



Co-funded by  
the European Union

# SISTEMA DE FORMACIÓN DE VÍNCULOS INTERGENERACIONALES

## Módulo 10 - Retos estructurales de los jóvenes

Proyecto: 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.



## EDITOR

Javier Ortiz Monterrey. Adiper

Gracia Rivera Gil. Adiper

## AUTORES

Enrique Picón Roca. Adiper

Lourdes Rosa Luengo. Adiper



Esta publicación se ha realizado con el apoyo financiero de la Comisión Europea en el marco del proyecto Erasmus + «BRIDGING GENERATIONS THROUGH EMOTIONAL INTELLIGENCE», № 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

Mayo de 2025 - Centrum Spotkan Europejskich Swiatowid W Elblagu, Indecie SCA, Adi & Salu Sersoc Slu, Innovation Education Lab, Obcina Radenci, Interactive Media Knowledge Transfer Intermediakt.

Atribución, compartir en las mismas condiciones.



(CC BY-SA): Usted es libre de Compartir - copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y Adaptar - remezclar, transformar y construir sobre el material para cualquier propósito, incluso comercial. El licenciante no puede revocar estas libertades siempre y cuando usted respete los términos de la licencia bajo las siguientes condiciones:

Atribución - debe dar el crédito apropiado, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de forma que sugiera que el licenciante le respalda a usted o a su uso

ShareAlike- Si remezcla, transforma o construye sobre el material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia que el original

Sin restricciones adicionales - no puede aplicar términos legales.



Co-funded by  
the European Union

# ÍNDICE



Objetivos de aprendizaje .....	Diapositiva N°5
¿Qué es el Jovenismo? .....	Diapositiva N°6
El jovenismo en el contexto europeo .....	Diapositiva N°7
Barreras comunes al empleo para los jóvenes .....	Diapositiva N°8
Precariedad y sobrecualificación .....	Diapositiva N°9
La trampa de la experiencia: expectativas poco realistas .....	Diapositiva N°10
Planificar el futuro: cuando la estabilidad está fuera de nuestro alcance .....	Diapositiva N°11
Dependencia económica y presión psicológica .....	Diapositiva N°12
Inseguridad en la vivienda: un obstáculo estructural para la autonomía .....	Diapositiva N°13
Trabajo precario y pobreza juvenil .....	Diapositiva N°14
Acceso limitado a la protección social .....	Diapositiva N°15
Falta de voz y representación política .....	Diapositiva N°16
Invisibilidad simbólica: la juventud en el discurso público .....	Diapositiva N°17
Impacto de la inseguridad estructural en la salud mental .....	Diapositiva N°18
Erosión de la confianza: la desconexión de los jóvenes con las instituciones .....	Diapositiva N°19
Edadismo interiorizado .....	Diapositiva N°20



# ÍNDICE



Ejemplo de caso: una historia de exclusión .....	Diapositiva N°21
Cómo reconocer la discriminación juvenil.....	Diapositiva N° 22
Recomendaciones para una sociedad Inclusiva para los Jóvenes.....	Diapositiva N° 23
Resumen: Principales conclusiones.....	Diapositiva N°24
Referencias.....	Diapositiva N°25



# Objetivos de aprendizaje

Al finalizar este módulo, serás capaz de:

1. Comprender los retos estructurales que afectan a los jóvenes en toda Europa
2. Identificar estereotipos comunes y sus consecuencias en el trabajo, la sociedad y el discurso público
3. Reconocer el impacto emocional y económico del jovenismo
4. Reflexionar sobre cómo la sociedad -y las instituciones- infravaloran las voces de los jóvenes
5. Explorar cómo el diálogo intergeneracional puede ayudar a salvar las diferencias sociales y reducir los prejuicios.

Utiliza estos objetivos como guía para seguir el progreso de tu aprendizaje. Es posible que desee volver a esta diapositiva después de completar el módulo para evaluar qué objetivos ha alcanzado y dónde le gustaría centrarse más.

