

JUBILACION: NECESIDAD DE REFLEXION

La jubilación es la situación en la que se encuentra el individuo tras el cese absoluto en el ejercicio de su profesión, con derecho, en la mayoría de los casos, a una compensación económica.

Es un fenómeno relativamente nuevo tal como hoy día lo entendemos, ya que es un derecho sindical conseguido por los trabajadores tras el desarrollo de la Revolución Industrial.

Anteriormente también se dejaba de trabajar en un momento dado de la vida, pero no era un hecho generalizable ni a todos los trabajadores, ni a todo tipo de trabajos.

Precisamente era el tipo de trabajo y las condiciones individuales del trabajador —posibilidad/imposibilidad de trabajar— las que definían la necesidad de cesar en la actividad. Así, los trabajos que requerían un esfuerzo físico impedían que individuos con una edad avanzada y disminución de fortaleza física siguieran activos en ese ámbito de trabajo, pero normalmente se daba un traspaso de funciones laborales. Dejaban de trabajar en aquello para lo que ya no estaban capacitados y pasaban a ocuparse de otras actividades más acordes a sus condiciones y capacidades.

A partir de la Revolución Industrial, la jubilación se generaliza a todo tipo de trabajos.

El objetivo de la jubilación es el reposo remunerado tras el desarrollo de una actividad laboral ejercida durante muchos años. De esta manera se plantea la jubilación como un logro social.

A pesar de que por lo dicho hasta ahora, parece algo exclusivamente positivo, no podemos olvidar una serie de connotaciones negativas que se producen como consecuencia del cese del trabajo: acentúa el envejecimiento, favorece la ansiedad, origina una pérdida de poder adquisitivo, limita las relaciones sociales, en ocasiones produce pérdida de identificación del individuo y favorece su incomunicación y marginación.

Esta contraposición de enfoques respecto a la jubilación podemos extenderla a otro aspecto, polémico en nuestros días, como es la edad en la que hay que jubilarse.

EDAD DE JUBILACION

	Hombres	Mujeres
Bélgica	65	60
Canadá	65	65
Dinamarca	67	67
Francia	60	60
Alemania	65	65
Grecia	65	60
Irlanda	66	66
Italia	60	65
Japón	60	55
Holanda	65	65
Portugal	65	62
Suecia	65	65
Suiza	65	62
Reino Unido	65	60
EE.UU	65	65
España	65	65

Legalmente, en nuestro país, está establecida a los sesenta y cinco años. Diferentes argumentos se barajan en cuanto

al beneficio o perjuicio de alargarla o acortarla.

El problema del paro como uno de los que más preocupan a la sociedad hace que sean muchos los que defienden el descenso de la edad de jubilación para así poder dar entrada a parte de la población activa sin empleo. Permite sustituir trabajadores de edad por colectivos más jóvenes. De hecho es una práctica habitual, legislada desde hace varios años.

Por otra parte, el cese obligatorio de la actividad laboral a los sesenta y cinco años y más aún en las jubilaciones anticipadas supone dejar fuera del sistema productivo a muchos trabajadores que se encuentran en plenitud de facultades y con una capacidad de rendimiento, experiencia... muy satisfactoria y valiosa de una manera muy brusca.

La jubilación es un cambio repentino. Desde un punto de vista teórico, lo más aconsejable apunta a que la jubilación sea algo flexible, en el sentido de que sea uno mismo el que programe y prepare su cese laboral. Junto a esto, la posibilidad de que sea algo gradual, ir dejando la actividad poco a poco (reducciones de jornadas, más periodos vacacionales, etc.). Procesos de este tipo facilitarían una adaptación más adecuada a la nueva situación y posiblemente una mejor utilización del tiempo libre y ocio.

Dejando de lado las diferentes consideraciones, planteamientos y puntos de vista sobre la jubilación, lo evidente es que

se da, que llega el momento en la vida en el que se deja de ser población activa con todas sus consecuencias y se pasa a ser Jubilado, también con todas sus consecuencias.

Para entender el significado más real de la jubilación debemos partir del significado del trabajo, en el sentido no sólo de fuente de ingresos, sino también en el sentido de status social, sentimiento de utilidad, productivo, etc. Así, la jubilación supone pérdida de lo anterior.

Económicamente se produce una merma de poder adquisitivo y sobre todo una pérdida de roles, aspecto que muchas veces deriva en situaciones problemáticas.

Es interesante que se logre sustituir unos roles por otros, que se compense la pérdida de unos con la adquisición o potenciación de otros. El alejamiento de la vida profesional supone algo más que el cese en una actividad más o menos valorada. Entre otras cosas, implica la adopción de un nuevo rol, con otras expectativas de comportamiento, una modificación del curso cotidiano de la vida; sujeto antes al ritmo de la actividad profesional, una reestructuración del campo social, incluida la de los contactos familiares. Supone modificaciones en la economía personal y un desplazamiento de los compromisos e intereses personales del mundo del trabajo al del tiempo libre. El reloj vital diario, antes ocupado en más de su tercera parte por el trabajo y lo que rodea a éste (desplazamientos, relaciones, etc.), queda totalmente alterado.



