

PREPARACIÓN PARA EL RETIRO LABORAL EN EL ÁMBITO UNIVERSITARIO

Goyechea, J.;– Morales, S.; Onaga, C.

INTRODUCCIÓN

La jubilación supone para muchas personas un fuerte desequilibrio. Hoy en día aun parece natural pensar que jubilarse implica perder bienestar, perder poder adquisitivo, perder función social y perder actividad. El sentimiento generalizado de quienes dejan la actividad laboral, es de pérdida. Casi la mitad de los recién jubilados creen que lo que viene por delante es un período de vigilia en el que deben descubrir cuál será su futuro, sin saberlo aún. El cambio que va a sufrir su vida, en cuanto a hábitos y costumbres es muy brusco y, para tratar de reducir sus efectos, conviene preparar este momento. En la medida que una persona pueda conocer sus expectativas de trabajo reales, podrá afrontar mejor el último periodo de desarrollo profesional.

La jubilación es un punto de inflexión, en el que se dejan cosas en el camino y se ganan otras... ¿cómo equilibrar la balanza y superar los temores?. La cuestión es saber cómo emprender el camino que allí se inicia

El paso del tiempo, se ve más claramente en los demás que en nosotros mismos, por eso generalmente se inicia de forma más clara cuando empieza a aparecer la evidencia del fin de la actividad laboral, esta etapa va a identificarse como el cambio que nos hace tomar consciencia del paso inexorable del tiempo y que se identifica como pérdida e inicio de la vejez.

Se necesita que cada adulto reflexione acerca de lo que el proceso de desarrollo evolutivo significa para sí mismo, conocer qué se entiende por envejecimiento y cuáles son los cambios esperables y normales a los que se deberá enfrentar. Solo conociendo podrá prepararse y educarse para afrontar dicho proceso, de manera adaptativa y sana.

MARCO TEÓRICO

El trabajo es una de las actividades a las que las personas le dedican más tiempo a lo largo de su vida, iniciar el proceso de despegue, causa un alto Impacto emocional en quienes lo atraviesan y representa una transición hacia una nueva etapa de la vida. El Retiro Laboral como hecho social y personal, implica pensar en el futuro como una etapa de proyección, como un evento que puede marcar el inicio de un nuevo periodo de realizaciones, ya sea desde el plano material, intelectual, social y/o afectivo. Dentro de esta lógica, cobra gran relevancia que el Estado acompañe este proceso.

A medida que las personas envejecen se retiran del mercado del trabajo, ello ocurre porque así lo establece la Ley, por las fuertes presiones sociales para que los mayores dejen sus puestos a los más jóvenes.

El retiro laboral supone una amenaza de una exclusión social no prevista, la mayoría de las personas que dejan de trabajar, se encuentran con

que no tienen un plan para el “después”. Culturalmente retirarse de la actividad laboral es sinónimo de “no hacer nada”, y esto quiere decir “no ser nadie socialmente”, teniendo en cuenta esto la jubilación significa una pérdida de identidad social y tiende a percibir a los ancianos como inútiles.

Es así, que el grado de conflicto que representa para cada uno “terminar la etapa de desempeño laboral” y las conductas defensivas que se adopten, están determinadas por la historia personal, las experiencias y representaciones que condicionan las ideas, las emociones y la conducta.

El impacto psicológico que causa la jubilación pesa más a los hombres, para quienes quedarse en casa significa constituirse en un estorbo para los demás, no tener nada que hacer, aburrirse y auto desvalorizarse como individuo. Hacer frente a la amenaza de tener que auto limitarse es bastante difícil, quizás la manera menos traumática de aceptar la jubilación es no pensar en ella, no darse por vencido, ante convencionalismos y prejuicios, tomar al retiro como un premio al esfuerzo de toda la vida, vivir cada momento al máximo, preparándose a descubrir cuál será su futuro; conservando su autoestima, su sentido de bienestar y su gusto por vivir.

Según un estudio realizado por la Secretaria de la Tercera Edad de la Nación, el 45,6% de los jubilados nunca concurrió a los lugares de recreación y sólo el 16% participa de los Centros de Jubilados, indicando que existe una gran cantidad de personas disconformes con su retiro laboral. otra muestra del quiebre social que existe con los mayores son los clubes: solamente el 7,5% asiste habitualmente a ellos. No obstante, quienes sí eligen participar de los centros temáticos, expresan su preferencia por los juegos de mesa, los viajes organizados, la gimnasia y los deportes; marcando que sólo el 16% (integrado por las personas recién nombradas), se acostumbra rápidamente a la inactividad profesional.