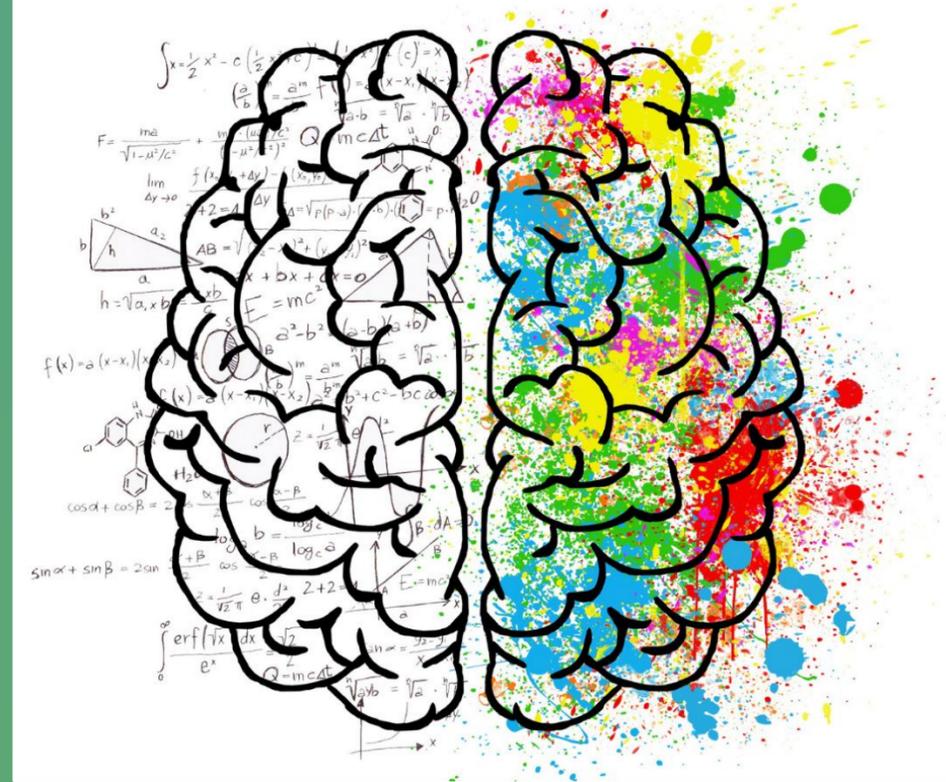


# ¿Qué es el jovenismo?

El jovenismo se refiere a la discriminación, exclusión o devaluación de las personas por el hecho de ser jóvenes. Aunque se trata con menos frecuencia que la discriminación por edad hacia las personas mayores, es una forma muy real e impactante de prejuicio basado en la edad.

## Puede aparecer en:

- En el lugar de trabajo: «Necesitas más experiencia» (incluso para puestos de nivel inicial).
- En el discurso público: «Los jóvenes son demasiado emocionales, irresponsables o tienen demasiados derechos».
- En las instituciones: Falta de representación en los espacios de toma de decisiones.
- En la vida cotidiana: Ser descartado o ignorado debido a la edad, independientemente de los conocimientos o la capacidad.



 Según el Foro Europeo de la Juventud (2021), el 62% de los jóvenes de toda la UE considera que sus preocupaciones no son tomadas en serio por los responsables políticos.



# El jovenismo en el contexto europeo



En toda Europa, los jóvenes se enfrentan a desventajas estructurales que van más allá de los malentendidos generacionales. A menudo se les excluye de la estabilidad económica, la protección social y la influencia política, no por falta de capacidad, sino por prejuicios institucionales basados en la edad.

 Ejemplo: Una licenciada de 26 años ha trabajado en cuatro empleos diferentes en dos años, ninguno con contrato indefinido, ninguno con formación y todos con poca voz en la organización. Empieza a cuestionarse su valía, a pesar de sus capacidades.

 El jovenismo no es sólo un problema de los jóvenes. Socava la cohesión social, la solidaridad intergeneracional y la salud democrática. Reconocerlo es el primer paso hacia la equidad y el progreso compartido.

