

## OPINIÓN

Fin de año: momento de toma de decisiones ocupacionales

Verónica Aros, jefa de carrera de Terapia Ocupacional de la Universidad Santo Tomás, Puerto Montt



**F**in de año es un momento importante para quienes egresan de la enseñanza media, ya que se enfrentan a la toma de varias decisiones: si continuarán o no estudios en alguna institución de educación superior, qué programa de estudios les interesa, en qué casa de estudios e incluso si es que migrarán a otra ciudad para cumplir con lo anhelado.

Ante la vasta oferta de opciones de la que disponen las y los estudiantes, es crucial acompañarlos en la toma de decisión acerca de lo que será su principal ocupación durante la vida adulta. En Terapia Ocupacional denominamos ocupación a aquello que para cada persona tiene sentido y significado. A partir de esto, lo idóneo es que quienes tienen la oportunidad de elegir, lo hagan tomando en cuenta aspectos personales.

Dentro de los aspectos fundamentales se encuentran los intereses, ya que, aunque esto parezca obvio, muchos de los casos que desertan durante los primeros años de universidad, tienen su origen en motivos vocacionales. Entenderemos que los intereses son aquello que cada persona considera placentero y satisfactorio de hacer, al respecto Matsutsuyu (1969) refiere que los intereses se manifiestan tanto en el goce como en la preferencia de hacer algunas cosas por sobre otras. Entonces, cabe preguntarse: ¿qué me gusta hacer?, ¿qué prefiero hacer?, ¿qué actividades disfruto hacer?; de forma complementaria, se debe tener claridad con respecto a: ¿cuándo la paso bien?, ¿en qué actividades me divierto o se me pasa la hora sin darme cuenta?, ya que esto está relacionado con el disfrute que sentimos cuando estamos a gusto.

Lo anterior se conjuga con aquellas cosas que pueden resultar movilizadoras, aquello por lo que sentimos vocación y en lo que nos sentimos plenos o experimentamos autorrealización.

Por otra parte, han de ponderarse las habilidades que cada estudiante posee. Es el momento de preguntarse y valorar: ¿en qué soy hábil?, ¿qué es lo que destaca en mí?, ¿cuáles son mis fortalezas?, o incluso ¿en qué quisiera ser hábil?, esta visión de futuro es importante, considerando que podemos llegar a ser hábiles en aquello que adquiramos experiencia.

Por último, una pregunta que no podemos olvidar es ¿qué me gustaría estar haciendo en 5 o 10 años más?, ya que esta proyección en el tiempo será determinante entre una u otra opción y puede permitir a las y los estudiantes planificar un camino más concreto hacia aquello por lo que hoy se inclinan.

La Terapia Ocupacional anhela que cada persona pueda ocupar su tiempo en aquello que desea y este momento resulta una oportunidad para involucrarse en lo que las y los estudiantes experimenten sentido y significado.