evidencias permiten valorar de manera objetiva el impacto de los procesos: la participación en prácticas preprofesionales o inserciones tempranas, las

certificaciones o microcredenciales obtenidas, la construcción y activación de redes de contacto en plataformas profesionales y la claridad de metas proyectadas a 6–12 meses se convierten en señales concretas de avance. Estos indicadores reflejan no solo el dominio de competencias digitales y vocacionales, sino también la capacidad de las personas jóvenes para diseñar trayectorias sostenibles, adaptativas y coherentes con los desafíos de los contextos emergentes, reafirmando el papel de la orientación como catalizadora de proyectos de vida significativos en la era digital.

Adultez (30–59 años)

Durante la adultez, los recursos tecnológicos se manifiestan principalmente en procesos de reskilling (recapitación: cambiar el rumbo) y upskilling (perfeccionamiento: mejorar el mismo camino), mediante cursos virtuales, plataformas de capacitación empresarial y MOOCs que permiten mantenerse actualizado, reconvertirse hacia nuevos sectores o especializarse en áreas emergentes como respuesta a los cambios de la Revolución 4.0. En esta etapa, la tecnología también se vincula con la actualización profesional, la reorientación de la trayectoria laboral y el equilibrio entre la vida personal y el trabajo, lo que exige que la orientación vocacional apoye a las personas en la identificación de brechas digitales y en el fortalecimiento de competencias aplicadas a su ámbito laboral. Asimismo, se promueve el uso de plataformas de educación continua, la participación en comunidades virtuales de práctica y la adaptación a los cambios derivados de la automatización y la inteligencia artificial, consolidando la tecnología como un recurso esencial para sostener la empleabilidad, la innovación y el bienestar en esta etapa (Mata, 2018).

Los factores claves en la adultez se relacionan con el aprendizaje permanente, la conciliación entre la vida personal, el trabajo y la gestión del cambio, todos ellos mediados por el uso estratégico de la tecnología. El aprendizaje permanente, planteado por Knowles (1980), se materializa hoy en la posibilidad de favorecer la actualización profesional continua mediante capacitaciones virtuales y MOOCs, que permiten a las personas acceder a contenidos de universidades e instituciones internacionales con flexibilidad de tiempo y costo. Al mismo tiempo, la orientación vocacional cumple un

papel esencial al acompañar procesos de reconversión laboral derivados de la automatización y la transformación digital, apoyando a las personas adultas en la reorientación de sus trayectorias hacia sectores con mayor demanda y sostenibilidad. Finalmente, la conciliación entre vida personal y laboral se potencia mediante el uso de herramientas tecnológicas de organización y productividad, lo cual contribuye a la flexibilidad y al bienestar integral en esta etapa de la vida (Rojas, 2020; Heckhausen et al; 2010).

Desde la orientación, se pueden favorecer la actualización profesional continua y la reconversión laboral, respondiendo a las exigencias de contextos emergentes y a los cambios acelerados del mercado laboral, desarrollar programas de asesoría individual o grupal enfocados en la planificación de trayectorias laborales flexibles, incorporando herramientas digitales que permitan identificar nuevas oportunidades y sectores en crecimiento. Asimismo, resulta pertinente guiar en el uso de plataformas de networking [trabajo en red de contactos] profesional y en la construcción de currículos digitales que otorguen mayor visibilidad a la experiencia adquirida. A ello, se suman los talleres prácticos que fortalecen la resiliencia frente a los cambios tecnológicos y fomentan el aprendizaje continuo como parte de la cultura profesional, al permitir que la población adulta no solo se adapte a las transformaciones, sino también encuentre en la tecnología un recurso para mejorar su bienestar personal, laboral y familiar.

Los contextos emergentes obligan a integrar la tecnología no solo como herramienta de actualización, sino como un medio estratégico para reconstruir trayectorias, gestionar cambios y sostener el bienestar ocupacional en entornos altamente demandantes. El reskilling y el upskilling orientados a inteligencia artificial, análisis de datos y automatización se convierten en rutas indispensables para conservar la empleabilidad, lo cual coincide con lo planteado por Rojas (2020) respecto a la necesidad de adaptarse a los nuevos perfiles profesionales derivados de la Revolución 4.0; a la par, la gestión del cambio adquiere un papel central, ya que las personas adultas deben reorganizar expectativas, roles y metas en función de los movimientos del mercado laboral, en sintonía con lo señalado por Heckhausen, et al. (2010) sobre los procesos motivacionales que acompañan las transiciones.

En este marco, la andragogía propuesta por Knowles (1980) adquiere especial relevancia al reconocer que el aprendizaje adulto debe ser útil, flexible y conectado con la experiencia, favoreciendo así la participación en comunidades de práctica y espacios colaborativos que amplían el apoyo profesional. En definitiva, la orientación vocacional encuentra en la narrativa de transición una vía para ayudar a reinterpretar la propia historia laboral, otorgando coherencia y significado a cada cambio y promoviendo la construcción de proyectos de vida sostenibles en entornos digitales, complejos y en permanente evolución.

Para acompañar estos desafíos, la intervención orientadora debe traducirse en acciones prácticas que fortalezcan la toma de decisiones y la capacidad de adaptación de las personas adultas. La auditoría de competencias permite identificar brechas digitales, habilidades transferibles y áreas de oportunidad, constituyendo la base para construir un itinerario formativo que integre MOOCs, certificaciones especializadas y experiencias de aprendizaje situadas, en coherencia con los principios de la andragogía de Knowles (1980). A la par, los talleres de bienestar y productividad ofrecen un espacio para reflexionar sobre límites, manejo del foco, organización del tiempo y uso de herramientas que reduzcan la sobrecarga asociada a la hiperconectividad, favoreciendo el equilibrio descrito por el modelo de demandas y recursos laborales (Schaufeli & Bakker, 2004). En suma, la consejería narrativa permite resignificar la trayectoria vital y profesional y articula un plan de reconversión que incluya objetivos claros, evidencias de avance y plazos realistas, para facilitar que las personas adultas transiten con mayor seguridad, claridad y sentido hacia nuevas oportunidades laborales en contextos profundamente transformados por la tecnología.

En síntesis, la integración estratégica de la tecnología en los procesos de orientación durante la adultez permite articular aprendizaje continuo, bienestar y renovación profesional en un marco de sentido y autonomía. La evaluación de estos acompañamientos debe centrarse en evidencias que den cuenta de transformaciones reales en la trayectoria laboral, tales como la asunción de nuevos roles, ascensos o movimientos hacia sectores emergentes; la obtención de certificaciones y microcredenciales que acrediten el reskilling o upskilling realizado y la mejora en

indicadores de satisfacción laboral vinculados con un mayor equilibrio entre vida personal y trabajo. Estos resultados reflejan no solo la capacidad de adaptación frente a los desafíos de la Revolución 4.0, sino también el impacto de una orientación vocacional que, desde un enfoque ético y humanista, utiliza la tecnología como medio para fortalecer la empleabilidad sostenible y el bienestar integral. Así, la orientación se consolida como un acompañamiento que impulsa trayectorias flexibles, conscientes y coherentes con los valores y propósitos de cada persona adulta en contextos laborales en permanente transformación.

Aduldez mayor (60+ años)

En esta etapa, los recursos tecnológicos se manifiestan a través de la inclusión digital mediante plataformas de aprendizaje en línea, programas intergeneracionales y aplicaciones de comunicación social, que permiten a las personas mayores mantenerse activas, informadas y conectadas con su entorno, contribuyendo a reducir la brecha digital. Desde la orientación vocacional y ocupacional, la tecnología se incorpora como un medio de inclusión social, acceso a la información y desarrollo de proyectos significativos en la etapa de retiro o jubilación. Esta situación implica trabajar en la capacitación digital básica (uso de dispositivos, comunicación en línea, acceso a servicios), así como en la prevención del aislamiento y la exploración de actividades ocupacionales y voluntarias apoyadas en entornos digitales.

Los recursos tecnológicos se manifiestan a través de la inclusión digital mediante plataformas de aprendizaje en línea, programas intergeneracionales y aplicaciones de comunicación social, que permiten a las personas mayores mantenerse activas, informadas y conectadas con su entorno, contribuyendo a reducir la brecha digital. Desde la orientación vocacional y ocupacional, la tecnología se incorpora como un medio de inclusión social, acceso a la información y desarrollo de proyectos significativos en la etapa de retiro o jubilación, trabajando en la capacitación digital básica, la prevención del aislamiento y la exploración de actividades ocupacionales y voluntarias apoyadas en entornos digitales. En este contexto, los factores claves son la alfabetización digital, requisito para garantizar

inclusión y autonomía (UNESCO, 2015); la participación comunitaria, apoyada en redes virtuales que fomentan el sentido de pertenencia y la cohesión social (Formosa, 2014) y el envejecimiento activo, promovido por la Organización Mundial de la Salud (2015), que plantea la salud, la seguridad y la participación como condiciones esenciales para la calidad de vida y la tecnología es un recurso estratégico para alcanzarlas.

La persona profesional en Orientación puede promover programas intergeneracionales donde jóvenes enseñen a las personas mayores el uso de herramientas digitales, para fortalecer la transmisión de conocimientos y los lazos comunitarios. Asimismo, resulta valioso acompañar la creación de espacios virtuales de apoyo mutuo y participación social, que ayuden a prevenir el aislamiento y refuercen la autoestima, ejecutar estrategias que orienten el uso de plataformas gubernamentales e institucionales para acceder a trámites, servicios de salud y programas de formación continua para favorecer la autonomía y la participación ciudadana. De este modo, la tecnología se convierte en un recurso para potenciar la calidad de vida y la integración social en la adultez mayor.

La orientación en la adultez mayor es crucial porque evita la exclusión social, promueve la autonomía y permite construir proyectos vitales significativos. La OMS (2015) enfatiza que el envejecimiento activo requiere mantener la participación, la seguridad y la salud como condiciones fundamentales para garantizar calidad de vida, lo cual implica integrar actividades coherentes con la historia personal y con los intereses individuales. De manera complementaria, Boulton-Lewis (2010) señala que el aprendizaje permanente en la vejez permite a las personas mayores seguir desarrollándose, mantener la motivación y fortalecer su identidad personal.

La integración tecnológica debe orientarse hacia una inclusión digital significativa que permita a las personas desenvolverse con autonomía en actividades cotidianas relacionadas con trámites, salud, finanzas y comunicación para evitar que la brecha digital se convierta en una forma contemporánea de exclusión social. Este enfoque responde a lo señalado por la UNESCO (2015) respecto a la importancia del acceso equitativo a la tecnología como condición para la participación ciudadana y se articula con la continuidad vital propuesta por Atchley (1989), en tanto las personas mayores suelen buscar actividades coherentes con su historia de

vida. En este sentido, la orientación vocacional puede fomentar proyectos con sentido como mentorías, voluntariado o emprendimientos tardíos, que utilicen plataformas digitales para ampliar su alcance y sostenibilidad para fortalecer el propósito y la participación social.

Asimismo, las redes intergeneracionales, impulsadas a través de programas colaborativos y espacios virtuales de encuentro, permiten articular la experiencia acumulada de las personas mayores con la competencia digital de las generaciones jóvenes con el fin de crear un ecosistema de apoyo mutuo que favorece la cohesión comunitaria y el envejecimiento activo (OMS, 2015). Desde esta perspectiva, la tecnología no solo media el acceso a servicios, sino que se convierte en un puente para sostener vínculos, narrativas de vida y oportunidades de contribución social para configurar una vejez más activa, conectada y con mayor bienestar personal y comunitario.

Para materializar estos propósitos en la práctica orientadora, resulta fundamental diseñar acciones que fortalezcan la autonomía, el propósito y la participación social en la adultez mayor. Una primera estrategia consiste en la elaboración de un plan de retiro con proyecto de vida, que articule metas personales, redes de apoyo y un calendario digital sencillo que facilite la organización de actividades significativas. Este instrumento permite que las personas mayores visualicen nuevas posibilidades de participación y mantengan un horizonte de propósito acorde con sus intereses y ritmos de vida. Paralelamente, iniciativas como generar talleres que ofrezcan un espacio seguro para aprender el manejo de aplicaciones relevantes, principalmente las relacionadas con comunicación, salud, trámites y finanzas, junto con pautas de seguridad digital y práctica guiada con el fin de reducir temores y potenciar la autonomía tecnológica.

A estas acciones, se suman programas o proyectos denominados mentoría intergeneracional, donde se conforman duplas jóvenes y adultas mayores para el intercambio de conocimientos y apoyo recíproco: mientras la persona joven acompaña en el uso de tecnologías, la persona mayor comparte saberes, experiencias y orientaciones vitales. Esta sinergia fortalece la autoestima, el sentido de utilidad y la cohesión social, configurando un entorno de aprendizaje mutuo que amplía las oportunidades de participación y bienestar en esta etapa del ciclo vital.

