SIGNIFICADOS Y CREENCIAS FRENTE AL PROCESO DE JUBILACIÓN EN PAREJAS DE JUBILADOS

María Alejandra Campuzano Fajardo

Universidad de La Sabana Facultad de Psicología Chía, Abril de 2009

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	2
Antecedentes	5
Evidencia Teórica	5
Evidencia Empírica	22
Objetivos	31
General	31
Específicos	31
Pregunta Problema	32
Método	33
Participantes	34
Materiales	34
Procedimiento	35
Resultados	37
Pareja	37
General	42
Discusión	48

Referencias	52
Anexos	55
Protocolo de entrevista	55
Categorización primer nivel	58
Matriz 1	58
Matriz 2	63
Matriz 3	67
Matriz 4	71
Matriz 5	76
Matriz 6	80
Análisis Axial	84
Análisis Coaxial	95
Entrevista Piloto	104

SIGNIFICADOS Y CREENCIAS FRENTE AL PROCESO DE JUBILACIÓN EN PAREJAS DE JUBILADOS

Introducción

La jubilación es un tema que ha venido interesando a los psicólogos desde el siglo XXI y se ha estudiado desde el ámbito laboral, social y personal del individuo. Es por eso que este trabajo pretende ampliar el conocimiento sobre el tema, enfocándolo no solo desde la persona sino también desde las implicaciones que un proceso de cambio como éste puede causar en las parejas. Además complementará los análisis ya existentes acerca de la relación entre el ciclo vital, específicamente la etapa de la vejez, con el proceso de jubilación.

Asimismo, este es un estudio que se va a trabajar desde un enfoque narrativo, de modo que se interpretarán los discursos y contenidos de cada sujeto, lo que permitirá conocer los significados de cada una de las personas frente a la jubilación. Esto ayudará a complementar los estudios realizados previamente con metodologías de corte cuantitativo integrando métodos cualitativos, tomando en cuenta que la jubilación es un proceso completamente diferente en cada persona y reconociendo que se trata de un proceso individual.

Por otra parte la relevancia social es una de las razones más importantes para realizar este trabajo. Esto es porque las personas próximas a la jubilación o que se encuentran en el proceso, están pasando por muchos otros cambios vitales que pueden dificultar el afrontamiento de esta nueva situación. Además sus parejas también se encuentran en un proceso de adaptación, ya que tienen que redefinir el tiempo libre de ambos y acordar como van a usarlo juntos, esto entre muchas otras circunstancias que son precisamente las que se quieren indagar.

Por todo lo anterior y basados en que el psicólogo busca el bienestar de las personas y mejorar su calidad de vida, la principal idea del trabajo y lo que en realidad me ha inspirado a hacerlo, es que en Colombia se han hecho pocas investigaciones a profundidad acerca de la jubilación y por lo tanto no se tienen muchos programas de ayuda para este proceso. Además se presume que la cantidad de personas jubiladas aumentará drásticamente en los próximos años debido al crecimiento de la población adulta, y a las diferentes estadísticas demográficas presentadas en la teoría.

Antecedentes

A continuación se describirán los antecedentes teóricos y empíricos que fundamentaron la investigación.

Evidencia Teórica.

Ciclo vital.

Podría decirse que el ciclo vital son los cambios relacionados con la edad que suceden en el comportamiento a lo largo de la vida, es decir desde la concepción hasta la muerte. Este ciclo vital puede ser individual y conyugal, y es imprescindible conocerlo para saber en qué etapa se encuentran las personas jubiladas.

Este concepto de ciclo vital permite hablar de desarrollo no solo en términos de niñez y adolescencia sino que también alude al envejecimiento. Hablando de un desarrollo como ganancias y pérdidas a través de diferentes etapas y momentos de la vida (Hernández, 1997).

En la primera mitad del siglo XX se despertó un gran interés por el ciclo de la vida. Freud propuso las etapas de desarrollo sexual; Gessell y Wallon describieron las del desarrollo normal del niño, Piaget planteó su teoría sobre los estadios de la inteligencia y Spock se encargó de interpretar la conducta infantil para el público (Hernández, 1997).

Más adelante Erickson (2000) planteó un esquema gradual de maduración individual, como sucesión de cambios en la formación del yo, dentro de un gran plan de crecimiento en ocho etapas, cada una de las cuales surge en un momento específico.

Luego Gould empezó a estudiar las fases del ciclo vital adulto, evidenciando los cambios interpersonales de los mismos, subrayando que el desarrollo no se detiene cuando se es mayor de edad sino que continúa a lo largo de toda la vida, y que en los adultos existen cambios pronunciados e importantes en la vida de las personas (Hernández, 1997).

Gracias a estos estudios Neugarten (1976, citado en Hernández, 1997), afianza la idea de trazar un curso vital entrelazando el tiempo histórico con el tiempo biológico. Además resalta que las personas pasan a través de ciclos que tienen unas puntuaciones especificas que implican cambios en el autoconcepto y en el sentido de la identidad, señalando cambios en los roles sociales y emocionales. Ejemplos de estas puntuaciones o cambios son la iniciación formal a la escuela, el matrimonio, la paternidad, la iniciación laboral y la jubilación.

Ciclo de vida individual.

A diferencia de los autores mencionados anteriormente, Glick et al. (2003) hablan de un ciclo vital individual que comienza en la adultez, ya que las etapas de la infancia estarían más ligadas al ciclo vital de la familia.

Estos autores hablan de tres grandes grupos de adultos: los adultos jóvenes (20-40)años), adultos de mediana edad (40 - 60 años) y personas mayores (60 años o mas). Sin embargo cada una de estas etapas está dividida en dos, dependiendo de las funciones y características de cada década.

La primera etapa es la de los 20 a los 30 años en donde la característica principal es la de tomar decisiones acerca de su profesión, de su pareja, de tener hijos, etc. y por otra parte empezar a establecer una estructura social estable.

Luego sigue la etapa de los 30 a los 40 años, en donde se reconsideran las decisiones anteriormente tomadas y se intensifica el compromiso con su profesión y sus relaciones íntimas.

Más adelante está la etapa que va de los 40 a los 50 años. Acá los adultos enfrentan la complejidad de estar al mando y de tener muchas responsabilidades, especialmente con los hijos. Además revalúan sus objetivos de vida y se absuelven por errores cometidos.

Después sigue la etapa de los 50 a los 60 años, en donde las personas finalmente logran aceptarse tal cual son, afrontan diferentes hechos de la vida, como ser abuelos, y empiezan a enfrentar temas relacionados con envejecimiento y muerte.

Finalmente, aunque Glick divida el último grupo entre personas de 60 años o más y mayores de 75 años, en este trabajo se tomarán como una sola etapa. Ritvo et al, (2003) mencionan que las personas mayores se centran en el desarrollo de un objetivo para el resto de su vida y en hacer una revisión de la misma. Sin embargo, este objetivo tienen que encontrarlo en medio de una sociedad que valora la juventud y degrada la vejez, por lo que las personas en esta etapa pueden tener dificultades en buscar una funcionalidad. Además, la mayoría de ancianos actualmente son mujeres, ya que suelen vivir siete años más que los

hombres en promedio, y suelen casarse con hombres mayores. Estas diferencias hacen que afrontar la vejez dependa de discriminaciones por edad, sexo o nivel económico.