 Principales conclusiones del Foro Europeo de la Juventud (2021) y del Eurobarómetro (2022):

- :
  - Sólo el 25% de los jóvenes europeos cree que su voz se tiene en cuenta en la toma de decisiones políticas.
  - El desempleo juvenil sigue siendo casi tres veces superior al de los adultos en varios países de la UE.
  - Los contratos temporales y la precariedad laboral afectan de forma desproporcionada a los jóvenes.
  - Muchos se sienten estigmatizados como «vagos», “frágiles” o «poco realistas», estereotipos que limitan la confianza y las oportunidades.
-  Las consecuencias de estas desigualdades estructurales incluyen:
  - ◆ Retraso en el acceso a la vivienda y a la independencia económica.
  - ◆ Menor confianza en las instituciones y desvinculación cívica.
  - ◆ Mayores índices de estrés, ansiedad y agotamiento.
  - ◆ Barreras para participar de forma significativa en la sociedad.





La incorporación al mercado laboral es cada vez más difícil para los jóvenes en Europa, no sólo por la competencia, sino por los obstáculos estructurales y las expectativas relacionadas con la edad.

Estas generalizaciones no sólo son falsas, sino también perjudiciales. Limitan las oportunidades de los trabajadores de más edad e impiden que las organizaciones se beneficien de un segmento de la población cualificado y comprometido.

 Según Eurostat (2023):

- La tasa de desempleo juvenil (15-29 años) en la UE es del 11,3%, frente al 5,9% de los adultos de 30-54 años.
- En algunos países, esta tasa supera el 20%, sobre todo para quienes carecen de contactos profesionales o acceso a prácticas.

 Los obstáculos incluyen:

- ✗ Falta de oportunidades de empleo que se ajusten a las cualificaciones
- ✗ Exigencia de varios años de experiencia para puestos de nivel inicial
- ✗ Dependencia excesiva de prácticas no remuneradas o contratos temporales
- ✗ Procesos de contratación que favorecen a los candidatos de más edad y ya establecidos.

Obstáculos comunes  
al empleo de los  
jóvenes.



Ejemplo: Un joven de 24 años solicita un puesto de marketing junior. El anuncio pide «2-3 años de experiencia relevante» y «un historial probado». Sin experiencia formal, pero con una sólida formación académica, queda descartado de inmediato.



Co-funded by  
the European Union

# Precariedad y sobrecualificación

## Ejemplo:

En varios países de la UE, los trabajadores mayores de 60 años afirman que se les animó a «dejar sitio a la siguiente generación» a pesar de tener la experiencia y la salud necesarias para seguir trabajando eficazmente.

Muchos jóvenes europeos tienen un alto nivel de estudios y, sin embargo, se encuentran con empleos inestables, mal pagados o que no guardan relación con sus cualificaciones. Este desajuste genera un sentimiento creciente de frustración y desilusión.

 Según Eurofound (2022):

- Más del 30% de los trabajadores jóvenes de la UE están sobrecualificados para su trabajo actual.
- El 42% de los jóvenes empleados (18-29) tienen contratos temporales, el doble que los trabajadores de más edad.

 Características del empleo precario:

- ✗ Contratos de corta duración o de cero horas
- ✗ Falta de prestaciones (seguro médico, baja por enfermedad, cotizaciones al plan de pensiones)
- ✗ Ausencia de vías de promoción o crecimiento profesional
- ✗ Vulnerabilidad a las crisis económicas y a los despidos.



La precariedad no es una elección de estilo de vida, sino el resultado de unos sistemas de mercado laboral que desplazan el riesgo de los empresarios a los jóvenes.



Una frustración común entre los jóvenes que buscan empleo es lo que suele denominarse «la paradoja de la experiencia»: los empleadores exigen varios años de experiencia para puestos destinados a aspirantes de nivel inicial. Esta práctica generalizada crea una barrera estructural que excluye a los jóvenes de una participación justa en el mercado laboral.

Esta paradoja suena como:

- «Buscamos a alguien joven y dinámico... con 3-5 años de experiencia».
- «Tienes las cualificaciones, pero necesitamos a alguien que ya haya desempeñado este papel».
- «Prueba primero con un voluntariado o unas prácticas; quizá después de unos años podamos tenerte en cuenta».