Como cierre de este apartado, es fundamental reconocer que la integración tecnológica en la adultez mayor no solo amplía oportunidades, sino también dignifica la experiencia de envejecer en sociedades cada vez más digitalizadas. La orientación vocacional y ocupacional se convierte en un acompañamiento clave para potenciar la autonomía digital, fortalecer la participación social y promover un bienestar subjetivo alineado con el propósito y la continuidad vital. En este proceso, las redes de apoyo (familiares, comunitarias e intergeneracionales) actúan como un sostén esencial que favorece la inclusión y la seguridad y permite que cada persona mayor mantenga vínculos significativos y una presencia activa en su entorno. Las evidencias derivadas de estos procesos como el uso autónomo de herramientas digitales, la participación sostenida en actividades comunitarias, la expresión de mayor satisfacción personal y la consolidación de redes de apoyo activas, confirman que la tecnología, cuando es mediada con sentido humano, se convierte en un puente hacia una vejez más plena, integrada y socialmente reconocida. De esta manera, la orientación reafirma su compromiso con un envejecimiento activo, accesible y significativo en un mundo en constante transformación.

Reflexiones generarles Innova-T

El recorrido por las distintas etapas del ciclo vital evidencia que la tecnología no es un accesorio ni un recurso aislado, sino un factor estructural que redefine la manera en que las personas exploran, aprenden, se relacionan y construyen su proyecto de vida. Desde la infancia temprana, donde los cuentos interactivos y los juegos digitales enriquecen la curiosidad, hasta la adultez mayor, donde la alfabetización digital garantiza autonomía y participación, la tecnología se presenta como un entorno que atraviesa el desarrollo vocacional. Este panorama confirma lo expresado por Savickas et al. (2005), quienes señalan que los cambios sociales exigen nuevas formas de acompañar la construcción de carrera, impulsando modelos más flexibles, inclusivos y sensibles a los desafíos contemporáneos.

En este escenario, el rol de la persona profesional en Orientación se transforma profundamente: deja de ser únicamente una facilitadora

de información para convertirse en una mediadora digital y social, capaz de integrar tecnología con sentido ético, pedagógico y humano. Ello implica no solo dominar herramientas, sino interpretar críticamente su impacto en la identidad, la empleabilidad y el bienestar. La orientación mediada digitalmente debe promover experiencias de autoconocimiento, exploración y análisis y asegura que los entornos tecnológicos se utilicen de manera responsable, inclusiva y equitativa. En todas las etapas del desarrollo humano, la persona profesional debe facilitar que las tecnologías amplíen oportunidades y no profundicen brechas.

Asimismo, se reafirma la necesidad de fortalecer competencias en ciudadanía digital crítica, orientando a estudiantes, familias y comunidades en la verificación de fuentes, la prevención de riesgos como la desinformación o el ciberacoso y la gestión consciente de la identidad digital. Este ejercicio trasciende la mera alfabetización técnica: implica formar sujetos capaces de analizar, cuestionar y tomar decisiones informadas en un ecosistema digital saturado de datos. Esto se vuelve especialmente crucial en etapas como la adolescencia y la juventud, donde la identidad vocacional y la identidad digital se entrelazan profundamente y requieren acompañamientos especializados que enseñen a navegar entre oportunidades, sesgos y riesgos.

La innovación pedagógica se convierte también en un componente indispensable. Acompañar procesos de aprendizaje permanente bajo los principios de la andragogía y el *life long learning* [aprendizaje a lo largo de la vida] exige que las personas profesionales en Orientación actualicen su práctica mediante tecnologías emergentes como la inteligencia artificial, la analítica de datos, la gamificación o la realidad aumentada. Estas herramientas no solo enriquecen la experiencia de orientación, sino que permiten diseñar recursos como portafolios digitales, simuladores de entrevistas, ferias vocacionales virtuales o entornos formativos flexibles que respondan a la diversidad de necesidades presentes en la adultez, la reconversión laboral o el emprendimiento tardío.

Finalmente, la integración de criterios de ética, equidad, accesibilidad y evaluación basada en datos constituye la columna vertebral de una orientación vocacional pertinente y socialmente responsable. Diseñar

recursos inclusivos, resguardar la privacidad de la información y garantizar que todas las personas independientemente de su edad, condición, habilidades o contexto sociocultural puedan participar plenamente en entornos digitales y presenciales, se convierte en una responsabilidad ética irrenunciable. De igual forma, el uso ético y crítico de métricas educativas, vocacionales y laborales permite monitorear impactos reales, detectar brechas, orientar decisiones profesionales y fortalecer la calidad de las intervenciones. Esta forma de concebir la innovación no solo reafirma que la tecnología debe estar al servicio de la dignidad humana y la justicia social, sino que abre paso al planteamiento que guía el capítulo IV: comprender cómo estas prácticas innovadoras se traducen en estrategias concretas para la construcción de la empleabilidad, la participación laboral y el diseño de trayectorias vitales sostenibles. Así, el tránsito de Innova-T hacia Emplea-T marca una continuidad natural en la que la creatividad pedagógica y la ética profesional se convierten en cimientos para proyectarse al mundo laboral con propósito.

CAPÍTULO IV

Emplea-T (Proyectarse al mundo laboral con propósito)

Proyectarse al mundo laboral en el siglo XXI implica mucho más que obtener un empleo: requiere comprender el trabajo como un espacio de desarrollo humano, participación social y construcción del sentido de vida. La empleabilidad, en este marco, debe entenderse como un proceso dinámico que atraviesa todas las etapas del ciclo vital y que se articula con la capacidad de las personas para aprender, adaptarse y tomar decisiones informadas en entornos caracterizados por la automatización, la digitalización y una creciente movilidad laboral. Tal como señalan Savickas (2012) y Guichard (2016), las trayectorias profesionales dejaron de ser lineales y se transformaron en procesos de diseño continuo de vida, donde la persona debe articular intereses, valores y metas con las oportunidades que ofrece un mercado cambiante. Desde esta perspectiva, Emplea-T propone un abordaje que integra propósito, bienestar y sostenibilidad en la construcción de trayectorias ocupacionales pertinentes y significativas.

Este capítulo tiene como finalidad fortalecer la comprensión de la empleabilidad como un proceso integral que combina competencias técnicas, digitales, emocionales, éticas y se expresa en la capacidad de cada persona para construir, sostener y resignificar sus proyectos educativos y laborales a lo largo del tiempo. En sintonía con Hall (2004) y Arthur et al. (1996), se destaca la importancia de modelos de carrera proteica y sin fronteras, los cuales enfatizan la autonomía, la reflexividad y la capacidad de adaptación frente a entornos altamente volátiles. De

igual forma, Murillo (2017) advierte que la empleabilidad contemporánea exige integrar pilares como la autogestión, la formación continua, la vinculación con redes, la planificación estratégica y la lectura crítica del mercado laboral, elementos que resultan indispensables para acompañar procesos de inserción, permanencia y movilidad ocupacional con equidad y sentido.

Desde la orientación vocacional, Emplea-T impulsa el desafío de acompañar a las personas en la gestión activa de su proyecto de vida, reconociendo que el trabajo se construye en un entramado social, económico y territorial que condiciona las oportunidades y las formas de participación. De esta forma, se promueve la resignificación de la empleabilidad como un proceso continuo a lo largo del ciclo vital, que integra el desarrollo de competencias transversales, socioemocionales y tecnológicas, y posiciona la orientación vocacional y laboral como un puente entre la educación, el trabajo y la construcción de proyectos de vida coherentes, inclusivos y sostenibles. En línea con Lent et al. (1994), la autoeficacia, las expectativas realistas y las metas personales se convierten en motores fundamentales de la acción vocacional, mientras que la adaptabilidad de carrera (preocupación, control, curiosidad y confianza) descrita por Savickas y Porfeli (2012) constituye un recurso esencial para enfrentar transiciones, redefinir metas y navegar la incertidumbre inherente a los contextos laborales emergentes. Bajo este enfoque, la orientación debe integrar perspectivas de equidad, sostenibilidad e inclusión, considerando barreras estructurales que afectan particularmente a mujeres, personas con discapacidad, jóvenes, poblaciones rurales y grupos históricamente excluidos.

También resalta la necesidad de articular educación, trabajo y comunidad como ejes inseparables para construir empleabilidad sostenible. Esto implica que la orientación profesional facilite oportunidades de aprendizaje permanente, fomente la vinculación con sectores productivos, impulse itinerarios formativos flexibles y fortalezca la participación en redes familiares, institucionales y territoriales. De acuerdo con Murillo (2017), la empleabilidad efectiva surge cuando se combinan la capacidad de aprender, la calidad de las interacciones sociales, la lectura informada del contexto y la habilidad para gestionar transiciones, elementos que requieren metodologías innovadoras, acompañamiento permanente y

un posicionamiento ético ante las desigualdades que persisten en el mundo del trabajo. En armonía con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ONU, 2015), se subraya el valor del trabajo decente, la inclusión social y la participación comunitaria como pilares para promover trayectorias laborales dignas y con sentido.

En síntesis, este capítulo invita a comprender la empleabilidad como un proceso humano, evolutivo y socialmente comprometido, que debe construirse desde la infancia y resignificarse en cada etapa de la vida adulta. Emplea-T propone que las personas profesionales en Orientación asuman un rol estratégico como mediadoras entre el aprendizaje, el trabajo y el bienestar integral, incorporando herramientas tecnológicas, metodologías participativas, análisis de datos y enfoques de justicia social. Como advierte Murillo (2017), la empleabilidad con propósito requiere cultivar autonomía, iniciativa, redes de apoyo y estrategias de toma de decisiones fundamentadas, de modo que cada persona pueda proyectar una trayectoria profesional coherente consigo misma y con las demandas sociales emergentes. Con esta base, el capítulo presenta el análisis por etapas del ciclo vital, ofreciendo criterios, competencias y acciones para acompañar la construcción de proyectos laborales flexibles, éticos y sostenibles.

Infancia temprana (0-6 años)

Durante la infancia temprana, aunque aún no existe conciencia vocacional, el juego simbólico y la exploración de roles (jugar a ser médico, maestra, bombero) son la base de la imaginación profesional futura. Por ello, la conciencia vocacional se encuentra en una fase incipiente y se expresa principalmente a través del juego simbólico y la exploración de roles, que permiten al niño imaginar y ensayar posibles trayectorias profesionales.

El desarrollo vocacional, entendido como un proceso constante ligado al autoconcepto (Super, 1990), se inicia con estas experiencias lúdicas en las que los niños atribuyen significados a objetos y situaciones, representando ocupaciones de la vida real (Piaget, 1962; Vygotsky, 1978). A su vez, la exploración de roles favorece la comprensión de funciones sociales y profesionales, influida por los modelos de referencia cercanos

(Ginzberg et al., 1951; Bandura, 1997). En este sentido, el juego y la experimentación temprana constituyen las bases sobre las cuales se va configurando la fantasía vocacional.

En cuanto a los factores claves, descritos en la figura 1, como la estimulación de la curiosidad, la exposición a distintos entornos y el refuerzo de habilidades básicas constituyen condiciones esenciales para el desarrollo integral. La curiosidad motiva la exploración y el aprendizaje (Loewenstein, 1994; Kashdan & Silvia, 2009), la exposición a entornos diversos amplía las oportunidades de socialización y comprensión cultural (Bronfenbrenner, 1979; Rogoff, 2003) y el refuerzo temprano de habilidades cognitivas, emocionales y sociales garantiza bases sólidas para la educación y la empleabilidad futura.

**Figura 1:
Elementos de la empleabilidad en la infancia**



Fuente: Elaboración propia.

Durante esta etapa, se consolidan competencias blandas iniciales como la creatividad, la comunicación y la cooperación, fundamentales para el desarrollo integral y la futura empleabilidad. Dichas competencias blandas son un conjunto de habilidades socioemocionales, comunicativas y cognitivas que facilitan la interacción social, el aprendizaje y la adaptación a diferentes contextos. En la infancia temprana, su desarrollo es esencial porque constituyen la base para aprendizajes posteriores, la orientación vocacional y la empleabilidad futura. Por ello, la creatividad, entendida como la capacidad de generar ideas novedosas, se estimula mediante el juego y la exploración (Guilford, 1950; Torrance, 1974). La comunicación, más allá de lo lingüístico, se construye socialmente en la interacción con adultos y pares (Bruner, 1983; Hymes, 1972; Tomasello, 2003). Por su parte, la cooperación se desarrolla a través de la interacción y la internalización de normas sociales, lo que permite al niño aprender junto a otros (Piaget, 1997; Vygotsky, 1978; Tomasello et al., 2012). Estas competencias blandas representan pilares tempranos del desarrollo vocacional y social del individuo.