Se incrementa el tiempo libre hasta ocupar prácticamente las dos terceras partes del día. Muchos factores influyen en cómo se afronta este cambio. El individuo se ve enfrentado a una compleja misión.

Se está dando mucha importancia a la actitud de expectativa respecto de la próxima jubilación y a lo positivo de anticiparse al "status de retiro" que facilita una concepción del rol de jubilado y la adaptación a la separación de la actividad profesional. Si consideramos los polos extremos positivo y negativo en cuanto a la actitud con la que se enfrenta el sujeto ante la jubilación inminente, nos encontramos por una parte con aquellos para los que la jubilación es la consecución de una meta deseada con anterioridad, el disfrute de un merecido descanso y por otra parte, la actitud sumamente negativa de considerar ese momento de la vida como el "estar de sobra", "no ser ya útil" y pensar que es el principio del fin.

La manera de afrontar este suceso vital es diferente en el hombre y la mujer, normalmente, la mujer no sufre una ruptura tan decisiva en su vida, sobre todo porque el eje actividad-inactividad y por consiguiente el sentimiento de utilidad-inutilidad no se da, debido a que ha habido una dedicación "laboral" al hogar que se mantiene.

La consideración bastante extendida de entender la jubilación como el punto de partida de la última etapa vital, el "principio del fin" y asimilarlo a envejecimiento es algo que conviene desterrar. El envejecimiento es un proceso diferencial que resulta imposible generalizar.

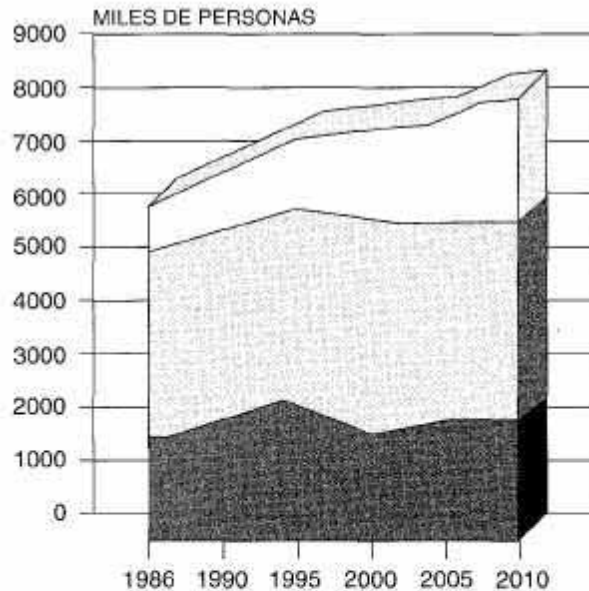
Como ya hemos reseñado, la cesación en el trabajo profesional origina un cambio radical en la manera de vivir. La ruptura con el mundo laboral equivale a pasar de una vida activa e inquieta a un estado de pasividad, de inmovilismo o de retiro. Entonces ¿qué modo nuevo de vida cabe concebir para el jubilado que le permita adquirir conciencia de la utilidad de su función en la sociedad?

Una reflexión sobre tal interrogante lleva a considerar que al jubilado se le plantean problemas muy diversos —económicos, adaptación—. La jubilación es un proceso de desvinculación social. Las relaciones sociales se van restringiendo a su vida familiar y a las interacciones con amigos y vecinos. Algunos hablan de la "teoría de la desvinculación" como la más adecuada para un buen envejecer. Supone de hecho un proceso de separación del mundo externo y una vuelta hacia sí mismo. Existiría una desvinculación social que se concreta en la disminución de las interacciones sociales, y una desvinculación psicológica que se manifiesta en la disminución de los compromisos emocionales. Sin embargo, todas las investigaciones ponen de manifiesto que las personas de la Tercera Edad que se mantienen activas y siguen siendo emprendedoras, se muestran más felices y cuentan con una mejor autoimagen que aquellas otras que tienden o se sitúan en la pasividad y el aislamiento. De ahí que exista otra teoría del buen envejecer que defiende la actividad como forma de vivir una Tercera Edad sana. Parece cierto que aquellos que mantienen como modo de vida la actividad física y sus compromisos sociales viven más satisfechos.

Cuando se habla de la jubilación, no se debe olvidar un aspecto muy importante y que influye en gran medida, como es el envejecimiento de la población, incrementándose de manera notable la población con edad superior a los sesenta y cinco años. Si nos centramos en la Comunidad Autónoma Vasca, los mayores de sesenta y cinco años eran sólo el 10% de la población. Dentro de veinticinco años una de cada cinco personas tendrá esa edad o más. Las razones que explican el desequilibrio demográfico son varias, pero sobre todo es la disminución del índice de natalidad. También hay que considerar el aumento, la prolongación de la esperanza de vida. Todo ello propicia que la tradicional pirámide de población comience a estrechar su base.