Así como es importante el ciclo vital individual, el ciclo vital conyugal es trascendental en este estudio, ya que la jubilación es un proceso que impacta fuertemente a la pareja no solo al individuo. Hay que aclarar que existen dos autores que trabajan las etapas de la pareja; Glick et al (2003) por una parte habla de etapas de la vida conyugal, mientras que Pittman (1998) propone etapas de toda la vida de pareja.

Según Pittman (1998), la primera etapa es el enamoramiento, donde se da el cortejo y la sensación de gusto y afecto por el otro. En este momento uno de los dos debe reconocer que "quiere" al otro, y esperar la respuesta, la cual llevará a la siguiente etapa. Glick et al (2001) habla de la etapa del noviazgo y los inicios del matrimonio. En ella se establece una identidad como pareja y se desarrollan formas de comunicación y resolución de problemas. Además de la organización de patrones frente a la relación con familiares, trabajo y amigos. Esta etapa puede ser la más gratificante en la pareja o puede convertirse en un punto crítico de evaluación y terminar en divorcio. Paralelamente se da una de las etapas propuestas por Pittman (1998), que es la del pánico prenupcial; en esta se da un "enfriamiento" del cortejo y de la relación como tal, que es un intento por dar un paso atrás y comprobar que se es dueño de sí mismo, poniendo una distancia entre la persona y la pareja.

Más adelante se encuentra la etapa del "fin de romance" en la que según Pittman (1998), la pareja se empieza a dar cuenta que su cónyuge es menos maravilloso de lo que había pensado, no sienten la misma intensidad sexual e incluso pueden aburrirse. Luego viene la etapa de parentalidad y formación de la familia, en donde el amor y la atención se concentran más en el nuevo bebe que en la pareja.

Después de un tiempo viene la etapa de matrimonio en adultos de mediana edad (Ritvo et al, (2003)). En esta etapa el matrimonio puede verse amenazado por los cambios en la transición de los cuarenta, el nido vacío y el principio de las enfermedades. En este momento se pone a prueba la fortaleza del matrimonio. Análogamente según Pittman (1998) se encuentra la etapa en la que el sexo decae, esto se da porque a medida que las personas envejecen se encuentran menos interesadas en el sexo, por una parte por razones fisiológicas y por otra por cuestiones psicológicas. Además, las personas se encuentran en una etapa que Pittman llama "alcanzar la cumbre" en donde creen que de ahí en adelante se va cuesta abajo, en donde se deprimen antes de alcanzar las metas, y creen que ya no tienen tiempo para lograr todos sus sueños.

Finalmente, está la etapa del matrimonio en personas mayores donde se pueden encontrar relaciones por conveniencia y costumbre o pueden conllevar un profundo sentimiento de unión. En este punto los cónyuges son más tolerantes el uno con el otro.

La jubilación se puede dar en estas dos etapas y sin lugar a dudas va a ser un factor principal en el desarrollo del matrimonio, sin embargo es bien sabido que las etapas no tienen que ser necesariamente lineales ni la edad que las delimitan exactas, sino que dan pautas para saber aproximadamente en cuál podría encontrarse una pareja.

Jubilación.

La jubilación constituye una de las principales tareas de la edad adulta tardía durante el desarrollo y la etapa final del ciclo ocupacional. Tal como se le conoce ahora, es un fenómeno de la sociedad industrial moderna, una etapa de la vida relativamente nueva que surgió hasta el siglo XX y que cobró impulso después de la Segunda Guerra Mundial (Hansen Lemme, 2003). Asimismo, Floyd et al (1976), dicen que actualmente la jubilación se ve más como una etapa de la vida que requiere de una adaptación en el tiempo y que afecta la vida del individuo y su familia.

En 1900, la jubilación era principalmente para quienes tenían suficientes tierras u otros recursos que les permitían dejar de trabajar (Quedagno & Mc Clellan, 1989, en Hansen Lemme, 2003). No era una opción viable para quienes se autoempleaban y trabajaban hasta que se agotaban física o mentalmente, o morían. La disponibilidad de la jubilación en una escala social exige dos requisitos: una economía industrial lo suficientemente productiva como para generar un excedente, y la disponibilidad generalizada de sistemas de pensión públicos y privados que sostengan a los trabajadores en lo individual después de que estos abandonan la fuerza laboral.

El sistema económico que sostiene a los jubilados nace en 1935 con la creación de la Ley de Seguridad Social en Estados Unidos, firmada por el presidente Franklin Roosevelt, y que obliga a los trabajadores a contribuir con una parte de su salario a ayudar a los jubilados con la garantía de que también se cuidara de ellos cuando se jubilen. Sin embargo, en Alemania y Gran Bretaña ya se habían creado leyes similares muchos años atrás. Esta ley se estableció porque la tasa de desempleo y pobreza en adultos mayores se había disparado gracias a diversas causas como la Gran Depresión, la discriminación laboral y el desplazamiento de trabajadores debido al avance de la tecnología entre otras (Belsky, 2001).

Después de la Segunda Guerra Mundial los planes de pensión privados aumentaron ya que las grandes empresas encontraron que esos planes atraían a los mejores trabajadores, así como los sindicatos empezaron a pelear por coberturas similares en las negociaciones con sus empleadores. Dentro de la se ley establecieron los 65 años como la edad que reunía los requisitos para recibir las prestaciones gubernamentales, basada en la ley alemana. Además en esa época la expectativa de vida era mucho más corta, entonces se esperaba que las personas vivieran un año y medio jubilados por lo que no obtendrían demasiado de las prestaciones sociales (Hansen Lemme, 2002).

Todo esto permitió que se expandieran los interesados en jubilarse, ya que veían esta circunstancia como un periodo de esparcimiento, autonomía, libertad y lujos que antes no se pudieron dar, y no como una etapa aterradora de desempleo. Además este proceso permitía a los más jóvenes ganar espacio laboral que iban dejando los jubilados. (Hansen Lemme, 2002).

Lo anterior nos lleva a analizar los diferentes factores que pueden estimular o no a que un trabajador que se quiera jubilar. Los primeros factores están referidos a circunstancias externas a las personas por ejemplo que la empresa como tal decida reducir plantillas, por una discriminación por edad o por problemas de salud. Existe también el factor psicológico, como el grado de afecto que las personas sientan por su trabajo, el grado de entrega a él, o hasta qué punto ansíen las actividades de ocio. Pero el factor más influyente es el económico: el hecho de que una persona pueda permitirse vivir sin seguir trabajando, dadas principalmente por la seguridad social y las pensiones privadas (Belsky, 2001).

Según Belsky (2001), la Seguridad social es un programa de seguros para personas mayores patrocinado por el gobierno, al que las personas cotizan mientras trabajan y obtienen beneficios cuando ya no puedan trabajar o cuando se jubilan.