Es evidente que la empleabilidad temprana se nutre de experiencias cotidianas que fortalecen los cimientos del autoconcepto y las primeras formas de agencia personal. La curiosidad actúa como un motor constante que impulsa al niño a explorar, formular preguntas y generar hipótesis sobre su entorno, lo cual constituye una base temprana para el pensamiento flexible y la resolución de problemas, elementos indispensables para los futuros escenarios laborales (Loewenstein, 1994; Kashdan & Silvia, 2009). Tanto el juego simbólico como las primeras formas de lenguaje contribuyen a que el niño organice sus ideas, narre sus acciones y conecte las experiencias con su incipiente imagen de sí mismo, en consonancia con lo planteado por Bruner (1983) y Vygotsky (1978) sobre la función social del lenguaje en la construcción del pensamiento.

Del mismo modo, la autorregulación y la cooperación comienzan a consolidarse a través de dinámicas que exigen turnos, negociaciones y pequeñas responsabilidades, aprendizajes sociales que Piaget (1997) y Tomasello et al. (2012) consideran fundamentales para la vida en comunidad. Estas experiencias, lejos de constituir habilidades aisladas, se articulan como los primeros pilares de creatividad, autonomía y convivencia, que

más adelante sostendrán la capacidad de participar en entornos educativos y laborales diversos, aportando a una trayectoria vocacional con sentido desde los primeros años.

En coherencia con esta etapa, la orientación vocacional puede favorecer los cimientos de la empleabilidad a través de experiencias estructuradas que amplifiquen la exploración y el autoconcepto, sin acelerar procesos que corresponden a etapas evolutivas posteriores. Los *cuentos ocupacionales* permiten introducir diversas profesiones mediante relatos accesibles y narrativas que fortalecen el lenguaje, la imaginación y la comprensión de funciones sociales, siguiendo el principio de que el aprendizaje surge de la interacción simbólica con el mundo (Bruner, 1983).

Brindar importancia al juego de roles posibilita ensayar acciones, asumir responsabilidades y practicar habilidades comunicativas básicas, integrando aspectos cognitivos y emocionales que Vygotsky (1978) identificó como centrales en el desarrollo social. Los rincones de ocupacionales o profesiones, equipados con materiales reales o simbólicos, abren oportunidades para manipular objetos, recrear situaciones y vincular experiencias sensoriales con representaciones ocupacionales, reforzando la autonomía y la curiosidad. Paralelamente, el desarrollo de talleres dirigidos a las familias, orientados a fortalecer hábitos socioemocionales como las rutinas, expresión emocional, acompañamiento en el juego, límites saludables, los que permiten que los hogares se conviertan en espacios de exploración guiada y lenguaje positivo. Finalmente, las actividades de expresión artística y comunicación temprana amplían la creatividad y la autoexpresión, favoreciendo que los niños comuniquen intereses emergentes a través del dibujo, la música o el movimiento. Estas acciones integradas potencian una base sólida para el desarrollo vocacional temprano y para la futura empleabilidad con propósito.

Promover la empleabilidad desde la infancia temprana implica reconocer que las primeras experiencias de juego, exploración y comunicación constituyen la base sobre la cual se construyen futuros procesos vocacionales y laborales con sentido. La orientación en esta etapa no busca acelerar decisiones, sino cultivar condiciones que favorezcan el desarrollo integral: curiosidad activa, autorregulación inicial, cooperación y capacidad simbólica, todas ellas esenciales en la consolidación del autoconcepto

y del pensamiento creativo. Para valorar el impacto de las acciones implementadas, resulta indispensable recurrir a listas de cotejo que documenten manifestaciones tempranas de curiosidad y cooperación, lo que permite observar cómo responden a experiencias de exploración y juego social.

Asimismo, el registro de participación familiar evidencia el grado de acompañamiento, diálogo y corresponsabilidad que las familias asumen en el proceso, elemento clave para sostener aprendizajes significativos en el hogar. Finalmente, los diarios anecdóticos elaborados por docentes permiten capturar episodios cotidianos que revelan avances en lenguaje, expresión emocional, iniciativa y vínculos sociales, enriqueciendo la comprensión del desarrollo vocacional temprano. Estas evidencias, tomadas en conjunto, refuerzan la importancia de integrar la orientación desde los primeros años como parte esencial de un enfoque de empleabilidad a lo largo de la vida, articulando juego, vínculos y descubrimiento como pilares para construir un futuro con propósito.

Infancia intermedia (7-12 años)

En la infancia intermedia, la empleabilidad se manifiesta a través del desarrollo de intereses académicos más definidos y de habilidades cognitivas concretas, propias del inicio del pensamiento lógico y de la consolidación de los hábitos escolares, con ello se fortalece el autoconcepto académico. En esta etapa, comienzan a reconocer materias o actividades en las que muestran mayor facilidad y gusto, lo que marca un primer acercamiento a la identificación de talentos. La empleabilidad en esta etapa se asocia con la formación de hábitos de estudio, la capacidad de trabajar en equipo y la adquisición inicial de competencias digitales básicas. Estas experiencias tempranas preparan el terreno para la exploración vocacional posterior y permite que los niños comprendan que sus habilidades pueden vincularse con roles y actividades valoradas socialmente (García et al., 2017)

Entre los factores claves que fortalecen la empleabilidad en esta etapa destacan el desarrollo del pensamiento lógico, la autoconfianza y la exploración académica guiada. La escuela y la familia desempeñan un

papel central en promover proyectos de indagación y actividades de investigación sencilla que despierten la curiosidad, a la vez, que comienzan a moldear expectativas; surgen modelos a seguir (docentes, familiares, personajes sociales). La orientación puede apoyarse en recursos digitales y plataformas educativas que permitan a los y las niñas a experimentar con contenidos variados y reconocer áreas de interés (Sobrado et al., 2012). Asimismo, fomentar la autoconfianza es esencial para que los niños desarrollen seguridad en sus capacidades y aprendan a valorar el esfuerzo como parte del proceso de aprendizaje, lo cual tendrá repercusiones en su futura adaptabilidad y empleabilidad.

La importancia de la orientación vocacional en la infancia intermedia radica en que esta etapa constituye un puente entre lo lúdico y lo académico, lo cual favorece una transición progresiva hacia la exploración vocacional más estructurada en la adolescencia. La identificación temprana de intereses y habilidades les permite fortalecer la motivación escolar y cultivar competencias que serán necesarias en la formación posterior y brindan importancia al inicio de aprendizajes que luego impactarán la empleabilidad (responsabilidad, perseverancia, habilidades socioemocionales). Además, al integrar nociones iniciales de alfabetización digital y de ciudadanía responsable en entornos virtuales, se sientan las bases para un manejo crítico y productivo de la tecnología en etapas posteriores. De esta forma, la orientación contribuye a que los niños reconozcan el valor de la disciplina, la cooperación y el aprendizaje continuo como pilares fundamentales de su futura empleabilidad (Vargas & Salas, 2025).

La empleabilidad también se fortalece mediante el desarrollo progresivo de la autoeficacia y la responsabilidad, elementos fundamentales para sostener aprendizajes y enfrentar desafíos crecientes. La autoeficacia, entendida según Bandura (1997) como la creencia en la propia capacidad para ejecutar acciones exitosas, se nutre en la infancia intermedia a través de experiencias escolares que permiten a los niños resolver problemas, asumir pequeñas responsabilidades y reconocer los resultados de su esfuerzo. A medida que consolidan hábitos de estudio y estrategias de organización, comienzan a comprender la importancia del compromiso personal en el logro de metas, lo cual constituye un pilar para su futura adaptabilidad académica y laboral.

El fortalecimiento del pensamiento lógico descrito por Piaget (1962) como una adquisición propia del periodo de operaciones concretas, se refleja en la capacidad para clasificar, analizar información y resolver tareas con mayor autonomía, habilidades que se potencian con el uso guiado de tecnologías educativas. Estas experiencias, acompañadas por entornos que promueven la cooperación y la alfabetización digital básica, permiten que los niños desarrollen una comprensión temprana de cómo su comportamiento, sus hábitos y su forma de relacionarse con los demás influyen en su desempeño y construyen bases sólidas para la empleabilidad futura (Sobrado et al., 2012; Vargas & Salas, 2025).

Resulta clave implementar acciones pedagógicas que permitan vincular los aprendizajes escolares con experiencias concretas del entorno y con nociones iniciales sobre el mundo del trabajo. Los proyectos STEAM orientados a resolver problemas locales, entre ellos el uso responsable del agua, la movilidad segura o el reciclaje, favorecen que los niños y las niñas apliquen pensamiento lógico, creatividad y trabajo en equipo en situaciones reales, conectando así sus habilidades con necesidades comunitarias. De forma complementaria, los talleres sobre “las habilidades que poseo y el mundo del trabajo” ayudan a que identifiquen fortalezas personales, valoren distintas áreas de conocimiento y comprendan la diversidad de contribuciones que realizan las ocupaciones en la sociedad.

Se suman a estas acciones las ferias de oficios con rúbricas participativas, donde pueden presentar pequeñas investigaciones, prototipos o demostraciones digitales y valorar el trabajo de sus pares desde criterios de claridad, colaboración y uso responsable de tecnologías. Finalmente, las actividades de autoconocimiento y ciudadanía digital básica permiten que reconozcan sus intereses, practiquen la comunicación respetuosa en línea y aprendan normas iniciales de seguridad digital, articulando así el desarrollo académico, socioemocional y vocacional en coherencia con los retos contemporáneos de la empleabilidad temprana.

Promover la empleabilidad en la infancia intermedia implica reconocer que los aprendizajes académicos, las experiencias colaborativas y la alfabetización digital temprana conforman un entramado que sostiene la motivación, la autoconfianza y la disposición hacia futuros procesos de exploración vocacional. La orientación vocacional, al articular proyectos

STEAM, espacios de indagación guiada y dinámicas de autoconocimiento, favorece que los niños desarrollen una comprensión temprana de cómo sus habilidades y esfuerzos pueden proyectarse en actividades con sentido social y académico.

En este proceso, las evidencias se convierten en un insumo indispensable para valorar avances: el portafolio de aprendizajes, que reúne sus producciones, reflexiones y hallazgos; la mejora en la autoeficacia académica, observable en la seguridad con la que enfrentan tareas nuevas y la participación en proyectos grupales, que evidencia crecimiento en responsabilidad, comunicación y cooperación. Estas evidencias permiten ajustar las intervenciones, fortalecer la continuidad del aprendizaje y consolidar una base sólida para la empleabilidad futura, en coherencia con los principios de desarrollo integral que guían este capítulo.

Adolescencia (13-18 años)

Durante la adolescencia, la empleabilidad adquiere un carácter formativo y exploratorio, pues las y los jóvenes comienzan a vincular de manera más consciente sus intereses, talentos y aspiraciones con las oportunidades reales del entorno educativo y ocupacional. Esta etapa se caracteriza por el fortalecimiento de la identidad personal y vocacional, proceso que implica explorar, ensayar y revisar posibles trayectorias de estudio y trabajo, influenciado tanto por los pares como por los entornos digitales y familiares. Tal como señalan Porfeli y Lee (2012), la identidad vocacional en la adolescencia constituye un proceso dinámico de búsqueda y revisión de compromisos, en estrecha relación con los cambios sociales y educativos que experimentan los jóvenes. En este contexto, la empleabilidad se expresa como la capacidad de articular intereses con oportunidades, comprender alternativas formativas y reconocer habilidades emergentes, cimentando progresivamente la proyección hacia futuros estudios o trabajos.

Los factores que fortalecen la empleabilidad en este periodo se alinean con la consolidación de la identidad vocacional, la adaptabilidad de carrera y la alfabetización mediática crítica. La identidad vocacional la cual está vinculada a los intereses, valores y primeras experiencias significativas y se configura como un eje que permite orientar la toma de

decisiones académicas y profesionales (Savickas, 2012). A ello, se suma la adaptabilidad de carrera, entendida como el conjunto de recursos psicológicos que preparan a las personas jóvenes para enfrentar incertidumbre y cambio, tales como la preocupación, el control, la curiosidad y la confianza (Savickas & Porfeli, 2012). De manera complementaria, la alfabetización mediática crítica se vuelve indispensable en un entorno atravesado por la sobreinformación y la desinformación, ya que permite evaluar fuentes, contrastar datos y construir una presencia digital segura y responsable (Buckingham, 2019; Livingstone, 2014). En conjunto, estos elementos dotan a la adolescencia de un suelo firme para desarrollar competencias esenciales en su futuro desempeño académico y laboral.