According to the European Youth Forum (2022):

- Más del 45% de los jóvenes encuestados declararon haber sido rechazados en empleos explícitamente por «falta de experiencia», incluso cuando el puesto estaba etiquetado como «de nivel básico».
- Muchos señalaron que incluso las prácticas no remuneradas exigían experiencia previa, lo que creaba un círculo vicioso de exclusión.



Ejemplo: Un licenciado en comunicación de 25 años solicita un puesto de asistente en una organización sin ánimo de lucro. El puesto está etiquetado como «ideal para recién licenciados», pero requiere «2 años de experiencia en un puesto similar». A pesar de sus sólidos proyectos académicos, le dicen que «vuelva a intentarlo el año que viene».



# Planificar el futuro:

## Cuando la estabilidad está fuera de nuestro alcance

Ejemplo: En España, una joven de 28 años tiene dos trabajos a tiempo parcial para cubrir sus gastos básicos. A pesar de tener un título universitario y una ética laboral constante, sigue viviendo con sus padres porque el alquiler y la fianza son inasequibles sin seguridad laboral.

Cuando el futuro parece incierto, no es porque los jóvenes carezcan de visión, sino porque el sistema carece de espacio para que crezcan.

Para muchos jóvenes europeos, construir una vida independiente -encontrar vivienda, fundar una familia, perseguir objetivos personales- es cada vez más difícil debido a la persistente inestabilidad económica y social.

 Según Eurostat (2023):

- La edad media de abandono del hogar paterno en la UE es de 26,4 años... pero en países como Croacia, Eslovaquia o Grecia supera los 30.
- El aumento del coste de la vivienda y los bajos salarios son los obstáculos a la independencia más citados.

 Entre las barreras a la planificación vital figuran:

- ✗ Ingresos inestables debido a trabajos temporales o «gig».
- ✗ Falta de acceso a una vivienda asequible y de calidad.
- ✗ Inelegibilidad para el crédito financiero debido a contratos precarios.
- ✗ Retraso en el acceso a la formación familiar o a proyectos personales.



El aprendizaje permanente es un derecho, no un lujo. Permite a las personas mantenerse activas, independientes y socialmente incluidas. Una sociedad que valora el envejecimiento también debe invertir en oportunidades de aprendizaje para cada etapa de la vida.



Co-funded by  
the European Union



En la Europa actual, muchos jóvenes adultos se enfrentan a largos períodos de dependencia económica de sus familias. Aunque el apoyo intergeneracional puede ser positivo, ser incapaz de alcanzar la autonomía financiera puede erosionar la confianza y el bienestar.

# Dependencia económica y presión psicológica

## ¿Por qué ocurre esto?

En la Europa actual, muchos jóvenes adultos se enfrentan a largos períodos de dependencia económica de sus familias. Aunque el apoyo intergeneracional puede ser positivo, la imposibilidad de lograr la autonomía económica puede erosionar la confianza y el bienestar.

- ✗ Salarios bajos e inestables
- ✗ Empleo a tiempo parcial o basado en gigas
- ✗ Elevado coste de la vida en zonas urbanas
- ✗ Acceso limitado a la vivienda o al crédito sin avalistas.

La independencia financiera suele considerarse un hito personal. Pero cuando los sistemas crean condiciones que bloquean el acceso a la autonomía, la carga no debe recaer en el individuo.

Apoyar a los jóvenes significa no solo ofrecerles trabajo, sino también darles la dignidad, la confianza y la libertad necesarias para forjar su propia vida.



Ejemplo: Un joven de 29 años gana en España menos de 1.200 euros al mes con una serie de contratos de corta duración. Después del alquiler y las facturas, no puede ahorrar, invertir en educación ni tomar decisiones a largo plazo. Depende de sus padres para cubrir los gastos sanitarios y no ve ningún camino viable hacia la independencia.



Co-funded by  
the European Union

# Inseguridad en la vivienda: Un obstáculo estructural a la autonomía



## Ejemplo:

En Holanda, un joven de 26 años trabaja a jornada completa, pero comparte habitación en un piso compartido. A pesar de ahorrar regularmente, no puede permitirse una fianza y es rechazado repetidamente por los caseros, que «prefieren a alguien mayor».