Por otro lado las pensiones privadas son programas de seguro privado para la vejez, en los que las personas o sus empresarios, apartan unos fondos que se utilizaran durante la jubilación. Sin embargo, las personas que disfrutan realmente de estas pensiones son las que tienen trabajos de mayor categoría (Crystal, 1999, en Belsky, 2001). Además para tener acceso a estos ingresos las personas deben haber trabajado en una empresa un mínimo de años.

Teorías de actividad y desvinculación

Según Sáez (1996), existen dos teorías que pueden afectar la actitud frente al retiro. Primero mencionan la Teoría de la Actividad, que parte de la hipótesis de que sólo la persona activa, productiva y útil materialmente dentro de su contexto, puede sentirse feliz y satisfecha. De lo contrario supone ser desgraciado y encontrarse descontento.

Por esto mismo, según esta teoría la pérdida del rol laboral por motivo de jubilación supondrá en el individuo una pérdida de función. Esta jubilación y por tanto pérdida de función lleva consigo una inactividad, una limitación en la extensión del comportamiento, no sólo en el área social sino también en la familiar (Sáez 1996).

Además, en esta sociedad el papel de los viejos es escaso y no se toma en cuenta la transmisión de experiencia, por lo que su nivel de funcionalidad se ve constantemente subestimado, haciendo que la persona se tenga que adaptar a situaciones nuevas todo el tiempo, sintiéndose retrasado frente al mundo. (Lehr 1995). Los continuos cambios sociales, la permanente necesidad del sujeto activo a reciclarse, hacen del anciano un ser en terreno de nadie, un ser sin función dado que en la mayoría de casos ni se recicla ni tampoco se adapta a los cambios (Sáez 1993).

Por otra parte, la Teoría de la Desvinculación, se contrapone completamente a la anterior, ya que propone que las personas mayores prefieren en cierta forma el aislamiento social y la reducción de contactos sociales. Los seguidores de esta teoría piensan que, el

bienestar y la felicidad de los ancianos no está en función de sentirse útil o ejercer una función sino que a la vejez si se la dota de la seguridad, ayuda y suficientes servicios, lo determinante será el deseo de desvinculación del contexto social previo a su jubilación, pues de ello surgirá en los ancianos el bienestar salido del desprendimiento de contactos sociales (Sáez 1993).

Decisión de jubilarse

Como se dijo anteriormente, la jubilación solía ser el símbolo de la incapacidad, el final de la vida productiva (Belsky, 2001), pero gracias a una serie de situaciones paso a ser algo satisfactorio. No obstante, la decisión de jubilarse tiene una serie de implicaciones que no se pueden dejar de lado.

"El retiro tiene un referente implícito que es el trabajo. Cualquier consideración en torno al tema y sus consecuencias implica necesariamente aludir al significado que el trabajo tiene para los que continúan en él o ha tenido para aquellos que ya lo han abandonado" (Forteza, 1990, pp, 102).

Efectivamente, el adulto sano pasa gran parte de su tiempo en actividades de producir o distribuir bienes y servicios. Esto hace que los lugares donde se desenvuelve, sus horarios, sus desplazamientos, casi todas sus interacciones personales etc, estén basados en estas actividades. Además el valor de sí mismo basado en el prestigio, estatus e influencia están directa o circunstancialmente ligados a su empleo. (Forteza, 1990).

Igualmente, "a través de su trabajo, pone en juego y desarrolla sus aptitudes, destrezas, conocimientos, competencias, creatividad, actitudes, etc. Es decir, pone de manifiesto y expresa su propia personalidad, muestra sus señas de identidad y modula su grado de autoestima" (Forteza, 1990, pp, 102).

Por otra parte, Palmore et al (1985, citado en Hansen Lemme, 2002) y Forteza, (1990) coinciden en el establecimiento de cinco factores que podrían afectar la toma de decisión de jubilarse: el primero es la salud; el segundo, la condición socioeconómica, el tercero las características demográficas como la edad, el estado civil, el género, y la cantidad de dependientes económicos; el cuarto factor son las características laborales, es decir, si se es auto empleado, empleado subordinado o simplemente la cobertura de la pensión de la que ya hemos hablado anteriormente; y por último, las actitudes hacia el trabajo y la jubilación. Estas actitudes pueden derivarse de la importancia emocional del trabajo en general.

Forteza, (1990) propone cuatro tipos de combinaciones de actitudes positivas y negativas de los trabajadores frente a la jubilación: Los trabajadores mayores que están satisfechos muestran una actitud negativa y ponen el énfasis en aquello que les agrada y que se ven obligados a dejar; los trabajadores satisfechos con una actitud positiva suelen señalar que después de una vida profesional de la que se sienten orgullosos van a poder disfrutar al fin de otros aspectos que hasta ahora habían tenido que sacrificar; los trabajadores insatisfechos que tienen una actitud negativa, se sienten frustrados por no haber podido realizar lo que hubieran querido hacer y predomina en ellos un sentimiento de obra incompleta; los trabajadores insatisfechos con una actitud positiva ponen de relieve sentimientos de alivio por dejar de lado un trabajo desagradable, pudiendo dedicarse ahora tan solo a aquellos asuntos que les resultan gratos.

Por otra parte, hay que aclarar que en el mundo actual las mujeres se han convertido en una fuerza laboral. Sin embargo, los factores implicados en una toma de decisiones

respecto a la jubilación son un poco diferentes, principalmente por el significado que tiene para ellas su identidad que suele repartirse entre la maternidad y la carrera profesional.

Asimismo Ekerdt & Dennis, 2002 mencionan que las consideraciones de orden familiar desempeñan una función particular en la decisión que toman las mujeres de jubilarse.

A pesar de todo, existen otros autores como Carstensen (2006) que piensa que en años anteriores a la jubilación la misión de una persona consiste en obtener éxito y dejar una huella en el mundo. Pero una vez alcanzado esto, las cosas importantes en su vida cambian, como pasar más tiempo con la familia, dedicarse a actividades en servicio a la comunidad, a hacer cosas que siempre quiso aprender como pintar, tocar algún instrumento o viajar.

Efectos de la jubilación

Ashley (1985, citado en Belsky, 2001 & Hansen Lemme, 2002) identificó 2 etapas en el proceso de jubilación en donde la segunda etapa está compuesta de cinco fases. La primera etapa es la de Prejubilación, que comprende la preparación y decisión de jubilarse, en esta se forman diferentes expectativas acerca de esta nueva etapa. Luego sigue la Jubilación Real, donde se encuentran la fase de luna de miel, que consiste en el goce inicial por haber dejado de trabajar y por tener más tiempo libre, descanso y relajación; además donde se puede generar una nueva rutina que antes no podían realizar impedidos por el trabajo.

Más adelante se encuentra la "fase de desencanto", que se da principalmente porque la jubilación no cumplió con las expectativas requeridas. Como se mencionaba anteriormente, para muchas personas la jubilación implica un cambio de prioridades, y

buscan realizar actividades que antes no podían. Por esto esta etapa puede llegar a ser frustrante para la persona.

