

Comprender y acompañar a los y las jóvenes en sus procesos de transición vital

¹LÓPEZ JIMÉNEZ, PACO; ²CUSSÓ-PARCERISAS,
IRENE; ²RIERA I ROMANÍ, JORDI

¹ Grupo de investigación Innovación y Análisis Social (GIAS),
de la Universidad Ramon Llull.

² Grupo de investigación Pedagogía, Sociedad e Innovación,
con el apoyo de las Tecnologías de la Información y la
Comunicación (PSITIC), de la Universidad Ramon Llull.

Autoría

Paco López Jiménez
Irene Cussó-Parcerisas
Jordi Riera i Romaní



Comprender y acompañar a los y las jóvenes en sus procesos de transición vital
por Paco López Jiménez, Irene Cussó-Parcerisas y Jordi Riera i Romaní tiene licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 International License.

1. Transitar en un mundo en tránsito

Según la Real Academia Española, la juventud es el “período de la vida humana que precede inmediatamente a la madurez”¹. Tradicionalmente, la juventud era una etapa relativamente breve marcada por transiciones claras relacionadas con la inserción laboral, la autonomía económica, el emparejamiento y la emancipación. Sin embargo, debido al alargamiento de la escolarización obligatoria, los cambios en el mercado de trabajo, las transformaciones de las estructuras familiares, el incremento del individualismo y el retraso en la emancipación, esta etapa vital se ha extendido considerablemente. Hoy en día, los institutos de estadística acotan la población joven entre los 15 y los 29 años, llegando en algunos casos hasta los 34 años².

Desde el punto de vista de la psicología del ciclo vital, hablamos de dos etapas con retos diferenciados: la adolescencia y la juventud. En general, usaremos la acepción más sociológica, englobando ambas en el concepto de juventud, aunque en algunos casos matizaremos refiriéndonos de manera específica a la adolescencia. La juventud de hoy, en el rango de 15 a 29 años, engloba a las personas nacidas a partir de 1995, la generación Z, y a los y las adolescentes nacidos a partir de 2010, la llamada generación Alfa (MacCridle, 2014).

Según Bauman y Leoncini (2018), son “nativos líquidos y digitales”, personas socializadas en la era de la globalización y en pleno desarrollo de la cuarta revolución industrial, tecnológica y digital. Viven hiperconectadas y en la cultura de la inmediatez, se comunican, se relacionan y comparten contenido a través de las redes sociales. Esta facilidad para la interacción digital abre un mundo de oportunidades para los llamados *screenagers*. Sin embargo, combinada con la fragilidad propia de la edad o con el escaso acompañamiento de adultos, les puede hacer más vulnerables, especialmente si hablamos de los y las adolescentes Alfa (Castro *et al.*, 2020; Larraña, 2020).

Es un grupo de edad que ha crecido en lo que Beck (1998) denominó “la sociedad del riesgo global”. La pandemia de la COVID-19 ha sido un claro ejemplo de estos riesgos. A algunos les impactó en plena transición entre estudios obligatorios y posobligatorios o en el acceso a las primeras experiencias laborales o prácticas profesionales. A todos les influyó en sus experiencias de ocio, en sus relaciones afectivo-sexuales o en su vida social en general. En definitiva, supuso una prueba inesperada en un momento clave para su desarrollo emocional y para la configuración de su propia identidad. Por otra parte, ha profundizado desigualdades preexistentes, impactando en el rendimiento académico, la salud mental y las relaciones sociales (Giusti *et al.*, 2021).

Los datos nos dicen que, en 2020, vivían en España 10.094.500 jóvenes de entre 15 y 29 años, lo que representa un 20 % del total de la población, situándose como el segundo

¹ <https://dle.rae.es/juventud>

² La *Enquesta a la Joventut de Catalunya* incluye desde 2007 el universo de 15 a 34 años. https://dretssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematics/joventut/observatori_catala_de_la_joventut/enquesta_joventut_Catalunya/antecedents/

país de la Unión Europea con menor proporción de población joven (INJUVE, 2021). Además, se ha producido un aumento en la diversidad de orígenes: en 2022, un 25 % de los y las jóvenes de entre 20 y 34 años eran nacidos en el extranjero. Por otro lado, el grado de emancipación sigue siendo bajo, puesto que, en 2021, un 46 % de los y las jóvenes de 25 a 34 años seguían viviendo con sus progenitores (Boertien, 2024). También es preocupante que un 28 % de los y las jóvenes de entre 15 y 29 años se encuentren en riesgo de pobreza o exclusión social, un porcentaje superior al promedio de la UE-27 (24,5 %). Se trata de un fenómeno que afecta de manera especialmente pronunciada a las personas jóvenes de origen extranjero (Boertien, 2024; Eurostat, 2025).