Para muchos jóvenes europeos, encontrar una vivienda asequible y estable es uno de los mayores obstáculos para la independencia y el bienestar. A pesar de trabajar, ahorrar y planificar, el aumento de los costes y la rigidez de los sistemas de alquiler hacen que la emancipación sea casi imposible para muchos.

🔍 Los problemas estructurales incluyen:

- ✗ Altos precios de alquiler en zonas urbanas sin suficientes ingresos para los jóvenes
- ✗ Escasez de viviendas sociales o asequibles para los jóvenes
- ✗ Discriminación en los mercados de alquiler («Preferimos a alguien mayor o con familia»)
- ✗ Requisitos rígidos de crédito y aval que excluyen a los trabajadores precarios.



Cuando los jóvenes no pueden permitirse salir de casa o conseguir una vivienda estable, su pleno desarrollo social y emocional queda en suspenso, sin que ellos tengan la culpa.





En la Europa actual, tener un empleo no siempre protege a los jóvenes de la pobreza. Muchos trabajan a tiempo completo -o tienen varios empleos a tiempo parcial- y aún así tienen dificultades para cubrir sus necesidades básicas. Esto refleja un fracaso estructural del mercado laboral a la hora de proporcionar un empleo digno, estable y justamente remunerado.

### ¿Qué impulsa la pobreza juvenil?

- Bajos salarios por hora y horarios impredecibles.
- Falta de protección jurídica en el trabajo por encargo y en plataformas.
- Acceso limitado a prestaciones por desempleo o vivienda.
- Discriminación por edad y experiencia en la negociación salarial.

#### Consecuencias:

- Retraso en la independencia financiera y la planificación a largo plazo.
- Aumento de los problemas de salud mental (ansiedad, agotamiento, burnout).
- Desventajas acumuladas que afectan a los resultados de la vida futura.

Trabajo precario y  
pobreza juvenil



 Un trabajo debe ofrecer estabilidad, no supervivencia.

La pobreza juvenil no es un fracaso personal: es un fracaso político.



Co-funded by  
the European Union

# Acceso limitado a la protección social



Las cuestiones clave son:

- ✗ Sistemas de prestaciones que exigen un historial laboral a tiempo completo y de larga duración.
- ✗ Los jóvenes no se consideran un grupo «prioritario» en las políticas de protección social.
- ✗ Barreras burocráticas o falta de información sobre derechos.
- ✗ Desfases entre educación, empleo y criterios de elegibilidad.

A pesar de ser legalmente adultos, muchos jóvenes europeos están excluidos de todos los beneficios del Estado del bienestar. Esta falta de protección institucional les hace especialmente vulnerables en tiempos de crisis, enfermedad o desempleo.

 Según la Comisión Europea (2022):

- La cobertura de los jóvenes en los regímenes de seguro de desempleo es significativamente inferior a la de los trabajadores de más edad.
- Muchas prestaciones sociales requieren largos periodos de cotización, lo que excluye a los trabajadores jóvenes con carreras cortas o intermitentes.
- Una proporción cada vez mayor de jóvenes se encuentra en el «vacío intermedio»: no están cubiertos por las prestaciones por hijos o por estudios, pero tampoco pueden optar a las protecciones para adultos.



🗨️ Ejemplo: Una diseñadora gráfica de 24 años con un contrato de autónomo enferma y debe dejar de trabajar durante tres semanas. Sin baja por enfermedad, seguro ni ahorros, debe recurrir a su familia para cubrir sus necesidades básicas.





Los jóvenes suelen estar infrarrepresentados en los espacios de toma de decisiones, incluso cuando las políticas que se diseñan afectan directamente a su futuro. A pesar de su derecho legal al voto, muchos se sienten ignorados, invisibles o descartados en el ámbito político.

 Según el Foro Europeo de la Juventud (2021):

- Solo el 5% de los diputados de los parlamentos nacionales de los países de la UE tienen menos de 35 años.
- Más del 60% de los jóvenes europeos afirman no sentirse representados por los líderes políticos actuales.
- La participación de los jóvenes en las estructuras políticas formales (partidos, consejos) sigue siendo baja, a menudo por desilusión, exclusión o falta de apoyo.