Después viene la "fase de reorientación", donde el individuo jubilado se adapta al encontrar nuevos intereses que ocupan el lugar del trabajo y finalmente establecen una rutina. Y por último, está la "fase de terminación" que puede consistir en volver a trabajar o en la muerte. Este tipo de trabajo al que pueden volver después de jubilarse son trabajos de medio tiempo o trabajo puente, es decir un empleo de tiempo parcial en un nueva línea de trabajo y menor ingreso o un autoempleo.

Por otra parte, es necesario comprender otras consecuencias que puede traer la jubilación. En primer lugar se encuentran los efectos económicos. Estos pueden variar dependiendo si se tiene un seguro social o una pensión privada. Como se mencionaba anteriormente, la ley de seguridad social se creó por la pobreza en la que caían los ancianos jubilados, sin embargo gracias a esta ley, los jubilados pueden incluso hasta comprar casa nueva (Belsky, 2001 & Hansen Lemme, 2002).

En cuanto a las consecuencias emocionales, existen diversas creencias. Por un lado está esta la teoría de la crisis, en donde se cree que la jubilación es un proceso con altas implicaciones emocionales y familiares que pueden afectar fuertemente a los jubilados. Esta teoría sostiene que al perder el rol laboral, hay una disminución de la autoestima y estatus produciendo retraimiento, enfermedad e insatisfacción con la vida. Sin embargo, diversos estudios han encontrado que la jubilación no deprime, aísla o aburre a la gente y, mucho menos, le ocasiona la muerte.

Y por otra parte, la teoría de la continuidad en donde se cree que la jubilación no produce ningún efecto en la salud o en el estado de ánimo, basados en que pocos individuos basan toda su autoestima en el trabajo y que sigue habiendo oportunidades de satisfacción y conservación del sentido de sí mismo, porque van atravesando por un proceso, que ya se ha explicado anteriormente. En pocas palabras los jubilados no experimentan problemas de adaptación serios (Ashley 1976, citado en Belsky, 2001 & Hansen Lemme, 2002).

Estas teorías se ven apoyadas por una recopilación realizada por Cal, Mayan & Arce (2006) que encontraron ciertas expectativas que influyen en la jubilación de las personas. Uno de ellos es la disponibilidad de tiempo para hacer lo que se desea o aparece, de manera que pueda distribuirlo a su antojo, lo cual constituye precisamente una de las aspiraciones más acentuadas de la sociedad post-industrial. Mencionan que el tiempo libre puede considerarse como una riqueza de inestimable valor siempre que se la sepa administrar inteligentemente.

Asimismo, Forteza (1990) encontró que para los empleados su trabajo resultaba incómodo por ser de cierta forma una obligación. Los estudios sobre estrés laboral ponen de manifiesto las nefastas consecuencias que a medio largo plazo pueden producir las demandas inherentes al trabajo. Una tercera aspiración es el fortalecimiento de la convivencia de las relaciones personales y las oportunidades de compartir cambios de la vida cotidiana con la pareja, los familiares, los amigos.

Sin embargo, aparte de las aspiraciones también encontró ciertos miedos como el abandono de las actividades que se hacían en el trabajo o a causa de él, con las que se estaba familiarizando o encariñado.

Otra es la pérdida de un rol funcional en la sociedad con todas sus consecuencias: prestigio, poder, influencia autoestima. Otra podría ser la aparición de un tiempo vacio y saber cómo completarlo. Y por último, la limitación de las oportunidades de comunicación interpersonal, lo que puede derivar soledad.

Jubilación y matrimonio

Según Ekerdt & Szinovacz (1996), hay estudios que han mostrado los efectos de las familias en el proceso de jubilación. Mientras que la persona esté casada, tenga hijos, y nietos e incluso padres que aún viven, el proceso de adaptación a la jubilación va a ser más satisfactorio. Cuando una persona no está casada, el hecho de jubilarse puede tener un impacto muy difícil porque se considera que sus relaciones las ha basado prácticamente en amistades laborales.

Asimismo, el hecho de que la jubilación se dé por cambios familiares o personales y no como una transición normal puede afectar la adaptación, por ejemplo una enfermedad o tener que cuidar de alguien. Y de la misma forma el hecho de que otro acontecimiento vital se dé al tiempo que el retiro, como por ejemplo la muerte de los padres o la viudez, incrementará los problemas de adaptación al proceso Ekerdt & Szinovacz (1996).

Por otra parte el proceso de jubilación es cada vez más una transición de pareja. Ekerdt Rose, Bosse & Costa (1976). Normalmente cuando ambos trabajan, la pareja prefiere jubilarse al mismo tiempo. No obstante, si uno de los dos se jubila primero puede generar problemas maritales. Por ejemplo, si el esposo se retira primero, y su esposa aún participa activamente en su carrera, puede verse afectado su rol tradicional de ser el "gran aportador" a la familia. (Ekerdt & Szinovacz, 1996; Hansen Lemme, 2002). Esta situación es cada vez más común ya que ahora las esposas no son únicamente amas de casa, por lo que en el matrimonio se tiene que pensar en dos procesos de jubilación. Por esto cuando uno de los dos se jubila primero, hay un plazo de más o menos dos años para que

renegocien su relación. Esto implica la reestructuración de calendarios, cuánto tiempo van a pasar juntos, cómo dividirse el trabajo en casa, de qué manera ayudar al cónyuge a encontrar una nueva estructura de vida y encontrar el modo de manejar el aumento de tiempo libre.

Sin embargo, Ekerdt et al (1976) dicen que prácticamente ningún estudio ha demostrado que la jubilación tenga un fuerte efecto en la calidad del matrimonio. En un estudio que realizaron, descubrieron que el nivel general de satisfacción con la jubilación era elevado ya que la mayoría de los participantes describieron que aumentaron las actividades compartidas con su pareja después de la jubilación.

Pero también se encontraron problemas cuando por ejemplo el esposo se jubilaba y la esposa nunca había trabajado, describiendo una intromisión de uno de ellos en las actividades del otro que no se había presentado antes.

En conclusión, podría decirse que las respuestas frente a la jubilación, varían dependiendo de las características individuales como la buena salud, ingresos suficientes, un sistema de apoyo social y marital fuerte y un nivel ocupacional elevado, convirtiéndose en una fuente de satisfacción o de tensión. Estas capacidades de afrontamiento dependen de las habilidades aprendidas previamente, junto a la valoración subjetiva de la experiencia como algo que supone un reto o una amenaza, así como una forma de pensar flexible y actitudes positivas (Hansen Lemme, 2002).

Sistema de pensiones

El sistema de pensiones es importante ya que con él se podrá comprender más fácilmente el proceso económico por el que pasan los jubilados, ayudando a un mejor análisis de las entrevistas.