En este escenario, la incidencia de la orientación vocacional se amplía al favorecer procesos integrales de autoconocimiento, exploración del entorno y toma de decisiones fundamentadas. Desde una perspectiva laboral, Murillo (2018) destaca que la empleabilidad implica el desarrollo progresivo de habilidades, actitudes y recursos que permitan a las personas transitar y sostenerse en el mundo del trabajo. Estos pilares (que incluyen la adaptación, el aprendizaje continuo, el manejo de la información y la proactividad) comienzan a cultivarse en la adolescencia mediante experiencias educativas, extracurriculares, de voluntariado o primeras inserciones laborales informales. Por ello, la orientación no solo acompaña la elección de estudios, sino que promueve competencias transversales, digitales y socioemocionales que se articulan con los desafíos contemporáneos de la vida laboral, respondiendo a los cambios del mercado y a las oportunidades de un entorno crecientemente digitalizado.

Asimismo, comprender la empleabilidad desde una visión sistémica, como la plantea Jiménez (2022) implica reconocer que las oportunidades de aprendizaje, inserción y movilidad laboral se construyen en relación con múltiples actores: familia, centros educativos, comunidad, instituciones de formación y sectores productivos. En la adolescencia, esta perspectiva sistémica permite que la orientación articule redes de apoyo, brinde información actualizada y ofrezca experiencias de vinculación temprana con el mundo del trabajo, para favorecer decisiones más conscientes y coherentes con el proyecto de vida. En este sentido, la empleabilidad deja de entenderse únicamente como acceso al empleo futuro y se transforma en la capacidad de gestionar transiciones, fortalecer la autonomía y

construir una trayectoria personal con propósito, equidad y sostenibilidad. Esta mirada integrada permite que la orientación vocacional acompañe a las personas jóvenes en el diseño de vidas significativas en un entorno laboral dinámico, multicultural y tecnológicamente mediado.

En coherencia con estos planteamientos, la adolescencia se convierte en un espacio privilegiado para fortalecer la capacidad de conectar identidad vocacional, pensamiento crítico y adaptabilidad de manera articulada. La identidad vocacional se entiende como una narrativa en construcción que requiere que la juventud aprenda a interpretar la información que consumen en entornos digitales, diferenciando tendencias reales del mercado laboral de mensajes distorsionados o irreales difundidos en redes sociales. Esta competencia analítica resulta esencial en un escenario donde abundan perfiles profesionales idealizados y contenidos algorítmicos que influyen en la autoimagen y en las expectativas educativas (Livingstone, 2014; Buckingham, 2019). A la vez, la adaptabilidad de carrera propuesta por Savickas (2012) permite que los adolescentes desarrollen una postura flexible ante la incertidumbre, integrando recursos como la curiosidad para explorar trayectorias diversas, el control para tomar decisiones autónomas y la confianza para enfrentar desafíos emergentes.

La articulación entre pensamiento crítico, alfabetización mediática y adaptabilidad potencia la capacidad de construir proyectos formativos y laborales coherentes, realistas y sostenibles, que responden a los cambios de un entorno digitalizado y complejo, tal como advierten Murillo (2017) y Jiménez (2022) al subrayar que la empleabilidad contemporánea depende tanto del dominio de habilidades cognitivas como de la lectura crítica del contexto y de la capacidad para gestionar transiciones de forma estratégica.

Para fortalecer estas competencias y traducirlas en prácticas formativas concretas, la orientación vocacional en la adolescencia debe incorporar acciones que acompañen de manera progresiva la toma de decisiones. La elaboración de un plan de transición académica que articule metas, requisitos, alternativas y rutas postsecundarias, permite que cada joven clarifique su proyecto inmediato y desarrolle una visión estratégica de su trayectoria, en coherencia con lo señalado por Murillo (2017) respecto a la necesidad de anticipar y gestionar oportunidades.

Este proceso puede complementarse con talleres de higiene informativa, orientados a verificar fuentes, distinguir sesgos y analizar datos relevantes sobre carreras, becas y mercados laborales para fortalecer las

habilidades de pensamiento crítico descritas por Buckingham (2019) y Livingstone (2014). Asimismo, la simulación de entrevistas y el entrenamiento en comunicación profesional contribuyen a fortalecer la autoconfianza y la adaptabilidad de carrera (Savickas & Porfeli, 2012), mientras que la participación en ferias vocacionales presenciales o virtuales brinda espacios seguros para explorar ocupaciones, interactuar con referentes y contrastar expectativas. Finalmente, el uso de herramientas digitales de autoexploración como inventarios de intereses, análisis de fortalezas o plataformas de tendencias ocupacionales, ofrecen una vía accesible y dinámica para que los adolescentes amplíen su autoconocimiento, desarrollen autonomía y avancen con mayor claridad en el diseño de su proyecto formativo y laboral.

Por consiguiente, la empleabilidad en la adolescencia se consolida cuando los procesos de orientación logran integrar autoconocimiento, análisis crítico del entorno y capacidad de proyectarse con propósito hacia estudios y ocupaciones futuras. Este acompañamiento sustentado en marcos como la adaptabilidad de carrera (Savickas & Porfeli, 2012), la alfabetización mediática crítica (Buckingham, 2019; Livingstone, 2014) y los pilares de empleabilidad planteados por Murillo (2018) permite que las personas jóvenes reconozcan sus recursos, analicen oportunidades y desarrollen una actitud activa frente a las transiciones educativas y laborales.

Las evidencias del proceso, tales como el plan personal de carrera con metas SMART, la elaboración del currículum u hoja de vida y la construcción de un perfil digital profesional, reflejan el avance en términos de claridad vocacional, autoeficacia y capacidad para interactuar de manera responsable con el mundo académico y laboral. Estas producciones, además de documentar el progreso individual, permiten valorar la coherencia entre los intereses, habilidades y oportunidades identificadas, consolidando así una base sólida para la toma de decisiones informada y la construcción de trayectorias con sentido, equidad y sostenibilidad.

Juventud (19-29 años)

Durante la juventud, la empleabilidad se convierte en un proceso altamente activo y visible, donde las personas jóvenes movilizan sus aprendizajes previos para insertarse en un mercado laboral dinámico y competitivo. Este periodo marca el tránsito entre la formación académica

y la construcción efectiva de una trayectoria ocupacional, etapa en la que convergen expectativas, metas y primeras experiencias laborales formales o informales. Tal como indican Guichard (2016) y Savickas (2012), la construcción de carrera en esta etapa implica integrar la identidad personal con oportunidades reales del entorno, reconociendo que las trayectorias son cada vez más flexibles, discontinuas y personalizadas. En consecuencia, la empleabilidad requiere articular recursos internos (autoconocimiento, motivación, propósito) con condiciones externas del mercado, lo cual da sentido al acompañamiento profesional en orientación vocacional para fortalecer competencias, reducir incertidumbre y favorecer decisiones informadas.

Los factores que fortalecen la empleabilidad en la juventud están estrechamente vinculados con la adaptabilidad de carrera, el dominio de competencias digitales avanzadas, la autoeficacia y la gestión del aprendizaje autónomo. La adaptabilidad, definida por Savickas et al. (2012) como la capacidad para anticipar, planificar y responder a cambios laborales, se convierte en un recurso clave ante mercados volátiles e inciertos. A ello, se suma la autoeficacia (Bandura, 1997), que influye directamente en la capacidad de enfrentar desafíos, perseverar y tomar decisiones laborales ajustadas a los propios recursos. De acuerdo con la OECD (2019), las competencias digitales (comunicación en entornos virtuales, análisis de datos, búsqueda avanzada de información, manejo de plataformas profesionales) constituyen un requisito para acceder a empleos de calidad. Asimismo, el aprendizaje autónomo y la participación en comunidades de práctica permiten actualizar habilidades y sostener trayectorias de crecimiento continuo en escenarios emergentes.

El rol de la orientación vocacional en esta etapa es fundamental para articular educación, trabajo y comunidad, y facilitando la vinculación entre aspiraciones personales y demandas del mercado laboral. A partir de este enfoque, la orientación facilita la construcción de itinerarios formativos, el diseño de estrategias de búsqueda de empleo y el fortalecimiento de competencias transversales como la resiliencia, el pensamiento crítico y la comunicación intercultural (Suárez et al 2020). De manera complementaria, la disciplina debe integrar políticas y programas de empleabilidad juvenil (formación dual, pasantías, procesos de certificación, microcredenciales, emprendimiento) y vincularlos con el perfil, intereses

y contexto del joven (OECD, 2024). Este enfoque permite promover una inserción laboral más equitativa, acompañada y sostenible, que apoye la construcción de proyectos vitales coherentes con los valores y metas de cada persona.

Desde la perspectiva latinoamericana, la empleabilidad requiere ser entendida como una construcción multidimensional que articula factores personales, sociales, institucionales y territoriales. Murillo (2018) señala que la empleabilidad se sustenta en seis pilares: autoconocimiento, formación, búsqueda activa, redes, habilidades socioemocionales y adaptación al cambio, los cuales deben fortalecerse progresivamente durante la juventud para favorecer trayectorias laborales sólidas y con propósito. Esta visión complementa lo propuesto por Jiménez (2017), quien resalta que la orientación laboral aporta al bienestar individual y organizacional al desarrollar capacidades que permiten la inserción, permanencia y movilidad en el trabajo. En coherencia con estas perspectivas, el proceso de orientación en la juventud debe ser integral y articulado y considerar tanto los recursos individuales como las oportunidades y restricciones del contexto.

Comprender la empleabilidad desde una visión sistémica, como plantea Jiménez (2022), implica reconocer que las oportunidades laborales no dependen únicamente de las capacidades personales, sino de la interacción entre actores, instituciones y políticas. En este sentido, la orientación vocacional en la juventud debe promover redes de apoyo, alianzas con sectores productivos, articulación con universidades y gobiernos locales y el acceso equitativo a información actualizada sobre tendencias laborales y ocupaciones emergentes. Esta mirada sistémica permite acompañar a las personas jóvenes en el diseño de trayectorias profesionales más resilientes, flexibles y sostenibles, asegurando que la empleabilidad no sea una responsabilidad individual aislada, sino un proceso compartido que integra derechos, oportunidades y participación social. De este modo, la orientación vocacional contribuye a que la juventud pueda proyectarse al mundo laboral con autonomía, confianza y propósito para construir carreras que respondan a sus aspiraciones y al bien común.

En esta etapa, la inserción laboral adquiere un carácter formativo, ya que las personas jóvenes comienzan a transformar sus aspiraciones

vocacionales en experiencias concretas mediante prácticas profesionales, pasantías, proyectos de emprendimiento o trabajos iniciales que les permiten validar intereses, fortalecer competencias y definir con mayor claridad sus proyectos ocupacionales. La búsqueda de certificaciones y microcredenciales (que constituyen rutas rápidas y específicas para adquirir habilidades demandadas por el mercado) se convierte en una estrategia clave para ampliar oportunidades en contextos altamente competitivos y digitalizados, tal como señala la OECD (2019) al destacar su valor para la empleabilidad emergente.

Del mismo modo, la movilidad académica y laboral que incluya intercambios internacionales hasta experiencias en sectores diversos, favorecen la ampliación de referentes profesionales y el fortalecimiento de la resiliencia, entendida como la capacidad de sostenerse y reorientarse frente a desafíos y cambios inevitables del entorno laboral (Savickas & Porfeli, 2012). En coherencia con lo planteado por Murillo (2017) sobre la importancia de articular formación, redes y adaptación, estas experiencias tempranas permiten que las personas jóvenes construyan trayectorias más sólidas, flexibles y alineadas con sus valores, integrando aprendizajes que servirán como base para decisiones futuras más conscientes y estratégicas.

Para fortalecer la empleabilidad en la juventud, la orientación vocacional puede implementar una ruta diagnóstica que permita identificar intereses, brechas de competencias y oportunidades formativas, integrando microcredenciales estratégicas, experiencias laborales tempranas y acciones de networking que amplíen el capital social del estudiantado. A partir de este diagnóstico, las entrevistas simuladas y los espacios de retroalimentación profesional se convierten en herramientas esenciales para preparar a las personas jóvenes para procesos de selección cada vez más digitales y competitivos. De igual forma, la construcción de un portafolio profesional que incluya productos académicos, certificaciones, proyectos personales y la creación de un perfil en plataformas como LinkedIn que favorecen la visibilidad y coherencia de la identidad profesional emergente, en línea con lo planteado por los autores con respecto al fortalecimiento progresivo de las competencias para la búsqueda activa de empleo.

Asimismo, la orientación debe integrar procesos sistemáticos de información y acompañamiento sobre becas, oportunidades de estudio,

emprendimiento y ofertas laborales, apoyando la toma de decisiones mediante herramientas comparativas y criterios de pertinencia. Estas acciones ofrecen un andamiaje que facilita la inserción laboral inicial, promoviendo la autonomía, la preparación técnica y la capacidad de gestionar procesos de búsqueda de empleo de manera estratégica y sostenible.