 Obstáculos a la representación:

- ✗ Límites de edad en candidaturas y puestos de liderazgo
- ✗ Estereotipos según los cuales los jóvenes son «demasiado emocionales», “idealistas” o «desinformados»
- ✗ Estructuras políticas que premian la antigüedad en detrimento de la diversidad
- ✗ Falta de cuotas juveniles o de apoyo a candidatos jóvenes.

Falta de voz y  
representación  
políticas



La democracia no está completa sin las voces de todas las generaciones.

La participación de los jóvenes no es algo «bonito de tener», sino que es esencial para la legitimidad, la innovación y la justicia.



Co-funded by  
the European Union

# Invisibilidad simbólica: La juventud en el discurso público

 Formas comunes de invisibilidad simbólica:

-  Hablar «sobre» los jóvenes sin incluirlos
-  Retratándolos como inestables, frágiles o peligrosos
-  Enmarcando las preocupaciones de los jóvenes (clima, vivienda, salud mental) como “tendencias” en lugar de prioridades legítimas
-  Limitando su papel en las narrativas intergeneracionales a «futuros ciudadanos»
  - en lugar de actores de pleno derecho en la actualidad.

Más allá de las leyes y las instituciones, la forma en que se retrata -o se ignora- a los jóvenes en los medios de comunicación, la política y las conversaciones cotidianas desempeña un papel crucial en la configuración de las actitudes sociales. La invisibilidad simbólica se produce cuando no se toma en serio a los jóvenes, se les representa mal o se les excluye de las narrativas sobre el presente y el futuro de la sociedad.

 Un estudio del Consejo de Europa (2022) señala:

- En el discurso público se habla más de los jóvenes que se les consulta directamente.
- La cobertura mediática de la juventud tiende a centrarse en los «problemas» (por ejemplo, delincuencia, protestas, adicción digital) más que en los logros o la innovación.
- Las historias positivas de liderazgo juvenil siguen estando infrarrepresentadas.



# Impacto de la inseguridad estructural en la salud mental



La incertidumbre sobre el empleo, la vivienda, el estatus social y las perspectivas de futuro puede afectar profundamente a la salud mental de los jóvenes, a menudo más que los factores individuales o biológicos.

 Según la Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (FRA, 2022):

- Casi 1 de cada 3 jóvenes de la UE manifiesta síntomas de depresión o ansiedad.
- Los sentimientos de desesperanza y «fatiga futura» son especialmente comunes entre los jóvenes que se enfrentan a la exclusión económica o social.
- La pandemia de COVID-19 intensificó esta tendencia, pero la inseguridad estructural es un factor impulsor a más largo plazo.



 La salud mental no es sólo una cuestión individual, sino también social.

Cuando los sistemas no apoyan a los jóvenes, se produce sufrimiento emocional.

Promover el bienestar de los jóvenes requiere un cambio estructural, no solo aplicaciones de mindfulness o mensajes de resiliencia personal.





# Erosión de la confianza:

## La desconexión de los jóvenes con las instituciones

Cuando los jóvenes se encuentran repetidamente con barreras, rechazos o promesas incumplidas, empieza a formarse una dinámica peligrosa: la desilusión. Con el tiempo, esto puede conducir a una disminución de la confianza en las instituciones, una menor participación cívica y un creciente desapego de la sociedad en general.

 Según la Encuesta del Diálogo Juvenil de la UE (2022):

- El 58 % de los jóvenes considera que los gobiernos rara vez o nunca actúan en su mejor interés.
- El 45 % de los encuestados cree que votar tiene poco o ningún impacto en su vida diaria.
- La confianza en los medios de comunicación, los sistemas educativos y las instituciones laborales ha disminuido significativamente entre los jóvenes durante la última década.

 Las causas de la desconfianza institucional incluyen:

- ✗ Falta de representación y consulta auténtica.
- ✗ Inacción política sobre las principales preocupaciones de la juventud (p. ej., vivienda, medio ambiente, salud mental).
- ✗ Participación simbólica («escaños juveniles» sin influencia real).
- ✗ Experiencias de discriminación o abandono.