Si entramos en el análisis de los procesos formativos, un 18,4 % de los y las jóvenes en el curso 2022-2023 no se graduaron en la educación secundaria obligatoria (ESO) (MEFPD, 2024a). Además, el 13,7 % de los y las jóvenes de 18 a 24 años no había completado la segunda etapa de educación secundaria (FP de grado medio, FP de grado básico o bachillerato) y no seguía formación alguna, 4,2 puntos por encima de la media de la UE-27 (9,5 %) (MEFPD, 2024b). Ferro y Abrantes (2024) destacan que quienes logran titulaciones superiores tienen mayores tasas de empleo, subrayando la importancia de garantizar transiciones educativas exitosas para romper con la transmisión intergeneracional de la pobreza.

La finalización de la educación posobligatoria, considerada el umbral mínimo para el éxito educativo, está asociada a un menor riesgo de precariedad laboral y de vulnerabilidad social (Tarabini y Jacovkis, 2023; Zancajo y Bueno, 2024). Sin embargo, España experimenta una creciente polarización en los niveles educativos juveniles, según el informe *Jóvenes, oportunidades y futuros* del Observatorio Social "la Caixa" (Torras Oliveras, 2024). Esta desigualdad afecta especialmente a varones, a jóvenes de hogares con bajo estatus socioeconómico, a jóvenes de origen migrante o pertenecientes a minorías étnicas (Tarabini y Jacovkis, 2023).

En cuanto a la inserción laboral, España se sitúa entre los países de la UE-27 con mayores tasas de desempleo juvenil (de 20 a 29 años), alcanzando casi el 25 % (Boertien, 2024). Según el informe *Panorama de la educación 2024* (MEFPD, 2024c), solo el 10,1 % de las y los jóvenes españoles combina estudios con empleo, muy por debajo de países como Alemania, Noruega o Países Bajos, donde más del 30 % de las personas jóvenes compagina ambas actividades, frecuentemente vinculadas a programas de formación o prácticas remuneradas.

Según el Índice Sintético de Desarrollo Juvenil Comparado (ISDJC, 2023) del Centro Reina Sofía de FAD Juventud (Tudela, 2023), que mide cinco dimensiones clave –educación, empleo, emancipación, vida y TIC–, España alcanza 4,93 puntos en una escala de 10, situándose por debajo de la media de la UE-27 (5,76 puntos). Aunque algunas comunidades autónomas, como el País Vasco, superan la media europea, y otras, como Madrid, Navarra y Cataluña, están por encima de la media nacional, persisten desigualdades. España destaca positivamente en las dimensiones de vida y TIC, y se sitúa en torno a la media europea en educación. Sin embargo, sigue en clara desventaja en empleo y emancipación juvenil, pese a ciertas mejoras en dichos ámbitos.

Todas estas cifras reflejan una realidad juvenil diversa y en constante evolución. Por eso, hablar de las transiciones vitales implica reconocer que estas experiencias, especialmente en algunos momentos de la vida, no son simples pasos a dar. Son procesos com-

plejos que afectan intensamente a su manera de entenderse a sí mismos y de situarse en el mundo. Estas transiciones, aunque pueden diferenciarse por etapas, comparten un carácter dinámico y transversal, porque los cambios personales se entrelazan con las circunstancias sociales y culturales, impactando de manera rotunda en el bienestar y en las trayectorias de sus protagonistas.

Según la propuesta clásica de Erikson (1980), los retos de la adolescencia giran en torno a la propia identidad, mientras que la juventud se centra en la capacidad de establecer vínculos íntimos genuinos. Pero ¿qué ocurre cuando esos retos se afrontan en un mundo marcado por la precariedad, la globalización y una constante exposición digital? ¿Cómo son las transiciones en esos entornos “líquidos”, en esos contextos marcados por la complejidad y la aceleración en los que vivimos hoy?