Según Rofman y Lucchetti (2006) el desempeño del sistema pensionario puede evaluarse considerando tres aspectos: cobertura, suficiencia y sostenibilidad. El primero se refiere a la proporción de la población de adultos mayores protegida por los sistemas (y, si se trata de un sistema contributivo, a la proporción de adultos jóvenes aportantes). La suficiencia hace referencia al nivel de beneficios y a la capacidad de quienes los reciben de mantener un nivel "suficiente" de consumo. Finalmente, la sostenibilidad se remite a la capacidad de la sociedad y el Estado de mantener los sistemas en funcionamiento sin ocasionar mayores inconvenientes en las cuentas fiscales.

En este caso se tomará en cuenta la evaluación que hacen respecto a la cobertura en América Latina. Respecto a esto se puede decir que los sistemas de pensiones se ha transformado lentamente en un tema fundamental en el debate político de la región. Después de más de una década de reformas y debates, el problema central de los sistemas de pensiones en América Latina (cómo proteger a la mayoría de los trabajadores y a sus familias de los riesgos económicos causados por la edad y el retiro de la actividad laboral) continúa sin resolverse, tanto en los países en los que se implementaron reformas estructurales como en países en los que sólo se realizaron ajustes paramétricos y en otros en los que no se adoptaron reformas importantes. Las propuestas y los debates de la última década se vieron influenciados por posturas ideológicas y objetivos no siempre relacionados con las metas centrales de los programas, y de ningún modo deberían ser la fuerza impulsadora que modele los sistemas de seguridad social (Rofman y Lucchetti, 2006).

Por otra parte, Bertranou (2004), afirma que la protección social de los trabajadores se encuentra estrechamente relacionada con las condiciones del mercado laboral y particularmente del empleo. Sólo quienes tienen un trabajo tanto formal como estable, acceden a beneficios sociales como la cobertura de jubilaciones, mientras que los trabajadores informales y las personas sin empleo suelen carecer de éstos o depender de programas sociales.

El papel que cumple el mercado laboral como fuente de financiamiento de los regímenes de pensiones es y seguirá siendo clave en el futuro. La historia laboral y de cotizaciones son cruciales en la determinación de la cobertura, aún cuando los sistemas reciben, en la mayoría de los casos, un importante flujo de recursos fiscales provenientes de impuestos (Bertranou, 2004).

En el caso de Colombia, existe el Fondo de Solidaridad Pensional (FSP), que tiene por objeto subsidiar los aportes al Régimen General de pensiones del Instituto de Seguridad Social de los trabajadores asalariados o independientes de bajos ingresos del sector rural y urbano. Los trabajadores deben afiliarse al FSP y reciben un subsidio a la cotización que depende de ciertos parámetros como la edad y la inserción laboral. Además, el subsidio también depende de la disponibilidad de recursos del FSP, y del plan de extensión de la cobertura que se establezca anualmente (Bertranou, 2004).

Envejecimiento de la población

Bravo (2000), muestra el papel que desempeña el envejecimiento demográfico en cuanto a la evolución de mediano y largo plazo de los sistemas de pensiones en América latina y el Caribe, mostrando de tal manera que el envejecimiento de la población está relacionado directamente con la evolución de los sistemas de seguridad social.

Dentro de la etapa de transición demográfica se puede considerar una significativa reducción en la mortalidad de los niños además de importantes disminuciones en la fecundidad, por lo tanto la población de América latina ha empezado a envejecer. Las personas mayores de 60 años, constituyen el grupo de la población de más rápido crecimiento en la región, constituyendo hoy el 8 % de la población en América latina, comparando con un 16 % en los estados unidos, 20 % en Europa el 23 % en Japón (Bravo, 2000).

Evidencia empírica.

Skoknic (1998) estudió los efectos de la preparación psicológica para la jubilación. En este estudio se revisan las acciones y programas de intervención llevados a cabo por los psicólogos, en diferentes países, para contribuir a enfrentar con éxito las condiciones de vida que el adulto mayor experimenta durante su jubilación. Se analiza el concepto de vejez y el proceso de jubilación desde diferentes perspectivas.

Para esto se compararon dos grupos de trabajadores de 75 personas en total, uno con participantes en el programa y otro grupo similar al anterior, no participante, desde la perspectiva de los cambios obtenidos en la calidad de la vivencia del jubilado, y especialmente, en la aplicación de conocimientos prácticos obtenidos durante la intervención, para prevenir o retrasar alteraciones de la salud psicológica o física

Los resultados mostraron que el grupo participante en el programa, un año después, mostró mayor satisfacción con su jubilación sin ansiedad o depresión, más capacidad para convivir con la familia y uso más inteligente de su tiempo libre. Finalmente, se comenta la importancia preventiva que tienen estos programas de intervención psicológica para

contribuir a disminuir el fuerte costo económico que significa para los sistemas previsionales, especialmente del estado, el porcentaje creciente de adultos mayores sin la orientación y preparación que requiere esta nueva etapa vital.

De la misma forma, Madrid (2000) hacen una revisión sobre los factores psicológicos y sociales asociados al estado profesional de la jubilación. Describen la percepción de los trabajadores frente a la jubilación y los instrumentos utilizados para evaluarla como la Escala de Deprivación del Trabajo de Thompson, Escala de Diagnóstico de Trabajo de Hackman y Oldham; la Escala de Prejubilación de Boyack y Tiberi, La Escala de Opiniones acerca del trabajo de Kilty y Behling y el Cuestionario de Orientación de Trabajo y Familia.

Además, examinó las consecuencias negativas de carácter psicológico de las personas que no se adaptan bien al retiro y, el buen ajuste emocional de las personas que se jubilan y los procesos que explican la percepción de satisfacción que determinados trabajadores sienten. Igualmente revisan algunos factores predictivos de la preparación para la jubilación como el sexo, la vida marital, personas dependientes, categoría y factores laborales, el apoyo social, los ingresos económicos, la salud general, el nivel educativo, las variables de personalidad etc. También mencionan las consecuencias directas de la jubilación, algunas explicaciones posibles para establecer las satisfacciones que se pueden dar durante el retiro, formas de planificación para un ajuste adecuado a la jubilación y, finalmente, las conclusiones y las futuras líneas de investigación.

Respecto a este último aspecto, agregan que los instrumentos de medición utilizados son muy antiguos, por lo que sería indicado proponer nuevos cuestionarios; además, dicen que la mayoría de investigadores han hecho estudios descriptivos, retrospectivos y han tomado a la población jubilada como si fuera homogénea, por lo que proponen estudios prospectivos, experimentales y tomando en cuenta las características individuales de las personas jubiladas que puedan afectar sus actitudes frente a la jubilación.

Del mismo modo, Rodríguez (2001) hizo un análisis sobre la relación existente entre el grado de satisfacción con el uso del tiempo libre y las actitudes hacia la jubilación. Para esto se utilizo un cuestionario con ciertos datos como edad, género, nivel educacional, nivel ocupacional, grado de satisfacción con el uso del tiempo libre, etc.; y además construyó una escala de actitudes basada en el método del diferencial semántico de Osgood, Suci y Tannenbaum (1957, citado por Rodríguez, 2001). Estos fueron aplicados a 150 sujetos jubilados de la ciudad de Buenos Aires con un promedio de edad de 71 años.