POBLACION DE 60 Y MAS AÑOS EVOLUCION GLOBAL (1986-2010)

Fuente: Instituto Nacional de Servicios Sociales
Ministerio de Asuntos Sociales



GRUPOS DE EDAD:

-  De 80 y más
-  De 65 a 79 años
-  De 60 a 64 años

La población española de 60 y más años de edad será en el año 2010, de más de 8.350.000 personas. Supone un incremento, en términos absolutos, del 27% respecto a 1986. Si se mantienen las tendencias actuales, las personas mayores de 60 años, supondrán en el año 2010, más del 20% de la población total española (que se prevé alrededor de 41.200.000 habitantes).

Como consecuencia nos vamos a encontrar con que cada vez son menos los que trabajan y cada vez serán más los que tendrán derecho a una pensión de la que disfrutarán, además, durante más tiempo. Esta tendencia demográfica puede llevar a un bloqueo financiero del actual sistema. Serán necesarias modificaciones en varios

sentidos. Puede ocurrir que no se esté sujeto a una edad obligatoria, etc.

Quizás, lo más importante del tema que nos ocupa sea insistir en la necesidad de preparación para vivir esa etapa de la vida de la forma más satisfactoria posible.

Durante la vida activa debiera uno ir preparando convenientemente el aprovechamiento del ocio para cuando se pase a la jubilación. El ocio no permite improvisación y necesita una formación, preparación y planificación.

El educar o preparar para la jubilación, constituye un acto de previsión indispensable, para un armonioso, sereno y feliz paso de la "actividad" a la "inactividad". Se hace preciso adoptar medidas encaminadas a orientar la organización del ocio

del jubilado ya que el que éstos no sepan qué hacer con el tiempo libre puede tener consecuencias. Hay que evitar que caigan en esa dolencia conocida por neurosis de retiro (vacío vital).

Para facilitar al trabajador el paso de la actividad a la inactividad y así moderar el impacto de la jubilación es necesario que tengan apoyos y acceso a cursos de preparación a la jubilación con la antelación suficiente, cursos que despejen incógnitas, preocupaciones, ayuden a conocer todo lo que supone jubilarse —positivo y negativo—, maneras de afrontar con más seguridad este tipo de situaciones, etc.

Estos programas comenzaron a desarrollarse en EE.UU., hace aproximadamente treinta años. En la 65.^a sesión de la OIT (Organización Internacional del Trabajo), el Comité de Miembros del Consejo de Europa confirmó la inclusión de los cursos de preparación a la jubilación, entre los derechos de los trabajadores.

La sociedad prepara al individuo para la etapa de producción, pero ha descuidado la preparación para la etapa de jubilación.

Los cursos de preparación a la jubilación deben plantearse con los siguientes objetivos principales;

- Provocar una toma de conciencia de la problemática social que afecta al anciano y discutir sus posibles soluciones.
- Ofrecer un sentido diferente a la jubilación y destacar los aspectos positivos de la misma.

- Hacer partícipes al conjunto de jubilados en la planificación de su futuro.
- Enseñanza de higiene, dietética y principales problemas de salud.
- Búsqueda de soluciones a la problemática del alojamiento.
- Información y asesoramiento en materia financiera, jurídica y laboral.
- Facilitar la integración en nuevas formas de utilidad social.
- Enseñar los cambios psicofísicos que se producen en el envejecimiento.
- Crear aficiones y nuevos hobbies, preparando al individuo para realizar nuevas actividades.
- Facilitar información sobre los servicios sociales comunitarios.
- Ayudar a conseguir una utilización satisfactoria del tiempo libre que va a disponer en los próximos años.

Los beneficios de la realización de estos cursos son evidentes: a corto-medio plazo el individuo se adapta mejor a la jubilación, los sentimientos de frustración son menores, se reduce la sensación de angustia y se obtiene una mayor motivación en la realización de actividades extra-laborales.

Francisco Javier Leturia Arrazola
Psicólogo
José Javier Yanguas Lezaun
Pedagogo
Miguel Leturia Arrazola
Psicólogo

BIBLIOGRAFIA

- LEHR, URSULA:** Psicología de la senectud: Proceso y aprendizaje del envejecimiento. Barcelona. Herder, 1980.
- CALVO, J.J.:** Elementos conceptuales para una política de atención a la Tercera Edad. Gobierno Vasco.

MORAGAS, RICARDO: La jubilación: un enfoque positivo. Barcelona. Grijalbo, 1989.

CUMMING, E. y MENRY, W.H.: Growing old basic books. N.Y., 1961.