Como decíamos, las trayectorias lineales propias de otras épocas han sido reemplazadas por caminos llenos de giros inesperados. Las clásicas transiciones normativas (me formo para trabajar, trabajo y me jubilo y, por el camino, busco pareja y creo una familia...) han sido sustituidas por la biografización de las trayectorias. Cada historia es, más que nunca, un mundo. La búsqueda de empleo se retrasa o, cuando se accede, el tener trabajo no siempre es garantía de autonomía ni de bienestar socioeconómico. La emancipación del hogar familiar se complica por la precariedad laboral y por las dificultades en el acceso a la vivienda. Las familias, las identidades y las relaciones afectivas se viven de maneras muy diversas. Las redes sociales, aunque nos mantienen más conectados que nunca, no siempre proporcionan vínculos significativos. Estas realidades generan lo que algunos autores han denominado “transiciones fallidas” o, también, “transiciones tipo yo-yo” (Du Bois-Reymond y López Blasco, 2004), situaciones en las que los y las jóvenes quedan atrapados en itinerarios –a veces bucles de ida y vuelta– que les desconciertan o que limitan sus oportunidades.

Para los adultos, acompañar estas transiciones significa algo más que ofrecer recursos. O, en cualquier caso, esos recursos solamente serán acogidos por las personas jóvenes si conectan con las incertidumbres, las torpezas y los descosques que viven en esos momentos de tránsito. Por ejemplo, una persona joven que abandona un ciclo formativo no necesita únicamente orientación laboral; necesita reconstruir su confianza y redefinir su relación con el aprendizaje. Una adolescente que se siente sola en su grupo de iguales no busca solo compañía, sino un espacio donde sentirse aceptada y valorada.

La clave está en mirar más allá de los síntomas visibles, como el abandono escolar o el aislamiento social, y centrarse en los procesos que subyacen. ¿Qué red de apoyo rodea a este joven? ¿Cómo está influyendo su contexto social o familiar? Adoptar una perspectiva ecológica-sistémica (Bronfenbrenner, 1992) ayuda a entender que las transiciones no son solo procesos individuales; son experiencias profundamente marcadas por las relaciones interpersonales y por el territorio físico y emocional en el que se desarrollan. Para los profesionales que trabajamos con adolescentes y jóvenes (también para las madres y padres), comprender estas transiciones es fundamental. No se trata solo de abordar la expresión de sus malestares o de estar a su lado también en los logros. Se trata de entender bien los procesos que están viviendo para ayudarles a construir itinerarios llenos de sentido.

2. Principales transiciones vitales que afrontan las personas jóvenes

Dice Tolstói, en el inicio de *Anna Karénina*, que “todas las familias felices se parecen, pero las infelices lo son cada una a su manera”. Si hablamos de las transiciones vitales de las personas jóvenes, por lo que sabemos, también las jóvenes “felices” tienen itinerarios personales únicos. No obstante, con mayores o menores dosis de bienestar, las transiciones vitales no son infinitas. Podemos describir, al menos a grandes rasgos, cuáles son los retos transicionales que, hoy y aquí, afrontan los y las jóvenes:

- **El tránsito hacia la identidad definida**

Como decíamos, en la adolescencia, las personas afrontamos la búsqueda de respuestas a preguntas inquietantes: ¿quién soy? ¿Qué quiero hacer con mi vida? Este proceso, marcado por la comparación con otros y por las expectativas externas, se complica en un mundo donde la exposición en redes sociales incrementa la presión y puede distorsionar enormemente lo que significa que a uno le vaya bien en la vida. Todo ello intensifica las inseguridades y puede generar tensiones internas y momentos de desconcierto. Para muchas personas, esta búsqueda incluye también la exploración de su identidad sexual, un aspecto que puede ser especialmente complicado en contextos que alimentan los prejuicios ante la diversidad humana. Construir una identidad clara es un desafío que exige reflexión, valentía y un entorno que favorezca la exploración sin miedo a los tropiezos. Es una tarea siempre inacabada, pero que se vive con mayor intensidad en la adolescencia y que hay que afinar en la juventud.

- **La construcción de relaciones de calidad o el camino hacia la intimidad genuina**

Las relaciones personales, que comienzan siendo lógicamente dependientes durante la infancia, evolucionan hacia vínculos más autónomos y significativos en la adolescencia y juventud. Estas etapas están marcadas por la búsqueda de amistades intensas y por los primeros acercamientos a relaciones románticas, que más tarde pueden consolidarse en vínculos más profundos.