La principal conclusión es que a mayor grado de satisfacción con el uso del tiempo libre, hay actitudes más favorables frente a la jubilación, es decir que las personas que están satisfechas con el uso de su tiempo libre consideran a la jubilación como una etapa más alegre, entretenida, activa, agradable, sociable, satisfecha, feliz, adaptada y positiva que las personas que se sienten insatisfechas con el uso del mismo. También notaron que a pesar de que al jubilarse se reducen los ingresos económicos, existe la posibilidad de realizar actividades que siempre se habían querido hacer.

Por lo tanto, concluyen que las personas mayores, a pesar de las pérdidas de roles laborales, de la muerte de seres queridos y de la reducción de sus ingresos, cuentan aún con recursos personales para seguir manteniéndose activos y sustituir por otras las tareas que ya no pueden realizar. Además dicen que resulta empíricamente evidente que si las personas

mayores realizan no muchas tareas, sino aquellas que les resulten interesantes y atractivas, se sentirán más autosuficientes, más útiles a sí mismas y a los demás, lo cual finalmente redundará en un mayor grado de bienestar psicofísico.

Por otro lado Cal & Crespo (2006), hacen un estudio sobre las expectativas hacia la jubilación de un grupo de trabajadores de la Universidad de Santiago de Compostela, donde cuestionan variables como la edad, sostenibilidad del Sistema de Pensiones, y principalmente la repercusión subjetiva de la jubilación en cada uno de ellos.

Para esto, se utilizó un cuestionario, que medía actividad, vinculación social, expectativas hacia la jubilación, satisfacción laboral y vital, y variables de identificación personal. Con esto lograron concluir que como se ha dicho antes, la mayoría de los que están a punto de jubilarse tienen miedo a la pérdida de poder adquisitivo, sin embargo casi a ninguno parece preocuparle el estado de la pensión, y mencionan que otros estudios han encontrado que en España las personas empiezan a organizar su situación pensional demasiado tarde. Finalmente, encontraron que los trabajadores esperan la jubilación con la esperanza de poder realizar metas que no habían podido conseguir hasta el momento, mitigando las consecuencias negativas que podría tener la jubilación; además los trabajadores consideran que sus parejas esperan con ansias su jubilación.

Igualmente, Apiquian et al. (2006) investigan sobre la percepción de los trabajadores (laboralmente activos y jubilados) frente a los temores de la jubilación, basados en que en la actualidad hay prejuicios negativos incorporados en la gente frente a la vejez y todos los procesos asociados a ella, poniendo todos los recursos en los jóvenes. Mencionan que "la jubilación actúa como barrera demarcatoria, dejando afuera de este círculo a todos aquellos que, cumpliendo 60 o 65 años engrosan las filas de los llamados "pasivos", obligándolos a replegarse sobre sí mismos a un reposo forzoso" (pp. 43).

El objetivo principal del trabajo fue evaluar la percepción de los empleados con vida laboral activa (adulto joven) y personas jubiladas, ante los factores psicológicos, familiares, sociales y de salud, que influyen en el proceso de jubilación. Para esto se aplicó una encuesta a 100 trabajadores de México de ambos sexos, dentro de los cuales algunos eran trabajadores activos (adulto joven) y otras personas jubiladas. La muestra se agrupó en tres grupos uno de personas entre 40 y 50 años, otro de personas entre 50 y 60 años y otro en personas mayores de 60 años.

Por último, se encontró una alta preocupación por el área económica en los tres grupos. También se vio que "la mujer es la que muestra una mayor preocupación por su salud y por la búsqueda de una nueva fuente de ingresos, a diferencia del hombre, que muestra un mayor grado de tristeza, y preocupación por la inestabilidad económica y por el "qué hacer" con las actividades cotidianas, como la reincorporación al hogar" (Pág. 51). Sin embargo, al comparar los tres grupos se notó que las personas en el grupo más joven no se preocupaban tanto por el aspecto económico como si lo hacían frente a la planeación de actividades futuras, diferente al grupo de personas mayores, donde su mayor preocupación fue económica. Otro hallazgo interesante fue que las personas entre los 50 y 60 años, es decir personas que están próximas a jubilarse, fueron el grupo que mayor tristeza y depresión mostraron frente a los otros dos.

Asimismo, Bueno & Buz (2006), realizan una recopilación teórica, en donde afirman que la jubilación es un estado en donde se toma y asume un nuevo rol que debería

prepararse durante la época laboral. Basados en las teorías de Atcheley acerca de las etapas de la jubilación lograron identificar que las dificultades en la jubilación son el afrontamiento al cambio del rol productivo. El afrontamiento se da gracias a las actitudes de rechazo, aceptación, liberación, oportunidad y ambivalencia y otros factores psicosociales como la salud, estabilidad económica y emocional de estos se pueden generar buenas o malas estrategias de afrontamiento.

Por esta razón, proponen que es necesario preparar adecuadamente y con antelación a su jubilación a todos los individuos próximos a jubilarse, programando actividades, familiares, sociales, de cuidado propio. Enfocados en este punto se basan de una investigación de Lennartsson y Silverstein (2001, citados por Bueno & Buz, 2006) quienes afirman que muchas de las actividades de los mayores son sedentarias y además se realizan en solitario, por lo cual es importante cambian creencias un poco más realista en cuanto al uso del tiempo libre el cual no siempre se gasta en actividades plenamente gratificantes. Estas estrategias pueden ayudar a los individuos cercanos a pensionarse a mejorar la capacidad de afrontar el cambio de rol en el medio social, familiar y conyugal.

Además de lo anterior es importante que los próximos a jubilarse tengan actividades de tipo físico ya que estas disminuyen el riesgo a los estados depresivos y aumentan la felicidad. En un estudio realizado por estos mismo autores se encontró que las personas que realizaban mas actividades de tipo individual viven más satisfechas con sus vidas (Bueno, Buz, 2006).

Bueno & Buz (2006), concluyen que las actividades constantes, el sentimiento de utilidad y las relaciones sociales, son necesidades que necesitan ser satisfechas en el

trascurso de la vida, por lo cual es importante mantener estas sensaciones en esta etapa del ciclo vital.

Por otra parte, Cardona & Patiño (2007) intentan corroborar el cambio psicológico que tienen las persona jubiladas. Para esto, realizaron una investigación en Medellín, Antioquia, en donde trabaja en un grupo de 100 jubilados, entre los que se encuentran 50 mujeres y 50 hombres, con una edad promedio de 65.7 años. Este grupo de jubilados hacen parte de programas de actividad física y de las asociaciones de la universidad de Antioquia.

Los instrumentos utilizados para realizar esta investigación, fueron encuestas en las que se indagaban los aspectos, demográficos, económicos, familiares-afectivos y funcionales, además de utilizar la Escala de Depresión Geriátrica (EDG). Los resultados arrogados por la prueba mostraron, en un 94%, un nivel de depresión normal, 2% un nivel moderado y un 4% severo.