Más allá de los retos económicos y políticos, los jóvenes se enfrentan a poderosas narrativas sociales que los enmarcan en formas limitadas y a menudo negativas. Estos estereotipos determinan cómo se percibe a los jóvenes y cómo empiezan a percibirse a sí mismos.

Entre los estereotipos edadistas más comunes sobre los jóvenes se incluyen:

- «Son vagos y tienen derechos».
- «Están pegados a sus teléfonos, no les importa la vida real».
- «Quieren todo al instante, pero no quieren trabajar para conseguirlo».
- «Son demasiado sensibles, demasiado radicales, demasiado débiles».

Repercusiones de la repetición de estereotipos:

- Autoduda interiorizada y pérdida de motivación
- Rechazo de la participación social («¿Para qué molestarse?»)
- Disminución de la disposición a colaborar con otras generaciones
- Presión para ajustarse a las expectativas de los adultos en lugar de expresarse con autenticidad.

## Estereotipos sociales e identidad juvenil



Estereotipos sociales e identidad juvenil Cuando los jóvenes oyen constantemente que son «demasiado» o «no lo suficiente», empiezan a encogerse, a silenciar sus voces, a moderar sus esperanzas o a abandonar los espacios que no les acogen.



Co-funded by  
the European Union

# Ejemplo de caso: Navegando por el Jovenismo

La historia de Alex – 25 años, España

Alex se graduó en urbanismo y sueña con mejorar las ciudades para todos. Lleva dos años trabajando con contratos temporales para una consultora local, sin prestaciones y con horarios irregulares. Solicita puestos fijos, pero le dicen:

☀ "Necesitas más experiencia".

☀ "Buscamos a alguien con más experiencia".



Co-funded by  
the European Union

Este caso nos invita a preguntarnos:

¿Qué mensajes les estamos enviando a los jóvenes?

¿Qué sistemas les impiden participar plenamente?

¿Qué cambiaría si los tratáramos como compañeros, no como problemas?

La verdadera inclusión va más allá de escuchar: implica actuar según lo que oímos.

Alex es capaz, está motivado y comprometido. Pero las estructuras que lo rodean le dicen: "Espera tu turno". Y cada año que espera, pierde un poco más de confianza.

Alex vive con sus padres. Sus ingresos son demasiado bajos para pagar el alquiler, y los bancos rechazan sus solicitudes de préstamo debido a su inestable historial laboral. Trabaja como voluntario en un grupo juvenil contra el cambio climático, pero cuando presenta sus ideas en una reunión pública, el funcionario municipal le agradece y recurre a las personas mayores interesadas para "escuchar las verdaderas propuestas".

Empieza a dudar de sí mismo. "¿No soy lo suficientemente bueno? ¿O simplemente soy demasiado joven para importar?"

# Cómo reconocer la discriminación juvenil

La discriminación contra los jóvenes no siempre es evidente ni evidente. A menudo adopta formas sutiles: suposiciones, exclusiones o políticas que ignoran sus derechos y contribuciones.

Reconocer el edadismo es el primer paso para combatirlo.



## Pregúntese:

- ¿Te han desestimado tus ideas o preocupaciones con frases como:
  - “No entiendes cómo funciona el mundo real”.
  - “Verás las cosas de otra manera cuando crezcas”.
  - “Este no es tu lugar, déjaselo a los adultos”.

## Pregúntese:

- ¿Te has sentido presionado a demostrar más que los demás, simplemente para que te escuchen?
- ¿Alguna vez te han excluido de una decisión "por ser demasiado joven"?

## Consecuencias:

- Silencio, inseguridad y aislamiento de la vida pública.
- Ira o desconfianza hacia las instituciones.
- Pérdida de innovación, energía e ideas en la sociedad.