La intimidad, entendida como la capacidad de querer y ser querido, de construir relaciones genuinas basadas en el respeto mutuo y la confianza, es un asunto central en esta etapa. Sin embargo, el camino hacia la intimidad no está exento de contratiempos. Los y las jóvenes afrontan conflictos relacionales, rupturas y, en ocasiones, una soledad emocional que puede ser abrumadora. En un mundo hiperconectado, la paradoja de tener muchos contactos pero pocos vínculos verdaderos subraya la importancia de desarrollar habilidades para crear relaciones saludables y de calidad.

- **La definición de un proyecto vital que pasa por la escuela y el trabajo**

El paso del sistema educativo al mercado laboral es, para muchas personas jóvenes, una de las transiciones más complejas y decisivas. Este proceso no solo afecta a la independencia económica, sino que se entrelaza con la construcción de la identidad y la definición del proyecto vital. En entornos tan cambiantes, puede que la elección de una carrera, una profesión o un oficio no determine tan rotundamente la vida como en otras épocas, pero sigue siendo un espejo importante en el que contrastar valores, aspiraciones y expectativas familiares y sociales. Para algunos jóvenes, el trabajo es la mejor expresión de quiénes son y de cómo quieren contribuir al mundo, mientras que para otros se convierte en una fuente de dudas y tensiones.

Esta transición también está vinculada a las relaciones personales y al sentido de pertenencia. Los escenarios formativos y laborales no son solo espacios de desarrollo profesional, sino también contextos donde los y las jóvenes construyen redes de apoyo, establecen amistades y experimentan dinámicas de poder y colaboración. Las primeras experiencias laborales, en particular, pueden influir significativamente en su autoconcepto y en la forma en que interactúan con los demás. Un entorno laboral que fomente la colaboración y el reconocimiento puede fortalecer su autoestima, mientras que un ambiente hostil o precarizado puede erosionarla, alimentando su inseguridad y su aislamiento.

- **El reto de la emancipación y la vida autónoma**

La emancipación es uno de los momentos más esperados y, a la vez, más espinosos para las personas jóvenes. Este paso no solo implica cuestiones prácticas como encontrar una vivienda o gestionar un presupuesto, sino que también está profundamente ligado a la construcción de la identidad y a la capacidad de establecer vínculos sólidos en nuevos contextos. La independencia no es solo un cambio material, sino un acto simbólico de autodefinición, donde los y las jóvenes comienzan a explorar quiénes son fuera del núcleo familiar.

Para muchos jóvenes, la emancipación está acompañada de sentimientos encontrados. En palabras de un joven: “Cuando tienes tu primer empleo y guardas la primera nómina, porque quieres recordar con alegría la primera vez que recibiste un sueldo, y te das cuenta de que la independencia de casa de tus padres no está tan lejos como crees, en el fondo te atemoriza que llegue” (López *et al.*, 2024, p. 203). Este relato muestra cómo acercarse a la vida autónoma comporta orgullo por los logros alcanzados y, a la vez, ansiedad ante las responsabilidades que conlleva.

Además, este proceso implica también un reajuste de las relaciones. La autonomía supone no solo aprender a convivir con otros, como compañeros de piso o parejas, sino también gestionar los cambios

respecto a los progenitores. La transición hacia la independencia no implica el abandono de los vínculos familiares, sino su reconfiguración en nuevas dinámicas de apoyo y respeto mutuo.

- **La intersección con otras situaciones complejas de la vida**

Además de las transiciones propias de cada etapa, todas las personas afrontamos situaciones críticas que pueden irrumpir en cualquier momento de nuestra vida, generando cruces complejos entre el desarrollo personal, las relaciones humanas y el contexto en que se producen. Estas situaciones, con orígenes diversos, no solo afectan a la vida cotidiana de los y las jóvenes, sino que también condicionan cómo hacen frente a las transiciones características de su momento vital.

Procesos migratorios: cambiar de país o cultura supone una ruptura significativa que obliga a las personas jóvenes a reconstruir su sentido de pertenencia y a adaptarse a un nuevo entorno. Este proceso implica superar barreras lingüísticas y culturales, pero también redefinir sus expectativas y proyectos personales en un contexto desconocido. En muchos casos, la migración es tanto un desafío práctico como una experiencia de transformación que exige resiliencia y apertura al cambio.