En síntesis, la empleabilidad en la juventud supone un proceso de consolidación vital en el que la persona comienza a construir, de manera intencional y estratégica, sus primeras trayectorias profesionales. Lo trabajado en esta sección evidencia que la inserción laboral no depende únicamente de aprobar cursos o acumular experiencias, sino de integrar aprendizajes, fortalecer competencias transversales y proyectarse con propósito en un mercado laboral dinámico. Desde la orientación, este acompañamiento permite articular intereses, metas y oportunidades mediante herramientas como la ruta diagnóstica, la formación certificada, la vinculación con sectores productivos y el desarrollo de un portafolio profesional que dé coherencia a la identidad ocupacional emergente. Tal como sostienen Murillo (2017) y Jiménez (2022), la empleabilidad debe comprenderse como una construcción sistémica que integra dimensiones personales, comunitarias e institucionales, lo cual implica que cada joven requiera apoyos diferenciados para transitar con autonomía, resiliencia y sentido hacia su primer espacio laboral. De esta manera, la juventud se convierte en un periodo clave para definir proyectos ocupacionales sostenibles, ampliar redes de apoyo y consolidar competencias que permitan navegar con flexibilidad y ética los desafíos del mundo del trabajo contemporáneo.

Adultez (30-59 años)

En la adultez, la empleabilidad se convierte en un proceso estratégico y continuo, donde las personas deben articular su experiencia acumulada con las exigencias de un mercado laboral altamente dinámico. Este periodo exige integrar aprendizajes, replantear metas y gestionar transiciones derivadas de la automatización, la digitalización y los cambios organizacionales. En este marco, la orientación vocacional en la adultez no solo potencia la empleabilidad individual, sino que también contribuye a

la construcción de trayectorias sostenibles y coherentes con las demandas sociales y económicas actuales (Mata, S. 2018; OECD, 2019). Ello implica fortalecer capacidades como la resiliencia, la toma de decisiones informada y el análisis del entorno laboral, lo que permite que las personas adultas se adapten a transformaciones estructurales sin perder de vista su propósito y bienestar. Así, las transiciones profesionales dejan de entenderse como crisis o interrupciones, para convertirse en oportunidades de reinención, crecimiento y actualización permanente.

Comprender la empleabilidad en esta etapa requiere reconocer que no se limita a la posesión de conocimientos técnicos, sino que incluye la capacidad de adaptarse a transformaciones sociales, económicas y tecnológicas. La UNESCO (2022) subraya que el aprendizaje permanente constituye tanto un derecho como una necesidad para que las personas adultas enfrenten cambios, desarrollen resiliencia y fortalezcan su participación laboral. En esta línea, los seis pilares de la empleabilidad identificados por Murillo (2018) brindan un marco esencial para orientar procesos de actualización, reconversión o especialización. De manera complementaria, en el contexto costarricense, la Oficina de Transferencia de Conocimiento del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (2020) destaca que la empleabilidad depende de la articulación entre competencias, oportunidades y condiciones del entorno productivo, enfatizando la importancia de fortalecer capacidades digitales y habilidades transversales para enfrentar las transformaciones del empleo. Esta visión integrada permite comprender la empleabilidad adulta como una construcción compleja que requiere acompañamiento profesional, políticas de apoyo y oportunidades de formación continua.

En esta etapa, es necesario reconocer y entender los factores asociados a la empleabilidad: aprendizaje permanente, actualización tecnológica y el desarrollo de competencias digitales, competencias técnicas y transversales y la conciliación entre vida personal y laboral, descritos en la Tabla 3. La articulación de estos factores, acompañada por la orientación vocacional y laboral, resulta fundamental para diseñar trayectorias de vida flexibles, inclusivas y coherentes con los retos actuales del mundo del trabajo.

Tabla 3
Factores asociados a la empleabilidad

<p>Aprendizaje permanente: capacidad y disposición de las personas para actualizar conocimientos y competencias a lo largo de la vida, adaptándose a cambios tecnológicos, productivos y sociales.</p>	<p>Organizaciones y autores: La UNESCO (2022) lo vincula directamente con la sostenibilidad de la empleabilidad, señalando que el aprendizaje permanente permite enfrentar transiciones laborales y fortalecer la resiliencia. La OECD (2023) lo relaciona con la digitalización y la transición verde como factores críticos para el futuro del trabajo. La International Labour Organization- OIT (2019) afirma que la <i>empleabilidad depende del aprendizaje permanente</i>, entendido como la capacidad de actualizarse continuamente ante los cambios tecnológicos y del mercado laboral. Además, señala que este aprendizaje es un <i>derecho</i> y un requisito clave para transiciones laborales exitosas y para políticas nacionales que fortalezcan la formación continua. El Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica - MTSS (2023) sostiene que la empleabilidad sostenible requiere aprendizaje a lo largo de la vida, especialmente para jóvenes, personas desempleadas y procesos de reconversión laboral. Además, enfatiza la formación continua y actualización digital como ejes para mejorar la inserción ante los cambios tecnológicos. El INA (2022) plantea que la empleabilidad mejora mediante formación continua, flexible y actualizada, que responda a las demandas cambiantes del mercado laboral. Además, impulsa rutas de <i>reskilling</i>, <i>upskilling</i> y certificación de competencias para fortalecer la inserción y reconversión profesional de las personas adultas. Murillo (2017) trabaja conceptos como desarrollo de carrera como proceso continuo, reformulación constante de proyectos de vida y formación, adquisición progresiva de competencias. Jiménez (2022) incluye temas como actualización constante, formación continua, adquisición evolutiva de competencias.</p>
---	---

Actualización tecnológica y competencias digitales:

Conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que permiten a la persona desenvolverse en entornos digitalizados, aprovechando las TIC de manera ética, crítica y productiva.

Organizaciones y autores:

La UNESCO (2022) afirma que las competencias digitales son parte del derecho al aprendizaje permanente y fundamentales para la ciudadanía del siglo XXI. Además, sostiene que la actualización tecnológica fortalece la empleabilidad y promueve la inclusión social. La OECD (2023) subraya que estas competencias son esenciales para la empleabilidad en la era digital. La OIT señala que la actualización tecnológica y las competencias digitales son esenciales para la empleabilidad en un mercado laboral automatizado y cambiante. Además, indica que deben integrarse en la formación continua y la reconversión laboral como parte del trabajo decente. El MTSS (2023) afirma que la actualización tecnológica y el fortalecimiento de competencias digitales son claves para mejorar la empleabilidad y reducir el desempleo estructural en Costa Rica. Además, impulsa programas que desarrollan habilidades digitales básicas y avanzadas para jóvenes y personas adultas. El INA (2020) destaca que la empleabilidad requiere formación digital continua en herramientas tecnológicas, automatización y software especializado. Además, enfatiza la necesidad de reskilling y upskilling para que las personas se adapten a los cambios del sector productivo. Ferrari (2013) desarrolla el marco europeo DIGCOMP, actualizado en Carretero et al., (2017), donde se definen dimensiones de la competencia digital (información, comunicación, creación de contenido, seguridad y resolución de problemas). Jiménez (2017) incorpora la idea de que la empleabilidad depende de la capacidad de la persona para actualizarse frente a los cambios del entorno, especialmente, aquellos derivados de transformaciones tecnológicas, nuevas demandas del mercado laboral y la innovación y digitalización. Así como competencias digitales: competencias tecnológicas, adaptabilidad a entornos digitales y ajuste a transformaciones estructurales del trabajo.

Competencias técnicas y transversales:

Las competencias técnicas se vinculan con conocimientos específicos de cada profesión, las transversales incluyen habilidades blandas que facilitan la adaptación a distintos entornos (liderazgo, comunicación, gestión del tiempo, trabajo colaborativo).

Organizaciones y autores:

La OIT (2018) señala que la empleabilidad requiere una combinación equilibrada de *competencias técnicas y competencias transversales* para adaptarse a mercados laborales cambiantes. Además, destaca que las habilidades socioemocionales son esenciales para la inserción, movilidad y sostenibilidad del empleo.

La UNESCO (2015) afirma que las competencias transversales son esenciales para la empleabilidad, la participación social y el desarrollo integral. También promueve habilidades para la vida como comunicación, adaptabilidad y colaboración.

La OCDE (2017) sostiene que Costa Rica debe fortalecer tanto las competencias técnicas vinculadas al sector productivo como las habilidades socioemocionales. Resalta que las empresas valoran especialmente comunicación, trabajo en equipo, responsabilidad y resolución de problemas.

El MTSS (2023) indica que en Costa Rica las brechas de empleabilidad provienen de la falta de competencias técnicas actualizadas y del déficit de habilidades socioemocionales. Sus políticas muestran que las empresas demandan comunicación, pensamiento crítico y resolución de problemas.

El INA (2022) integra competencias técnicas y transversales en su oferta formativa y recalca que ambas son necesarias para la empleabilidad.

Además, señala que las habilidades blandas fortalecen la inserción y permanencia laboral de las personas.

Hirschi (2018) vincula las competencias transversales con la adaptabilidad de carrera, clave para gestionar transiciones.

Suárez et al., (2020) sostienen que la educación debe fortalecer la competencia digital y transversal para reducir brechas de acceso laboral.

Murillo (2017) distingue entre competencias técnicas, vinculadas con el dominio profesional y la formación específica y competencias transversales, que abarcan habilidades socioemocionales, comunicativas y de autogestión esenciales para sostener la empleabilidad.

que abarcan habilidades socioemocionales, comunicativas y de autogestión esenciales para sostener la empleabilidad. Ambas dimensiones se integran en sus seis pilares como requisitos complementarios para insertarse y mantenerse en el mercado laboral.

Jiménez (2022) reconoce que la empleabilidad se sustenta en competencias técnicas propias de cada profesión y en competencias transversales (como comunicación, adaptación y trabajo en equipo) esenciales para la inserción y permanencia laboral. Ambos enfoques articulan estas competencias como factores clave dentro del desarrollo profesional a lo largo de la trayectoria laboral.

Conciliación entre vida personal y laboral:

Se entiende como la capacidad de las personas para equilibrar las demandas del ámbito laboral con las responsabilidades familiares, sociales y personales, garantizando bienestar, productividad y desarrollo integral. Este equilibrio es cada vez más relevante en un contexto de jornadas intensivas, teletrabajo y conectividad permanente.

Organizaciones y autores:

La OIT (2019) sostiene que la conciliación vida-trabajo es esencial para la empleabilidad, pues mejora el bienestar y la permanencia en los empleos. Promueve medidas como flexibilidad horaria, teletrabajo y corresponsabilidad familiar para fortalecer el trabajo decente.

El MTSS (2023) destaca que la conciliación vida-trabajo es clave en las Políticas de Empleo para aumentar la participación laboral, especialmente femenina. Impulsa teletrabajo, horarios flexibles y apoyos a personas cuidadoras para mejorar inserción y estabilidad laboral.

El INA (2022) integra la conciliación en las competencias transversales, señalando que la gestión del tiempo y el autocuidado favorecen el desempeño y la empleabilidad. Advierte que el agotamiento reduce la capacidad de aprendizaje y limita la inserción laboral.

La UNESCO vincula la conciliación con el bienestar integral, afirmando que el equilibrio personal mejora la capacidad de aprender, adaptarse y mantenerse empleable. Promueve habilidades de manejo del estrés y gestión del tiempo como parte del desarrollo profesional.

La OCDE (2021) enfatiza que la conciliación vida-trabajo es un indicador clave de calidad de vida y bienestar en las políticas de empleo y desarrollo social, señala que Costa Rica debe fortalecer políticas de corresponsabilidad y servicios de cuidado para aumentar la participación laboral.

Allen et al., (2014) señalan que la conciliación es esencial para reducir el estrés laboral, mejorar la satisfacción vital y favorecer la permanencia en el empleo.

Eurofound & International Labour Office (2017) destacan que las políticas de conciliación y flexibilidad laboral incrementan la productividad y favorecen la igualdad de género.

Murillo (2017) incorpora la conciliación vida personal-laboral al destacar el bienestar, la gestión del tiempo y el autocuidado como elementos necesarios para sostener la empleabilidad.

Para él, trabajar y mantener la vida personal en equilibrio es parte de una trayectoria laboral sostenible.

Jiménez Ulate (2022) señala la vida personal-laboral desde una visión sistémica que reconoce la interacción entre los ámbitos familiar, laboral y personal. Para él, la empleabilidad debe ser compatible con el bienestar y el proyecto de vida de cada persona.

Fuente: Elaboración propia.