## La discriminación juvenil puede manifestarse como:

- ✗ Exclusión directa: negación de empleo, crédito o participación debido a la edad.
- ✗ Sesgo indirecto: normas que parecen neutrales pero que perjudican a los jóvenes (p. ej., largos periodos de cotización para las prestaciones).
- ✗ Invalidación simbólica: no ser invitado, tomado en serio ni

# Recomendaciones para una sociedad que incluya a los jóvenes



Foro Europeo de la Juventud  
Informes de políticas, investigaciones y campañas sobre los derechos, la participación, el empleo y la salud mental de la juventud.  
Sitio web: <https://www.youthforum.org>



Eurostat – Estadísticas de Juventud  
Datos oficiales sobre educación, empleo, vivienda e inclusión social de los jóvenes en la UE.  
Sitio web: <https://ec.europa.eu/eurostat>



Comisión Europea – Estrategia de la UE para la Juventud  
Información sobre las acciones de la UE para empoderar a los jóvenes, incluyendo programas de financiación, consultas y diálogo juvenil.  
Sitio web: <https://youth.europa.eu>



Consejo de Europa – Departamento de Juventud  
Informes y herramientas sobre el acceso de los jóvenes a los derechos, la lucha contra la discriminación y las prácticas de cogestión en las instituciones democráticas.  
Sitio web: <https://www.coe.int/en/web/youth>



OCDE (2022) – Promoción de la equidad intergeneracional  
Análisis de las brechas generacionales en ingresos, oportunidades y confianza en los países de la OCDE.  
Disponible en: <https://www.oecd.org>

*Estos recursos están disponibles gratuitamente en línea y pueden ayudarle a profundizar su comprensión, apoyar su labor de defensa o guiarlo en el desarrollo de iniciativas locales.*



# Resumen: Conclusiones clave

## El jovenismo es real - y dañino

Los prejuicios basados en la edad contra los jóvenes conducen a la exclusión del trabajo, los servicios, la vivienda y la toma de decisiones.

## Los estereotipos refuerzan la desigualdad

Las narrativas negativas sobre los jóvenes (perezosos, frágiles, con derecho a todo) alimentan la tensión intergeneracional y debilitan la confianza en sí mismos.

## Las barreras estructurales condicionan las oportunidades de vida

Los empleos precarios, la inseguridad habitacional y la falta de protección social no son fracasos personales: son problemas sistémicos.

## El costo de la exclusión es emocional

La falta de estabilidad genera estrés, ansiedad y un profundo sentimiento de no pertenencia, incluso cuando los jóvenes hacen lo mejor que pueden.

## Las voces jóvenes a menudo son ignoradas

Los jóvenes están subrepresentados en la política, las políticas públicas y los medios de comunicación, incluso cuando las decisiones los afectan directamente.

## La inclusión requiere acción a todos los niveles

Desde las familias y las escuelas hasta los gobiernos y los medios de comunicación, cada capa de la sociedad tiene un papel que desempeñar en el empoderamiento de los jóvenes.



Co-funded by  
the European Union

# Referencias



- Foro Europeo de la Juventud (2021).
- Más allá del confinamiento: Las secuelas de la pandemia en la juventud.
- Disponible en: <https://www.youthforum.org>
  
- Foro Europeo de la Juventud (2022).
- La trampa de la experiencia: Desempleo juvenil y precariedad en Europa.
- Disponible en: <https://www.youthforum.org>
  
- Comisión Europea (2022).
- Estrategia de la UE para la Juventud 2019-2027 – Informe de progreso.
- Disponible en: <https://youth.europa.eu>
  
- OCDE (2022).
- Promoción de la equidad intergeneracional: Políticas para superar la brecha.
- Disponible en: <https://www.oecd.org>
  
- Agencia de Derechos Fundamentales de la UE (FRA) (2022).
- Ser joven en la Europa actual: derechos y realidades.
- Disponible en: <https://fra.europa.eu>
  
- Eurofound (2022).
- Juventud y mercado laboral: precariedad, sobrecualificación e inseguridad.
- Disponible en: <https://www.eurofound.europa.eu>



# Referencias



- Eurostat (2023).
- Estadísticas de juventud: Mercado laboral, vivienda y protección social.
- Disponible en: <https://ec.europa.eu/eurostat>
  
- Consejo de Europa (2022).
- Jóvenes e instituciones democráticas: Participación, confianza e influencia.
- Informe del Departamento de Juventud. Disponible en: <https://www.coe.int/en/web/youth>





Co-funded by  
the European Union

# ¡GRACIAS!

Proyecto: 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, responsabilidad exclusiva del/de los autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.