Pérdidas y duelos: la muerte de un ser querido, una ruptura sentimental o cambios relevantes en las relaciones sociales generan procesos de duelo que los y las jóvenes deben afrontar. Estas experiencias pueden activar sentimientos de soledad o vulnerabilidad y ponen de relieve la importancia de contar con redes de apoyo, con personas que los escuchen y les ofrezcan herramientas para transitar por los momentos de malestar y dolor.

Cambios relacionados con la diversidad funcional o la salud: las enfermedades crónicas, las situaciones de discapacidad o los problemas de salud prolongados comportan la necesidad de realizar ajustes en los proyectos vitales de las personas jóvenes. Más allá de las implicaciones físicas, estas experiencias pueden requerir el desarrollo de estrategias para alcanzar metas bajo diferentes condiciones, fomentando la creatividad y la búsqueda de apoyos que permitan superar barreras estructurales y sociales.

Eventos socioeconómicos y desastres globales: situaciones críticas como la pandemia, los conflictos bélicos, las catástrofes ambientales o las crisis económicas generan un clima de incertidumbre que impacta directamente en las trayectorias juveniles. Estas situaciones amplifican las barreras para acceder a la educación, el empleo y la vivienda, y afectan tanto a las oportunidades a corto plazo como a la capacidad de los y las jóvenes para proyectarse hacia el futuro.

Estas experiencias, aunque diversas, comparten una característica central: obligan a las personas jóvenes a replantear sus planes, a reconstruir su confianza y a redefinir sus

relaciones con el mundo que les rodea. Entender la intersección entre todos estos procesos de cambio y ajuste es clave para ofrecer un acompañamiento que no solo aborde las necesidades visibles, sino también las vivencias más profundas y silenciosas que marcan el desarrollo de los y las jóvenes y la capacidad de dar sentido a sus vidas.

3. Criterios de actuación para acompañar a las personas jóvenes

Los y las jóvenes, especialmente aquellos cuyas vidas están atravesadas por la desigualdad de oportunidades, necesitan caminar al lado de “personas adultas sensatas”, capaces de equilibrar tropiezos, logros y aprendizajes. El objetivo no es dirigir sus pasos, sino, como decíamos, facilitar espacios de relación en los que puedan construir proyectos vitales llenos de sentido. A continuación, presentamos algunos criterios, nacidos de la ciencia y de la experiencia, que pueden guiar esta tarea. Es un decálogo inacabado que invitamos a ir enriqueciendo a partir de la propia práctica reflexionada.

1. La construcción de relaciones basadas en la confianza mutua

El vínculo educativo es el motor del cambio. Dedicar tiempo a conocer a las personas jóvenes, mostrando un interés genuino por sus inquietudes y necesidades, sin acelerar nuestra intervención, ayuda a generar un espacio seguro donde puedan compartir sus miedos y aspiraciones. Nuestra presencia en los espacios informales de relación es clave para ello.

2. La identificación de metas realistas y llenas de sentido

Es esencial trabajar junto a ellos y ellas para que descubran qué quieren hacer con su vida, ayudándoles a conectar con sus valores y motivaciones. No hay que elegir por ellos. Necesitan conversaciones que les permitan sentirse protagonistas de su propio camino, ajustando los pasos según sus capacidades y circunstancias.

3. El contraste con referentes inspiradores, sin olvidar que es su propia vida la que tienen que vivir

Los y las jóvenes necesitan espejos donde mirarse. Conocer historias de personas que han superado dificultades similares puede ser revelador. Identificar figuras de referencia en su entorno ayuda enormemente. Pero, sobre todo, conviene que seamos buenos narradores de la historia más importante, la suya, porque eso les servirá para ver su propia vida como una vida que merece la pena ser vivida.

4. El manejo de los recursos del territorio

Acompañar también implica actuar como puente hacia oportunidades que no generamos directamente nosotros. Esto incluye orientar sobre programas de formación, ayudas económicas, recursos comunitarios o actividades culturales que puedan ampliar su capital social y fortalecer su autonomía. Esto formará parte de su aprendizaje de la ciudadanía y

del desarrollo de su sentido de pertenencia a un territorio físico y humano concreto. En un contexto en el que el acceso a muchos de estos recursos está mediado por la tecnología, conviene no dar por supuesto que todos los y las jóvenes tienen las mismas posibilidades de acceso a dispositivos y conectividad. La reducción de la brecha digital se ha convertido, también, en un objetivo de la intervención socioeducativa con jóvenes.