Los aspectos asociados a la depresión se asocian principalmente con mujeres de 50 a 60 años, un nivel técnico de educación, en las personas que están pasando por su primeros años de retiro, quienes no continuaron laborando, quienes manifiestan pasar por una actividad económica mala, en los que manifestaron padecer una enfermedad discapacitante, en quienes manifestaban haber padecido la muerte de un familiar, pobre o poca aceptación de sus familias, quienes viven con sus hijos, en quienes no realizan ejercicio y en aquellos que no realizan actividades físicas, recreativas y culturales o académicas.

En la exploración de variables asociadas con la presencia de la depresión, percepción económica fue la única que presento una asociación estadísticamente significativa (EDG), mostrando que los jubilados que percibían situación económica como mala o regular se sentían más insatisfechos con su vida, además abandonaban las actividades que realizaban, son mas infelices, sienten menos que su vida es maravillosa, su desesperanza ante su condición actual es mayor y por último, creen que las demás personas están mejor.

Teniendo en cuenta que un 6% de la población que presente niveles moderados y graves no es muy significativo para esta población y para especificar que haya una relación entre la jubilación y la depresión si se puede constatar dicha relación con otras investigaciones realizadas en donde se aplicó el mismo instrumento con una población de jubilados en México, donde el índice fue del 20%, lo que permite la comparación de estas investigaciones. De la misma manera se halló una mayor presencia de mujeres jubiladas con depresión que hombres.

Finalmente, Rodríguez (2007) realizó un estudio sobre las actitudes frente a la jubilación en población argentina. Para esto utilizó una prueba de 300 personas mayores de 55 años, con edades promedio de 64 años. En su mayoría mujeres (54%) y con niveles educativos donde la mayoría tenían educación secundaria, algunos solo primaria y muy pocos universitarios. La hipótesis central que manejó fue que las personas menos afectivas, con un yo más débil, más ansiosas, con tendencia a la culpabilidad y con predominio del control interno o externo poseen actitudes más desfavorables hacia la jubilación, que aquellas personas que tienen características contrarias en general.

Asimismo, los objetivos del trabajo fueron principalmente comparar las actitudes frente a la jubilación en sujetos que se encontraban en etapas pre y posjubilatoria; analizar la influencia de variables como edad, género, estado civil, nivel de educación, nivel ocupacional, grado de conformidad con el monto de la pensión, autoestima, manejo de tiempo libre, etc. sobre las actitudes de ambos grupos. Y finalmente analizar la relación entre ciertas variables de personalidad y estas mismas actitudes.

Es importante mencionar que los resultados permitieron corroborar la hipótesis formulada previamente. Mostraron que la mayoría de las variables consideradas influyen en forma estadísticamente significativa, ya sea en forma favorable o desfavorable, sobre las actitudes hacia la jubilación. También se encontró que las actitudes eran más desfavorables en las personas que se encontraban en etapa prejubilatoria que en posjubilatoria. Esto podría explicarse porque la jubilación implica una reducción de ingresos casi a la mitad, por lo que las personas podrían verse asustadas frente a esta situación. Además el hecho de pensar en un trabajo después de la jubilación es muy complicado por la situación de desempleo de la sociedad.

Por otra parte las personas en etapa posjubilatoria, han notado que así como han disminuido los ingresos, los gastos también han disminuido, usualmente procuran buscar viviendas más económicas, ya sus hijos no dependen de ellos, y no tienen los gastos de transporte, alimento y vestido que tenían cuando trabajaban. Además, en la edad en la que se encuentran ya distinguen entre lo esencial y lo accesorio, situación que no pasa en las personas más jóvenes, por lo que podría disminuirse el nivel de preocupación en las personas jubiladas.

Respecto a las variables implicadas en cada grupo se notó que a medida que avanza la edad las actitudes hacia la jubilación son más favorable, las mujeres tienen actitudes más

positivas que los hombres y respecto al estado civil se encontró que las mujeres casadas tenían actitudes más favorables frente a la jubilación que las viudas o solteras, contrario a los hombres que tenían actitudes más positivas cuando eran solteros o viudos que cuando eran casados. Por último se observó que las personas que tenían un equilibrio entre el locus de control interno y externo poseen actitudes más favorables frente a la jubilación

Objetivos

General.

Develar e interpretar los significados y creencias que puedan tener las parejas frente a los cambios que implica el proceso de jubilación, a través de relatos e historias manifestados por ellas, para reconocer los efectos de estos cambios en la vivencia de esta etapa del ciclo vital en familias residentes en Bogotá y Cundinamarca.

Específicos.

Definir los aspectos mas relevantes relacionados con la etapa de jubilación que permitan a las personas evaluar los efectos de este proceso en sus vidas.

Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación, explorando en que afecta la organización de la vida cotidiana.

Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja, comprendiendo si afectan su forma de aceptar esta etapa.

Pregunta problema

¿Qué significados y creencias tiene el proceso de jubilación, en qué forma afecta su vida cotidiana y de qué manera los cambios en la relación de pareja facilitan o dificultan la aceptación de los cambios presentados en parejas donde ambos estén jubilados?

Método

De acuerdo con el enfoque constructivista, y basados en que el objetivo principal es revisar significados se utilizará un método cualitativo de tipo descriptivo – interpretativo con un análisis narrativo.

El modelo narrativo hace parte de un movimiento posmoderno filosófico y psicológico, también llamado constructivismo. Está basado en teorías de la cibernética, la epistemología y la biología viendo la realidad como construida por el observador en lugar de una verdad que haya por descubrir. Esto último sugiere que la realidad del individuó, de la pareja y de la familia en general se encuentra en sus narraciones y sistemas de significado compartidos; que la historia de una persona o su narración personal proporciona el principal marco de inteligibilidad para nuestras experiencias de vida (Glick et al, 2003).

Tomando en cuenta que los significados son la base de la teoría narrativa, es indispensable hablar de Bruner, que plantea que la acción humana esta mediada por la cultura y la búsqueda de significado dentro de la misma.

Por otra parte, Geertz (1997), abordó la cultura desde un modelo simbólico interpretativo desde el que se sustenta que el hombre está suspendido en redes de significación que él mismo ha construido, es decir que, las culturas son realidades socialmente construidas.

Asimismo Bruner (2000), propone que los sistemas simbólicos que los individuos emplean para construir significados son sistemas que están arraigados en el lenguaje y la cultura. Por lo tanto, adjudica a la psicología la tarea de estudiar los procesos de construcción y utilización del significado, que conectan al hombre con la cultura y en este caso con una cultura derivada del proceso de jubilación. Además menciona que hay tres razones fundamentales para sostener que la cultura y los significados son conceptos necesarios para la psicología: La primera es que no existe la naturaleza humana sin cultura, pues el hombre se realiza a través de ella. La segunda es que la vida depende de significados compartidos con los demás, por lo que su negociación es pública. Por último, hay una psicología "popular" que se ocupa de la naturaleza, causas y consecuencias de aquellos estados intencionales (creencias, deseos, intenciones) despreciados por la psicología "científica".