Desde una visión más amplia, comprender la empleabilidad en la adultez exige reconocer su naturaleza multidimensional y sistémica. Esto implica que las oportunidades de inserción, movilidad y sostenibilidad laboral no dependen únicamente de los esfuerzos personales, sino de la interacción entre individuos, organizaciones, instituciones educativas, políticas públicas y dinámicas territoriales. Jiménez señala que la orientación laboral aporta al bienestar de las personas trabajadoras y al desarrollo organizacional, mientras que su planteamiento posterior sobre una visión sistémica de la empleabilidad enfatiza la interacción entre múltiples actores para garantizar procesos equitativos y sostenibles (2022). En la adultez, esta perspectiva se vuelve especialmente relevante, debido a que muchas personas requieren reconversión, acompañamiento para reinsertarse en sectores emergentes, o apoyo para sostener sus empleos en entornos tecnificados. El papel de la orientación consiste en articular estos niveles, brindar información oportuna, fortalecer redes y facilitar decisiones que consideren tanto los recursos internos como las condiciones estructurales de cada contexto.

En este escenario, la orientación vocacional y laboral desempeña un rol esencial al acompañar la actualización tecnológica, el desarrollo de competencias transversales y la búsqueda de bienestar personal y ocupacional. Esto incluye apoyar procesos de reskilling y upskilling, orientar en el uso estratégico de plataformas digitales de formación, promover habilidades socioemocionales para enfrentar cambios y facilitar estrategias para lograr un balance saludable entre vida personal y trabajo. Asimismo, la orientación debe integrar criterios de empleabilidad sostenible, vinculando los proyectos individuales con oportunidades reales del entorno productivo y promoviendo decisiones éticas, informadas y socialmente responsables. Al articular recursos internos, posibilidades de formación y condiciones del contexto, la adultez se convierte en un periodo de consolidación, renovación y proyección laboral, donde las personas pueden fortalecer su autonomía, sostener su participación en el mundo del trabajo y construir trayectorias coherentes con sus valores y propósitos vitales.

En esta fase del ciclo vital, la empleabilidad adquiere también un carácter estratégico orientado a la consolidación, evolución o reorientación de las trayectorias laborales, lo cual exige que las personas

adultas mantengan un proceso continuo de aprendizaje permanente y actualización profesional. Desde esta perspectiva, fortalecer competencias técnicas y transversales incluyendo el liderazgo colaborativo, resolución de problemas, comunicación efectiva y adaptabilidad, se convierte en un requisito para gestionar ascensos, transiciones laterales, rotación interna o cambios ocupacionales hacia sectores emergentes. El reskilling y el upskilling, necesarios para responder a la digitalización y a los nuevos modelos productivos, se articulan con la capacidad de interpretar tendencias, reconvertir habilidades y sostener un desempeño laboral alineado con las demandas del entorno.

Tanto la OIT como la OECD reconocen que las personas adultas deben integrar procesos de reconversión profesional como parte de su proyecto de vida, mientras que la UNESCO subraya que el aprendizaje permanente es un derecho indispensable para enfrentar estas transformaciones. De manera complementaria, Murillo (2017) destaca que la actualización debe articularse con el autoconocimiento y la proactividad, pilares que sostienen decisiones coherentes ante cambios estructurales. Asimismo, la visión sistémica de la empleabilidad planteada por Jiménez (2022) y las políticas del MTSS–CR enfatizan que mantenerse empleable implica una corresponsabilidad entre individuos, instituciones formadoras, organizaciones y políticas públicas. Bajo este enfoque, la adultez se convierte en una etapa clave para alinear propósitos personales con oportunidades reales del mercado laboral, promoviendo bienestar, sostenibilidad y desarrollo profesional a lo largo del tiempo.

A nivel operativo, el acompañamiento orientador en la adultez requiere implementar acciones que permitan a las personas analizar sus trayectorias y proyectar transiciones laborales informadas. Un primer eje consiste en la realización de un inventario de competencias, donde se integren logros, experiencias significativas, fortalezas y áreas de mejora, insumo que facilita construir un itinerario formativo flexible alineado con metas profesionales y con las demandas reales del sector productivo. Paralelamente, la asesoría narrativa para transiciones permite resignificar experiencias previas que incluyen cambios de puesto, despidos, ascensos o reconversiones, con las cuales se fortalece la identidad profesional y se clarifica el rumbo de la trayectoria laboral.

Del mismo modo, talleres enfocados al bienestar y la productividad pueden contribuir a la integración de prácticas de autocuidado, manejo del tiempo, establecimiento de límites y estrategias esenciales para sostener la empleabilidad [empleabilidad] en entornos altamente demandantes. Por otra parte, la creación de un portafolio de logros y un plan de reconversión laboral permite consolidar evidencias profesionales, identificar brechas de formación y diseñar rutas de reskilling o upskilling que faciliten la movilidad o el reposicionamiento ocupacional. Estas acciones integradas apoyan la toma de decisiones con propósito y fortalecen la capacidad de adaptación en escenarios laborales cambiantes.

Por consiguiente, el rol de la persona profesional en Orientación se amplía hacia un acompañamiento estratégico que articula actualización, bienestar y toma de decisiones informada. Para ello, resulta fundamental promover la participación en cursos en línea, MOOC y programas de actualización, asesorando la selección de capacitaciones alineadas con las tendencias del mercado y guiando la construcción de un plan personal de aprendizaje continuo que permita sostener la empleabilidad en escenarios cambiantes. Asimismo, la orientación debe capacitar en el uso de herramientas digitales aplicadas al trabajo, acompañar la creación de currículos digitales y portafolios en línea e impulsar una alfabetización digital crítica que favorezca el uso ético de datos, la ciberseguridad y la participación responsable en redes profesionales.

También adquiere relevancia facilitar talleres de comunicación asertiva, liderazgo colaborativo y resolución de conflictos, así como diseñar estrategias de autoevaluación que ayuden a identificar fortalezas, brechas y competencias transferibles hacia nuevos sectores o funciones. A ello, se suman acciones orientadas a mejorar la gestión del tiempo, la organización de prioridades y el equilibrio vida-trabajo, promoviendo prácticas de autocuidado, desconexión digital y hábitos saludables. Finalmente, la orientación puede sensibilizar a empresas y organizaciones mediante talleres sobre políticas inclusivas que favorezcan la conciliación y la equidad, que contribuyan con entornos laborales más sostenibles y coherentes con las necesidades de las personas adultas.

En síntesis, la empleabilidad en la adultez se consolida como un proceso dinámico que requiere integrar actualización constante, bienestar

integral y toma de decisiones sostenibles. La orientación vocacional se convierte en un acompañamiento estratégico que ayuda a las personas a reinterpretar sus trayectorias, fortalecer recursos y proyectarse con propósito en escenarios laborales cambiantes. En este marco, las evidencias de avance, tales como nuevas certificaciones obtenidas, cambios o ascensos registrados en la ocupación y los resultados de encuestas de satisfacción y equilibrio vida-trabajo, permiten valorar el impacto de los procesos de orientación y la efectividad de las estrategias implementadas. Estos indicadores no solo reflejan crecimiento profesional, sino también una mayor claridad para gestionar transiciones, asumir desafíos y construir trayectorias laborales coherentes con los valores personales y las demandas contemporáneas. De este modo, la adultez se configura como una etapa de consolidación, renovación y proyección, donde la empleabilidad se entiende como una construcción continua que articula aprendizaje, bienestar y sostenibilidad a lo largo de la vida.

Adultez mayor (60+ años)

En esta etapa, la empleabilidad adquiere un significado profundamente vinculado con el propósito, la continuidad vital y el bienestar integral, más que con la permanencia en el empleo formal. La experiencia acumulada constituye un capital valioso que puede proyectarse hacia actividades con impacto comunitario, mentorías, voluntariado o emprendimientos de pequeña escala, que les permiten continuar aportando y mantenerse social y cognitivamente activos. Desde una mirada del desarrollo de carrera a lo largo de la vida, esta etapa reafirma que la empleabilidad no desaparece con el retiro, sino que se transforma en oportunidades de participación, aprendizaje y contribución significativa. Tal como plantean Murillo (2017), la empleabilidad debe entenderse como una construcción continua que se sostiene mediante el autoconocimiento, la adaptación y la participación social, dimensiones que cobran especial relevancia en la vejez. En este sentido, la orientación vocacional se convierte en un acompañamiento esencial para que las personas mayores identifiquen formas de resignificar sus trayectorias y mantener una conexión activa con su comunidad.

Los factores que potencian la empleabilidad se enmarcan en el envejecimiento activo, la participación social y la inclusión digital significativa. La perspectiva de la OMS (2015) destaca que la salud, la seguridad y la participación constituyen pilares esenciales para una vejez digna, mientras que la UNESCO (2015) subraya la necesidad de garantizar alfabetización digital para evitar exclusión y favorecer la autonomía. A nivel comunitario, el Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor (CONAPAN) ha señalado reiteradamente la importancia de fortalecer redes de apoyo y entornos accesibles que permitan a las personas mayores mantenerse integradas en su territorio. De forma paralela, organismos internacionales como la OIT y la OECD han enfatizado que la participación social en personas mayores contribuye con la cohesión comunitaria, con el bienestar emocional y con el sostenimiento de habilidades cognitivas. Estos factores, articulados desde un enfoque sistémico, consolidan un modelo de empleabilidad ampliada que reconoce a la persona adulta mayor como un agente capaz de aprender, aportar y liderar iniciativas con sentido.

En este escenario, el rol de la orientación vocacional adquiere un carácter estratégico al facilitar procesos que promuevan la autonomía, la inclusión social y la continuidad del proyecto de vida. La orientación puede acompañar la creación de itinerarios personales de participación, apoyar la identificación de intereses significativos para esta etapa y fomentar la exploración de actividades que fortalezcan la autovaloración y el sentido de utilidad. Desde la visión sistémica planteada por Jiménez (2022), la empleabilidad en la adultez mayor no depende solo de la persona, sino de la articulación entre familias, instituciones, comunidades, organizaciones públicas y políticas sociales de protección. Este enfoque permite comprender la importancia de integrar redes intergeneracionales, programas comunitarios y oportunidades digitales accesibles, garantizando que cada persona pueda decidir cómo quiere mantenerse activa, vinculada y con propósito en la última etapa del ciclo vital.

De esta manera, se consolida una comprensión ampliada de la empleabilidad en la vejez, centrada en la calidad de vida, la autonomía y la participación. La orientación vocacional, desde los aportes de Murillo (2017), enfatiza el desarrollo de habilidades socioemocionales, la construcción de redes y la capacidad de adaptación, elementos que siguen siendo

pertinentes en esta etapa para enfrentar transiciones, fortalecer vínculos y sostener el bienestar. Alineado con los principios de envejecimiento activo, este enfoque reconoce que las personas mayores poseen saberes, trayectorias y valores que pueden transformarse en aportes significativos para su comunidad. En esta etapa de la vida, proyectarse laboral o socialmente con propósito no implica volver al empleo formal, sino encontrar formas de participación que refuercen la dignidad, la identidad y el vínculo social, tal como recomiendan la OIT y las políticas nacionales impulsadas por CONAPAN para promover una vejez plena e integrada.

En coherencia con esta visión integral, la empleabilidad en la adultez mayor también se sustenta en la capacidad de sostener la continuidad vital, entendida como la posibilidad de mantener actividades y roles significativos que conecten la historia personal con nuevas formas de participación. La orientación vocacional puede potenciar esta continuidad mediante procesos que impulsen la inclusión digital significativa, permitiendo que las personas mayores utilicen herramientas tecnológicas no solo para resolver trámites o comunicarse, sino también para documentar aprendizajes, participar en espacios culturales y acceder a oportunidades formativas acordes con sus intereses. De manera complementaria, la mentoría intergeneracional se convierte en un recurso sumamente valioso: al compartir conocimientos con personas jóvenes, las personas mayores fortalecen su identidad, sentido de propósito y percepción de autoeficacia, dinamizando vínculos comunitarios y reduciendo la brecha generacional, tal como señalan enfoques sistémicos de empleabilidad (Jiménez, 2022).

Esta articulación confirma que la adultez mayor no es una fase de retiro pasivo, sino un periodo donde la intervención de la orientación profesional puede facilitar formas diversas y significativas de participación social y aprendizaje continuo, alineadas con las recomendaciones de la UNESCO (2015), la OIT (2015) y las políticas nacionales promovidas por CONAPAN (2011).

Por ello, para favorecer una participación significativa en esta etapa, la orientación vocacional puede impulsar la elaboración de un plan de retiro con propósito, donde cada persona identifique actividades coherentes con su historia de vida, como el voluntariado, la mentoría o incluso pequeños emprendimientos tardíos que fortalezcan su autonomía

y sentido de contribución. Asimismo, resulta fundamental ofrecer talleres prácticos que permitan a las personas mayores desenvolverse con seguridad en plataformas digitales vinculadas a servicios de salud, trámites institucionales, gestiones financieras y medios de comunicación virtual para reducir barreras de acceso y fortalecer su independencia. A ello, se suman los programas intergeneracionales, en los que personas jóvenes acompañan el aprendizaje tecnológico de las personas mayores, fomentando vínculos solidarios, intercambio de saberes y una alfabetización digital más accesible.