5. El equilibrio entre el apoyo y los retos

Ante los discursos simples sobre las personas jóvenes y sus dificultades (son malas, están enfermas, son unas pobres víctimas de una sociedad complicada...), convienen análisis matizados, que incluyan miradas globales y confianza en sus posibilidades. Por eso hay que huir tanto del abandono como de la sobreprotección. Plantear retos alcanzables mientras se brinda apoyo refuerza la confianza de los y las jóvenes en sus propias capacidades. Este equilibrio fomenta la resiliencia y les ayuda a comprender que afrontar las dificultades (sin renunciar a denunciar las causas estructurales que las generan) forma parte de su aprendizaje vital.

6. El cuidado de ambientes que estimulen el aprendizaje emocional

Los momentos de transición son emocionalmente intensos. Eso los convierte en excelentes oportunidades para enseñar a identificar, nombrar y regular las emociones. Algunas dinámicas grupales o juegos de rol permiten desarrollar estrategias para manejar y aprender de las situaciones complejas que puedan vivir. Conviene recordar que las emociones positivas existen y que educar emocionalmente es, también, enseñar a vivir con alegría. Escuchar y sostener la tristeza o la frustración es importante, pero igualmente lo son la fiesta y las risas compartidas.

7. La conexión de las transiciones con el proyecto vital

Ayudar a los y las jóvenes a percibir cada cambio, cada obstáculo o cada decisión como parte de una historia en construcción les permite dar sentido a lo que viven. Es esencial que comprendan que el pasado no se puede cambiar, pero que pueden aprender de él. También es importante que asuman que el futuro no siempre está bajo su control, ya que depende de factores imprevisibles, pero que pueden prepararse para él viviendo un presente consciente y cargado de propósito para definir quiénes son y qué quieren hacer con su vida.

8. El fomento de la participación y de la toma de decisiones responsable

Las personas jóvenes necesitan ser protagonistas de las cosas que les afectan. Crear espacios donde puedan expresar sus opiniones, proponer ideas y llevarlas a cabo, asumiendo sus riesgos y consecuencias, fortalece su autonomía y su responsabilidad. Hacerles preguntas abiertas, escucharlos con atención o hacer comentarios que amplíen su perspectiva son maneras sencillas pero poderosas de facilitar el desarrollo de sus potencialidades.

9. El reconocimiento del valor de su mundo de relaciones (a veces, lo es todo)

A menudo, las personas adultas intentamos influir en las relaciones de los y las jóvenes, conscientes de la importancia que los grupos de iguales tienen en sus comportamientos. Sin embargo, no nos corresponde a nosotros elegir a sus amistades. Podemos, eso sí, ayudarles a identificar y cuidar sus redes de apoyo, a valorar y fomentar relaciones que refuercen su autoestima y a construir entornos sociales (presenciales y virtuales) saludables. También es posible reflexionar honestamente con ellos sobre vínculos tóxicos o limitantes cuando sea necesario.

10. La evaluación conjunta del proceso y la celebración de los avances

Tan importante como ayudarles a establecer metas realistas es acompañar a los y las jóvenes en la evaluación periódica de su proceso, no solo desde un enfoque técnico, sino también emocional. Esto implica celebrar cada logro (personal y colectivo), por pequeño que sea, y ayudarles a integrar sus aprendizajes para fortalecer su capacidad para seguir avanzando.

Referencias

Bauman, Z. y Leoncini, T. (2018). *Generación líquida. Transformaciones en la era 3.0.* Paidós.

Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo. Hacia una nueva modernidad.* Paidós.

Boertien, D. (2024). “Indicadores sobre juventud”. En: E. Torras Oliveras (ed.), *Jóvenes, oportunidades y futuros. España y Portugal* (pp. 5-9). Observatorio Social de la Fundación ”la Caixa”. <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/dossier-jovenes-opportunidades-y-futuros>

Bronfenbrenner, U. (1992). “Ecological systems theory”. En: R. Vasta (ed.), *Six theories of child development: Revised formulations and current issues* (pp. 187-249). Jessica Kingsley Publishers.