En las Universidades, es muy importante, disponer de servicios destinados a promover un envejecimiento sano, prevenir, atenuar los problemas que puedan afectar la capacidad de los individuos de actuar por si mismo y crear programas de apoyo. Desarrollar un programa que organizará distintas actividades, tendientes a acompañar a las personas próximas a jubilarse, a reflexionar y pensar con anticipación un proyecto de vida más pleno en lo personal y en relación con el entorno social.

OBJETIVOS

General: Preparar, prevenir y mitigar el impacto y consecuencias generadas por el retiro laboral.

Específicos:

- Crear un sistema integral de apoyo para el futuro retirado.
- Fomentar respeto, valoración y autoestima en el próximo jubilado.
- Planificar estrategias para abordar situaciones emergentes al momento del retiro laboral.

- Impulsar en la comunidad universitaria una cultura de respeto, reconocimiento y valoración de la trayectoria del personal próximo a jubilarse.

METODOLOGÍA

Trabajo de investigación cualitativo, prospectivo, descriptivo y experimental.

Se efectuará en la Facultad de Ciencias de la Salud, en todo el personal (PAU y docente) que según situaciones particulares se encuentren próximos a acogerse a la jubilación.

El presente trabajo constara de diversas etapas:

1ª Etapa: Definir la población destinataria, determinando los parámetros de inclusión y exclusión.

2ª Etapa: efectuar Diagnostico e Identificación de problemas

3ª Etapa: Planificar y ejecución de estrategias a través de Talleres, Cursos y/o Charlas para abordar la temática sustancial de la Investigación, donde se analizarán los cambios, prejuicios y ventajas al suponer la jubilación, fomentando hábitos y situaciones saludables con el propósito de mejorar la calidad de vida venidera.

4ª Etapa: Evaluación: se efectuará al inicio de la investigación, durante el desarrollo (a fin de detectar y realizar posibles cambios) y al concluirse la misma.

Cabe destacar que, la orientación del presente trabajo se llevara a cabo, a partir de una serie de sesiones periódicas (individuales y/o grupales) donde se trabajaran sobre los miedos, incertidumbres y pérdidas manifestadas por los futuros retirados. Y a partir de su trabajo de reflexión y de la puesta en común, la persona ira identificando quién es, independientemente de un cargo o función profesional, y qué hacer con el tiempo, en su futura etapa, que estará libre de horarios y actividades fijas.

CONCLUSIONES

De lo planteado, podemos concluir que es ineluctable la necesidad de crear un espacio destinado a la preparación hacia la nueva etapa que inician el personal próximo a jubilarse. Desarrollar políticas de contención y prevención a fin de promover un envejecimiento sano.

Para poder llevar a cabo el proyecto, es importante contar y comprometer a la Institución, en la inversión de recursos humanos, materiales y tiempo, con el propósito de llevar a cabo la preparación de las personas en el proceso final de su trayectoria laboral y el inicio de un nuevo ciclo de vida.

BIBLIOGRAFIA

Iacub, R. – Acrich, L. - Módulo 3 Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional. – “La Psicología de la Mediana Edad y Vejez”. Ministerio De Desarrollo Social. Presidencia De La Nación- Universidad Nacional De La Plata – 2008

Kischer A.; Vessuessian R. - Módulo 1 Especialización En Gerontología Comunitaria e Institucional – “Políticas Sociales” - Ministerio De Desarrollo Social. Presidencia De La Nación- Universidad Nacional De La Plata – 2008

OPS/ OMS “LA ATENCION DE LOS ANCIANOS: UN DESAFIO PARA LOS AÑOS NOVENTA” Ed. Anzola Pérez Elías y Colaboradores. Publicación científica número 546 Washington. 1994

Paola, J. P. – Danel, P. M. - Módulo 5 Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional – “Modelos Comunitarios e Institucionales de gestión Gerontológica.” Ministerio de Desarrollo Social. Presidencia De La Nación- Universidad Nacional De La Plata – 2008

Roque, M. – Fassio, A. - Módulo 2 Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional – “Gerontología Comunitaria e Institucional” - Ministerio De Desarrollo Social. Presidencia De La Nación- Universidad Nacional De La Plata – 2008

Touceda, M. A. – Rubin, R. – Módulo 4 Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional - “Salud, Epidemiología y Envejecimiento”. Ministerio De Desarrollo Social. Presidencia De La Nación- Universidad Nacional De La Plata – 2008

<http://www.anses.gob.ar/futuros-jubilados> - Programa de Preparación de Retiro Laboral – Julio 2010