Lo anterior conlleva a destacar la necesidad de que la persona profesional en Orientación cuente con competencias sólidas para acompañar de manera pertinente a la población adulta mayor, articulando procesos que inicien con un diagnóstico de empleabilidad que considere el contexto, las brechas y los activos personales, apoyándose en datos locales para una atención más precisa. A partir de ello, se vuelve fundamental el diseño de itinerarios personalizados, como planes de transición por etapa, acciones formativas mediante microcredenciales y oportunidades de prácticas o pasantías adaptadas a esta población.

Este acompañamiento debe integrarse con una mediación socioemocional que fortalezca la autoeficacia, la resiliencia y la construcción de un proyecto de vida con propósito, al tiempo que se desarrollan habilidades de empleabilidad digital relacionadas con la elaboración de currículos, portafolios, perfiles profesionales y estrategias básicas de entrevistas y networking. Asimismo, la orientación debe facilitar gestiones de intermediación y alianzas entre escuela, universidad, empresa, municipio y programas públicos que expandan las oportunidades de participación y aprendizaje continuo. Finalmente, la práctica profesional requiere incorporar procesos de evaluación e impacto, con indicadores de proceso, resultado y equidad que permitan dar seguimiento y demostrar avances concretos, evidenciados en la autonomía digital alcanzada, la participación sostenida en redes comunitarias y la percepción de bienestar subjetivo de las personas acompañadas.

Estas acciones, articuladas desde la orientación vocacional, no solo facilitan la adaptación a los entornos contemporáneos, sino que amplían las posibilidades de participación social y el ejercicio pleno de derechos en

la adultez mayor. Se reafirma que en la adultez mayor la empleabilidad se resignifica en términos de envejecimiento activo, autonomía e inclusión social. En todas las etapas, la orientación vocacional tiene el reto de promover trayectorias sostenibles, inclusivas y coherentes con las demandas sociales, laborales y tecnológicas del siglo XXI.

Reflexiones generarles Emplea-T

Finalmente, Se evidencia que el análisis de la empleabilidad a lo largo del ciclo vital demuestra que cada etapa requiere un acompañamiento diferenciado desde la orientación vocacional. En la infancia y adolescencia, se siembran las bases mediante creatividad, motivación y construcción de identidad. En la juventud y adultez, se consolidan competencias técnicas, transversales y digitales, fundamentales para enfrentar los retos del mercado laboral. El capítulo Emplea-T reafirma el papel estratégico de la orientación vocacional como puente entre la educación, el trabajo y el bienestar humano. La empleabilidad se concibe como capacidad de aprender, adaptarse y contribuir con propósito a lo largo de toda la vida. La evidencia se expresa en trayectorias reales, competencias desarrolladas y vidas que encuentran sentido en su aporte social. De esta forma, la orientación vocacional adquiere un papel clave al promover procesos de acompañamiento que favorezcan el desarrollo de competencias para la gestión de la propia trayectoria formativa y laboral. Desde una perspectiva a lo largo de la vida, la orientación no se limita a apoyar la toma de decisiones puntuales, sino que contribuye a fortalecer la capacidad de las personas para comprender los cambios del entorno, identificar oportunidades y construir proyectos de vida coherentes con sus intereses, habilidades y contextos. De esta manera, la orientación vocacional se posiciona como un proceso continuo que articula educación, trabajo y desarrollo humano, facilitando que las personas transiten por las distintas etapas del ciclo vital con mayores recursos para aprender, adaptarse y participar activamente en la sociedad.

Consideraciones finales

La orientación vocacional, entendida como un proceso humano, social y formativo que acompaña a las personas a lo largo de su vida, exige hoy una renovación profunda que responda a los desafíos y posibilidades del siglo XXI. Esta obra busca aportar a ese propósito mediante un recorrido que integra la teoría, la práctica, la innovación y el sentido ético del quehacer orientador, articulando una visión contemporánea de la disciplina basada en el desarrollo integral, la justicia social y el compromiso con las transformaciones educativas y laborales.

A lo largo de los capítulos, se ha enfatizado en que la orientación vocacional es un campo en constante transformación, capaz de evolucionar en respuesta a los cambios sociales, tecnológicos, culturales y económicos que configuran la vida contemporánea. En cada apartado se evidencia que orientar requiere mucho más que acompañar decisiones: exige comprender el desarrollo humano en su integralidad, reconocer las trayectorias como procesos abiertos y dinámicos y situar la práctica profesional dentro de sistemas complejos donde convergen instituciones, comunidades, familias y territorios. La orientación se consolida como un espacio donde las personas elaboran sentido, proyectan posibilidades y construyen futuros posibles desde su singularidad y desde la responsabilidad colectiva.

Este libro enfatiza que el ejercicio profesional requiere una actualización permanente. En el capítulo de *Revoluciona - T*, se especifica ampliamente que la disciplina ya no se sostiene únicamente en paradigmas tradicionales, sino que integra perspectivas narrativas, sistémicas, críticas, digitales

y socioemocionales que expanden la manera de comprender la carrera y el proyecto de vida. La evolución histórica de la orientación demuestra que los paradigmas se complementan del ajuste persona-entorno al diseño de vida, de las pruebas psicométricas a los relatos vocacionales, del acompañamiento individual a la acción comunitaria. Esta convergencia invita a las personas profesionales a ejercer con mayor profundidad, rigor teórico y sensibilidad humana, entendiendo que cada intervención es también un acto ético que puede abrir oportunidades o perpetuar desigualdades.

Asimismo, se confirma que la orientación vocacional es, ante todo, una unidad medular para trabajar la inclusión, la equidad y la justicia social. Vincula-T recuerda que las trayectorias no dependen solo de intereses personales, sino de las condiciones del entorno, las políticas, las brechas territoriales, la accesibilidad y los marcos culturales que influyen en cada etapa de vida. De ahí que la práctica profesional requiera integrar diagnósticos contextuales, lectura crítica de sistemas y la capacidad de articular redes (instituciones educativas, empresas, programas públicos, comunidades y familias) para ampliar las oportunidades reales de estudio, aprendizaje y empleo. Orientar hoy es también transformar contextos.

Innova-T reafirma que la tecnología no sustituye la orientación, sino que la potencia cuando se utiliza con ética, propósito y visión pedagógica. Las herramientas digitales, la inteligencia artificial, los entornos virtuales, los portafolios profesionales y las micro credenciales se posicionan como recursos que abren nuevas rutas de aprendizaje y empleabilidad. Sin embargo, este capítulo hace evidente que el verdadero valor está en la mediación profesional: en cómo se guía a las personas para que estas tecnologías les permitan comprenderse, proyectarse y participar con autonomía en un mundo digitalizado. La innovación no está en la herramienta, sino en la capacidad de la profesión para integrar tecnología con sensibilidad humana.

Finalmente, Emplea-T reafirma que la empleabilidad debe entenderse como un proceso humano, evolutivo y con propósito. No es solo conseguir un empleo, sino cultivar capacidades para aprender, adaptarse, decidir, colaborar y contribuir en cada etapa del ciclo vital. Las evidencias recogidas (portafolios, certificaciones, logros, proyectos, satisfacción vital, participación comunitaria) muestran que la orientación vocacional

acompaña mucho más que trayectorias laborales, acompaña trayectorias de vida. En la niñez, abre puertas a la curiosidad; en la adolescencia, fortalece identidad; en la juventud, facilita transiciones; en la adultez, impulsa reconversión y bienestar y en la adultez mayor resignifica el propósito, la participación y la continuidad vital.

“Orientación Vocacional: reflexiones y acción transformadora” constituye, ante todo, una invitación a acompañar trayectorias de vida, no solo decisiones; a promover la construcción de proyectos significativos en diálogo con los entornos sociales, culturales y tecnológicos; y a reconocer que orientar es un proceso permanente que posibilita a cada persona imaginar, diseñar y sostener futuros posibles, conscientes y con sentido. Se espera que esta obra se convierta en una herramienta para quienes ejercen la orientación en Costa Rica y América Latina, fortaleciendo una disciplina que evoluciona, se adapta y se renueva al ritmo de las transformaciones humanas y sociales del presente.

La orientación vocacional, cuando se ejerce con conocimiento, ética y sensibilidad social, se convierte en un puente: un puente entre donde estamos y donde podemos llegar; entre lo que somos hoy y lo que podemos llegar a ser.

Referencias

- Allen, T. D., Cho, E., & Meier, L. L. (2014). Work–family boundary dynamics. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1, 99–121. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091330>
- Álvarez-González, B., González-Fernández, A., & Suárez-Ortega, M. (2022). Educación para la vida: Desafíos de la orientación en tiempos de cambio. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 33(1), 45–60. <https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/32835>
- Arnett, J. 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. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Arthur, M. B., & Rousseau, D. M. (Eds.). (1996). *The boundaryless career: A new employment principle for a new organizational era*. Oxford University Press.
- Atchley, R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29(2), 183–190. <https://doi.org/10.1093/geront/29.2.183>
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Bauman, Z. (2007). *Vida líquida*. Paidós. <https://www.planetadelibros.cl/libro-vida-liquida/349458>

- Bisquerra, R. (2009). Educación emocional y competencias básicas para la vida. ICE–Universitat de Barcelona/Horsori.
- Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working: A new perspective for career development, counseling, and public policy*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Boulton-Lewis, G. M. (2010). Education and learning for the elderly: Why, how, what. *Educational Gerontology*, 36(3), 213–228. <https://doi.org/10.1080/03601270903182877>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bruner, J. (1983). *Child's talk: Learning to use language*. Norton.
- Buckingham, D. (2019). *The media education manifesto*. Polity Press.
- Buckingham, M., & Goodall, A. (2019). *Nine lies about work: A free-thinking leader's guide to the real world*. Harvard Business Review Press.
- Carretero, S., Vuorikari, R., & Punie, Y. (2017). The digital competence framework for citizens (DIGCOMP 2.1): The European framework for digital competence. Publications Office of the European Union.
- Carstensen, L. L. (2006). The influence of a sense of time on human development. *Science*, 312(5782), 1913–1915. <https://doi.org/10.1126/science.1127488>
- Chacón, O. (2003). *Diseño, aplicación y evaluación de una propuesta de orientación vocacional para la Educación Media, Diversificada y Profesional venezolano*. Programa de Doctorado: Innovación y Sistema Educativo. Universitat Rovira i Virgili. <http://hdl.handle.net/10803/8907>
- Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2011). *Política Nacional de Envejecimiento y Vejez 2011–2021*. CONAPAM. <https://www.conapam.go.cr>
- Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor. (2022). *Política nacional de envejecimiento y vejez 2022-2032*. CONAPAM. <https://conapam.go.cr>

- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40(3), 137–143. <https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2>
- Echeverría, B., & Martínez, P. (2018). Revolución 4.0, competencias, educación y orientación. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 12(2), 4–34. <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v12n2/a02v12n2.pdf>
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society* (Rev. ed.). W. W. Norton & Company.
- Eurofound & International Labour Office. (2017). *Working anytime, anywhere: The effects on the world of work*. Publications Office of the European Union, and International Labour Office.
- Ferrari, A. (2013). *DIGCOMP: A framework for developing and understanding digital competence in Europe*. European Commission, Joint Research Centre.
- Formosa, M. (2014). Four decades of universities of the third age: Past, present, future. *Ageing & Society*, 34(1), 42–66. <https://doi.org/10.1017/S0144686X12001113>
- García Sánchez, M., Reyes Añorve, J., & Godínez Alarcón, G. (2017). ICT in higher education, innovations and challenges. *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 6(12), 1–18.
- García, A., Pérez, L., & López, R. (2017). *Tecnologías aplicadas a la educación y orientación*. Editorial Académica.
- Ginzberg, E., Ginsburg, S. W., Axelrad, S., & Herma, J. L. (1951). *Occupational choice: An approach to a general theory*. Columbia University Press.
- González, M., & Guillén, J. (2019). Desarrollo de competencias para la empleabilidad en contextos cambiantes. *Revista Iberoamericana de Educación*, 79(2), 123–141. <https://rieoei.org/RIE/article/view/3706>
- Gottfredson, L. S. (1981). Circumscription and compromise: A developmental theory of occupational aspirations. *Journal of Counseling Psychology*, 28(6), 545–579. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.28.6.545>

- Guichard, J. (2002). Problemáticas y finalidades de la Orientación Profesional. *Revista CEDEFOP*, 26, 5–20.
- Guichard, J. (2016). From vocational guidance and career counseling to life design dialogues. En L. Nota & J. Rossier (Eds.), *Handbook of life design* (pp. 83–102). Hogrefe Publishing. <https://www.researchgate.net/publication/292265657>
- Guilford, J. P. (1950). Creativity. *American Psychologist*, 5(9), 444–454. <https://doi.org/10.1037/h0063487>
- Hall, D. T. (2004). The protean career: A quarter-century journey. *Journal of Vocational Behavior*, 65(1), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2003.10.006>
- Heckhausen, J., Wrosch, C., & Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review*, 117(1), 32–60. <https://doi.org/10.1037/a0017668>
- Hirschi, A. (2018). Career adaptability and career identity development in adolescence and adulthood. *Journal of Vocational Behavior*, 104, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2017.10.004>
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3rd ed.). Psychological Assessment Resources.
- Hymes, D. (1972). Models of the interaction of language and social life. In J. Gumperz & D. Hymes (Eds.), *Directions in sociolinguistics: The ethnography of communication* (pp. 35–71). Holt, Rinehart and Winston.
- Illeris, K. (2009). *Contemporary theories of learning: Learning theorists in their own words*. Routledge.
- Instituto Nacional de Aprendizaje. (2022). *Política Institucional de Formación Profesional 2022–2032*. INA. <https://www.ina.ac.cr>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2023). *Indicadores demográficos y proyecciones de población*. INEC.
- Jiménez Ulate, J. (2017). *Empleabilidad y desarrollo profesional en contextos cambiantes*. Editorial UCR.
- Jiménez Ulate, J. (2022). *Competencias profesionales y empleabilidad en la era digital*. EUNED.