Castro, A., Patera, S. y Fernández, D. (2020). “¿Cómo aprenden las generaciones Z y Alpha desde la perspectiva docente? Implicaciones para desarrollar la competencia aprender a aprender”. *Aula Abierta*, 49(3), 279-285. <https://doi.org/10.17811/ri-fie.49.3.2020>

Du Bois-Reymond, M. y López Blasco, A. (2004). “Transiciones tipo yo-yo y trayectorias fallidas: Hacia las políticas integradas de transición para los jóvenes europeos”. *Revista de Estudios de Juventud*, 65, 11-29.

Erikson, E. H. (1980). *Identity and the life cycle.* W. W. Norton & Company.

Eurostat (2025). *Persons at risk of poverty or social exclusion by age and sex.* code: ilc_peps01n (06/12/24). https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_peps01n/default/table?lang=en&category=livcon.ilc.ilc_pe.ilc_peps

Ferro, L. y Abrantes, P. (2024). “La educación y sus efectos sobre las oportunidades de la juventud”. En: E. Torras Oliveras (ed.), *Jóvenes, oportunidades y futuros. España y Portugal* (pp. 10-15). Observatorio Social de la Fundación ”la Caixa”. <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/dossier-jovenes-opportunidades-y-futuros>

Giusti, L., Mammarella, S., Salza, A., Del Vecchio, S., Ussorio, D., Casacchia, M. y Roncone, R. (2021). “Predictors of academic performance during the covid-19 outbreak: impact of distance education on mental health, social cognition and memory abilities in an Italian university student sample”. *BMC Psychology*, 9(1), 142. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00649-9>

INJUVE Dirección General y Observatorio de la Juventud en España. (2021). *Resumen ejecutivo. Informe juventud en España.* 2020. Instituto de la Juventud. <https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2021/03/informe-juventud-en-espana-2020-resumen-ejecutivo.pdf>

Larraña, K. P. (2020). *El consumo y uso de dispositivos móviles y Apps por los niños y las niñas de la generación Alpha en España*. Universidad Complutense de Madrid.

López, P., Martínez-Rivera, O. y Fonseca, J. (2024). “Transiciones vitales: Una propuesta de categorización para la formación y la intervención de los profesionales de la acción social”. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, 31(2), 184-213. <https://doi.org/10.14198/ALTERN.24695>

McCrinkle, M. (2014). *The ABC of XYZ: Understanding the Global Generations*. McCrinkle Research Pty Ltd.

Ministerio de Educación y Formación Profesional y Deporte (MEFPD) (2024a). Estadísticas de las enseñanzas no universitarias. Resultados académicos del curso 2022-23. Nota resumen (04/12/24). <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:8a8881eb-67a2-42c7-b5fc-65a3c8fac0ce/nota-res-2022-2023.pdf>

Ministerio de Educación y Formación Profesional y Deporte (MEFPD) (2024b). *Explotación de las variables educativas de la Encuesta de Población Activa del año 2023*. Nota resumen (23/05/24). <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:43237823-e07f-47b6-93b9-a008e5ef2cbc/nota-resu.pdf>

Ministerio de Educación y Formación Profesional y Deporte (MEFPD) (2024c). *Panorama de la educación. Indicadores de la OCDE 2024. Informe español*. https://www.libreria.educacion.gob.es/ca/libro/panorama-de-la-educacion-indicadores-de-la-ocde-2024-informe-espanol_184584/

Tarabini, A. y Jacovkis, J. (2023). *Zero abandonament. Perduts pel camí: desigualtats en les transicions educatives després de l'ESO*. Fundació Jaume Bofill.

Tolstoi, L. (2011). *Anna Karénina*. Editorial EDAF. https://books.google.es/books?id=OaR8r5pMQZ8C&printsec=frontcover&hl=ca&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Tudela, P. (coord.). (2023). *Índice sintético de desarrollo juvenil comparado*. ISD-JC-2023. Centro Reina Sofía de Fad Juventud. doi: 10.5281/zenodo.10280296

Torras Oliveras, E. (Ed.). *Jóvenes, oportunidades y futuros. España y Portugal*. Observatorio Social de la Fundación "la Caixa". <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/dossier-jovenes-oportunidades-y-futuros>

Zancajo, A. y Bueno, C. (2024). *Zero abandonament. L'abandonament a 4t d'ESO: les desigualtats en la transició en l'educació postobligatòria*. Fundació Jaume Bofill.