- Kashdan, T. B., & Silvia, P. J. (2009). Curiosity and interest: The benefits of thriving on novelty and challenge. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (2nd ed., pp. 367–374). Oxford University Press.
- Knowles, M. (1980). *The modern practice of adult education: From pedagogy to andragogy*. Cambridge Books.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45(1), 79–122. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027>
- Livingstone, S. (2014). Developing social media literacy: How children learn to interpret risky opportunities on social network sites. *Communications*, 39(3), 283–303. <https://doi.org/10.1515/commun-2014-0113>
- Loewenstein, G. (1994). The psychology of curiosity: A review and reinterpretation. *Psychological Bulletin*, 116(1), 75–98. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.1.75>
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558. <https://doi.org/10.1037/h0023281>
- Mata, F. (2018). Innovación tecnológica y orientación educativa. *Revista Latinoamericana de Orientación*, 39(2), 45–61.
- Mata Segreda, A. (2018). Cómo educar jóvenes eficazmente vocacionalmente: El aporte de la orientación vocacional. Universidad de Costa Rica. <http://repositorio.inie.ucr.ac.cr/handle/123456789/477>
- McIlveen, P. (2015). A social constructionist approach to career counseling. En P. J. Hartung, M. L. Savickas, & W. B. Walsh (Eds.), *APA handbook of career intervention: Vol. 2. Applications* (pp. 249–262). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14439-012>
- Mieskes, H. (1970). Geragogik – Pädagogik des Alters und des alten Menschen. *Pädagogische Rundschau*, 89–101
- Ministerio de Educación Pública. (2017). *Acciones de orientación vocacional en centros educativos*. San José, Costa Rica. https://www.mep.go.cr/sites/default/files/2025-04/AccionesOrientacionVocacionalCentrosEducativos.pdf?utm_source=chatgpt.com

- Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. (2023). Política Nacional de Empleo 2023–2032. Gobierno de Costa Rica. <https://www.mtss.go.cr/empleo/>
- Molinero Bárcenas, M. D. C., & Chávez Morales, U. (2019). Herramientas tecnológicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje en estudiantes de educación superior. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(19), e005. <https://doi.org/10.23913/ride.v10i19.494>
- Molinero, O., Serrano, A., & Ruiz, D. (2019). Recursos digitales en orientación vocacional: un enfoque práctico. *Revista de Orientación Educativa*, 67(3), 12–28.
- Muñoz-Reyes, M., & Trilla, J. (2021). Orientar en escenarios complejos: Una mirada desde la inclusión y la justicia social. *Revista de Estudios de Juventud*, 125, 59–72. https://www.injuve.es/sites/default/files/2021/51/publicaciones/rej_125.pdf
- Murillo Aguilar, O. (2017). Orientación vocacional contemporánea: Perspectivas para el desarrollo de carrera. EUNED.
- Murillo, O. (2018). Los seis pilares de la empleabilidad. San José, Costa Rica.
- Navarro-Bulgarelli, M. (2021). La teoría de construcción de carrera y diseño de vida, las críticas que se le hacen y su posible aplicación para la orientación vocacional de grupos en América Latina, complementándola con la pedagogía crítica de Freire. *Revista Costarricense de Orientación*, 1(1), 1–17. <https://www.rco.cpocr.org/index.php/rco/article/view/17>
- Organización Internacional del Trabajo (2015). Ageing societies: The benefits, and challenges, of longer lives. International Labour Organization. https://www.ilo.org/global/research/publications/WCMS_412953
- Organización Internacional del Trabajo (2018). The importance of soft skills for employability: Skills for Employment Policy Brief. International Labour Organization. https://www.ilo.org/skills/pubs/WCMS_650814

- Organización Internacional del Trabajo (2019). Work for a brighter future: Global Commission on the Future of Work. International Labour Organization. https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_662410/lang--en/index.htm
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2019). OECD employment outlook 2019: The future of work. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/19991266>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (2020). Skills for Jobs Database: Matching skills and labour market needs. <https://www.oecd.org/skills/skills-for-jobs-database.htm>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2021). OECD Better Life Index: Work-life balance. OECD Publishing. <https://www.oecdbetterlifeindex.org/topics/work-life-balance>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2023). Skills outlook 2023: Skills for a resilient green and digital transition. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/5f71d4cf-en>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2024). Career guidance in a digital world. OECD Policy Brief. <https://doi.org/10.1787/2e35aaf2-en>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). World report on ageing and health. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Developmental stages of childhood. World Health Organization. <https://www.who.int>
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). La salud de los adolescentes y jóvenes en la Región de las Américas. OPS. <https://www.paho.org>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2017). Desarrollo humano (13.^a ed.). McGraw-Hill Education
- Parsons, F. (1909). Choosing a vocation. Houghton Mifflin.
- Patton, W., & McMahan, M. (2014). Career development and systems theory: Connecting theory and practice (3rd ed.). Sense Publishers.
- Piaget, J. (1962). Play, dreams and imitation in childhood. Norton.
- Piaget, J. (1969). The psychology of the child. Basic Books.
- Piaget, J. (1997). The moral judgment of the child. Free Press.

- Porfeli, E. J., & Lee, B. (2012). Career development during childhood and adolescence. *New Directions for Youth Development*, 2012(134), 11–22. <https://doi.org/10.1002/yd.20011>
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Rogoff, B. (2003). *The cultural nature of human development*. Oxford University Press.
- Rojas, C. (2020). *La cuarta revolución industrial y sus implicaciones educativas*. Editorial Académica Española.
- Rudolph, C. W., Lavigne, K. N., & Zacher, H. (2017). Career adaptability: A meta-analysis of relationships with measures of adaptivity, adapting responses, and adaptation results. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 17–34. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.09.002>
- Santrock, JW (2011). *Desarrollo a lo largo de la vida* (13.^a edición). Nueva York: McGraw-Hill Education.
- Savickas, M. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13–19. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x>
- Savickas, M. (2012b). Constructing Careers: Actors, Agents, and Authors. *The Counseling Psychologist*, 40(1), 149–157. <https://doi.org/10.1177/0011000012468339>
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. En S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed., pp. 147–183). Wiley. <https://www.researchgate.net/publication/238352276>
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Savickas, M. L., Van Esbroeck, R., & Herr, E. L. (2005). *International handbook of career guidance*. Springer.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315. <https://doi.org/10.1002/job.248>

- Sobrado Fernández, L. M., Ceinos Sanz, C., & García Murias, R. (2012). Utilización de las TIC en orientación profesional: Experiencias innovadoras. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 9(23), 2–10.
- Sobrado, L., Fernández, M., & Castro, J. (2012). Orientación y tecnología: nuevos retos para el aprendizaje y la intervención. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 23(3), 211–225.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. En D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development* (2nd ed., pp. 197–261). Jossey-Bass.
- Suárez-Ortega, M., Álvarez-González, B., & González-Fernández, A. (2022). Empleabilidad y aprendizaje permanente en contextos cambiantes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 33(1), 45–60. <https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/32835>
- Suárez-Álvarez, J., & García, C. (2020). Digital competence in secondary education: A systematic review. *Education and Information Technologies*, 25(4), 3301–3319. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10172-9>
- Tomasello, M. (2003). *Constructing a language: A usage-based theory of language acquisition*. Harvard University Press.
- Tomasello, M., Carpenter, M., Call, J., Behne, T., & Moll, H. (2012). Understanding and sharing intentions: The origins of cultural cognition. *Behavioral and Brain Sciences*, 28(5), 675–691. <https://doi.org/10.1017/S0140525X05000129>
- Torrance, E. P. (1974). *Torrance tests of creative thinking: Norms-technical manual*. Personnel Press.
- UNESCO. (2015). *Rethinking education: Towards a global common good?* UNESCO Publishing. <https://doi.org/10.54675/MDZL5552>
- UNESCO. (2015). *Transversal competencies in education policy and practice (Phase I): Regional synthesis report*. UNESCO Bangkok Office. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231907>
- UNESCO. (2016). *Education 2030: Incheon declaration and framework for action for the implementation of Sustainable Development Goal 4*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656>

- UNESCO. (2017). A guide for ensuring inclusion and equity in education. UNESCO Publishing. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000248254>
- UNESCO. (2022). Global report on adult learning and education: Transforming education for sustainable futures. UNESCO Publishing.
- United Nations. (2015). Transforming our world: The 2030 agenda for sustainable development. United Nations. <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Van der Heijde, C. M., & Van der Heijden, B. I. J. M. (2006). A competence-based and multidimensional operationalization and measurement of employability. *Human Resource Management*, 45(3), 449–476. <https://doi.org/10.1002/hrm.20119>
- Vargas, E., & Salas, K. (2025). Propuesta de estrategias de intervención: UNA oportunidad, perspectivas vocacionales. Universidad Nacional de Costa Rica.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- World Health Organization. (2015). World report on ageing and health. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>
- Young, R. A., Valach, L., & Collin, A. (2002). Action theory and career counseling. En D. Brown (Ed.), *Career choice and development* (4.^a ed., pp. 206–239). Jossey-Bass.

Sobre las autoras



Kattia Salas-Pérez

Máster en Pedagogía con énfasis en Diversidad en los Procesos Educativos. Bachiller y Licenciada en Ciencias de la Educación con Énfasis en Orientación de la UNA. Posee más de 28 años de experiencia en el ámbito universitario. Se ha desempeñado como Profesional de Vida Estudiantil en el Departamento de Orientación y Psicología desarrollando proyectos en las áreas de orientación vocacional, atracción estudiantil y estrategias de apoyo académico. Es Asesora Académica en la Vicerrectoría de Docencia de la UNA, coordinadora de la Unidad de Éxito Académico. Es académica e investigadora de la División de Educación para el Trabajo. Ha participado como conferencista internacional y ponente en congresos nacionales e internacionales. Entre sus publicaciones destacan: coautora del libro “Propuesta de estrategias de intervención: UNA oportunidad, perspectivas vocacionales” (2025); autora de artículos en revistas nacionales e internacionales.



Evelyn Yirlana Vargas-Hernández

Doctora en Educación (UCAT). Máster en Administración de Instituciones de Educación Superior (TEC-Monterrey, México). Máster en Psicopedagogía (U la Salle). Licenciada en Administración Educativa (UNA), Bachiller y Licenciada en Orientación (UNA). Entre su experiencia profesional se destaca:

Orientadora en el Ministerio de Educación Pública, Directora del Colegio Humanístico Costarricense, Asistente de Dirección del SINAES y académica e investigadora de la División de Educación para el Trabajo de la UNA, integrante de la Comisión de Práctica Profesional, académica de la Maestría en Gestión Educativa con Énfasis en Liderazgo. Ponente en diversos congresos nacionales e internacionales. Coautora del libro “Propuesta de estrategias de intervención: UNA oportunidad, perspectivas vocacionales” (2025); y autora de diversos artículos en revistas nacionales e internacionales.

Este libro nace de la convicción profunda de que la orientación vocacional es más que un servicio: es un compromiso ético con las personas y con la sociedad. A lo largo de sus capítulos, se revela cómo la disciplina ha evolucionado para responder a los desafíos del siglo XXI y cómo, desde la niñez hasta la adultez mayor, la orientación acompaña trayectorias que no son lineales, sino vivas, diversas y en constante transformación.

Esta obra ofrece un marco teórico y práctico que inspira a repensar la orientación desde la acción, la reflexión y la transformación. Con una mirada humanista y contextual, en la cual se invita a profesionales, docentes y estudiantes a construir prácticas de orientación más inclusivas, tecnológicamente actualizadas y socialmente comprometidas, capaces de fortalecer proyectos de vida sostenibles y significativos.