Sin embargo, es importante definir qué es la narrativa desde la epistemología. Riessman (1993), menciona que las narrativas son historias de un evento pasado específico que tienen propiedades en común. También menciona que las narrativas dependen de los eventos específicos para volverse significativas, pero es importante tener claro que son los individuos los que realizan las narrativas acerca del mundo, por lo que estas son interpretaciones de dichos eventos.

Finalmente se podría decir que "la postura constructivista nos ha hecho volver a nuestras raíces, elevando el significado a una posición de igual importancia que los patrones de comportamiento y aumentando la atención que prestamos a nuestro propio significado y sistema de valores" (Glick et al, 2001 pp. 224).

A continuación se describirá el diseño que será llevado a cabo en la investigación, tomando en cuenta el diseño y los objetivos de la misma.

Participantes

Se utilizó una muestra escogida intencionalmente de tres parejas bogotanas, quienes llevan un periodo de jubilación de mínimo 5 años, que tenían más de 55 años de edad y cuyo nivel educativo es profesional o técnico. Además su nivel socioeconómico se encontraba dentro de los estratos 3 y 4, dados por Departamento Administrativo de Catastro Distrital (DACD).

Materiales e Instrumentos

El instrumento empleado será una entrevista semiestructurada. Esta entrevista "es la más convencional de las alternativas de entrevista y se caracteriza por la preparación anticipada de un cuestionario guía que se sigue, en la mayoría de las ocasiones de una forma estricta aun en su orden de formulación" (Quintana, 2006 pp 70)

Además según Quintana, (2006), esta entrevista cumple funciones como asegurar que el investigador cubra todo el tema en el mismo orden para cada entrevistado, preservando de manera consistente el contexto conversacional de cada entrevista; cuidar el itinerario requerido para mantener la distancia profesional con el entrevistado; establecer los canales para la dirección y delimitación del discurso; permitir al investigador prestar toda su atención al testimonio de su entrevistado.

Aún así, con cada una de las respuestas a las preguntas del cuestionario, el investigador cualitativo puede explorar de manera inestructurada (esto es, no preparada de antemano, pero sí sistemática) aspectos derivados de las respuestas proporcionadas por el

entrevistado delimitando los temas para que la se logre el objetivo de la investigación (Taylor y Bogdan, 1992).

Estos temas son llamados en la investigación cualitativa como categorías, las cuales en esta investigación son específicamente significados y creencias, relación de pareja, etapas de la jubilación y la organización de la vida cotidiana (Anexo 1).

Se realizó la entrevista a cada participante de las tres parejas en forma individual, con el objetivo de captar similitudes y diferencias en sus apreciaciones, sin la injerencia de las opiniones del otro miembro.

Además se utilizó una grabadora marca SONY para poder captar fielmente los relatos de los entrevistados.

Procedimiento

Primero es indispensable buscar un lugar tranquilo y cómodo, donde el entrevistado pueda expresarse libremente y no se sienta cohibido de ninguna forma.

Por otra parte, como es un análisis narrativo, se utilizarán tres pasos propuestos por Riessman (1993), dentro de las cuales la primera consiste en dejar al entrevistado narrar su experiencia frente a la jubilación en general, en este momento se utilizan las categorías propuestas, realizando preguntas abiertas pero orientadoras de tal forma que la persona pueda narrar su relato de forma mas espontánea integrando sus experiencias a través de su discurso. En este momento se hace una diferencia entre lo que fue vivido y lo que se narra.

El segundo paso es la trascripción de la entrevista anteriormente grabada palabra por palabra. Luego se hace una trascripción de risas, llanto, las pausas y en general de los aspectos no verbales.

El tercer paso es la "retranscripción" de lo anterior, de modo que se establezcan las respuestas en cada categoría y emerjan posibles nuevas categorías basadas en las respuestas de las seis parejas.

Además, en este paso se hace un análisis de la entrevista tanto individualmente como por parejas de acuerdo a las categorías mencionadas anteriormente y tomando en cuenta las categorías emergentes. Por último en esta etapa se hace una retroalimentación de los resultados a los participantes, y se analiza brevemente la opinión después de cada pareja acerca de esta.

Finalmente se utilizarán criterios basados en Riessman (1993), para evaluar que tan válida y confiable es la entrevista. Para esto se utilizó una entrevista piloto que fue revisada con los criterios que se mencionaran a continuación por un jurado experto, y se le hicieron las modificaciones correspondientes, terminando así con un formato de entrevista validado. El primer criterio utilizado fue el nivel de convencimiento de la narración; el segundo criterio es que la narración corresponda realmente a las características y categorías planteadas previamente por el entrevistador. El tercer criterio es la coherencia, dentro de la cual se miran la coherencia global, que se refiere al cumplimiento del objetivo del investigador; la coherencia local que se refiere al efecto que el entrevistado le quiera dar a su narración, y por último la coherencia temática, que se refiere al contenido y los temas que se repiten a lo largo de la narración.

Para esto se utilizaron cuatro categorías que permitieron realizar un análisis profundo de las entrevistas. Estas categorías consistieron en las creencias y significados presentados por cada uno de los participantes. La segunda categoría consistió en los cambios percibidos en la relación de pareja durante el proceso de jubilación. La tercera categoría fue las

diferentes etapas de la jubilación, en donde se percibía principalmente de qué forma atravesaron las personas este proceso. Y la última categoría fue la forma en l que distribuyen su tiempo libre después de jubilarse.

Resultados

A continuación se presentarán los resultados de cada una de las parejas, sus observaciones después de la retroalimentación de resultados y los resultados a nivel general.

Pareja 1

Hombre de 70 años jubilado hace 6 años y mujer de 67 jubiladas hace 4 años. Casados y con 2 hijos (Ver Anexo 2 Matriz 1, Categorización de la Mujer M.1 y Matriz 2 Categorización del Hombre 1 H.1).

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación, explorando en que afecta la organización de la vida cotidiana.

En este primer objetivo podemos encontrar que las creencias de la pareja pueden diferir principalmente en su forma de ver la jubilación, para la mujer fue algo muy positivo debido principalmente a que su esposo ya se había jubilado, mientras que para el esposo fue algo negativo debido a que se deprimió por la soledad, la sensación de inutilidad y las enfermedades. Sin embargo ambos coinciden en que sus empresas no brindaron ningún tipo de apoyo, que el apoyo más importante vino por parte de su pareja y su familia. y finalmente que la jubilación es un símbolo de vejez.

Por otra parte, se encuentra que las dos personas consideran que antes de jubilarse no tenían tiempo libre por lo tanto su rutina era clara y unificada, pero al jubilarse tuvieron que buscar en que ocupar su tiempo comprando una finca, caminando para realizar algún deporte y tomando a la eucaristía como una forma de pasar tiempo juntos.

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja, comprendiendo si afectan su forma de aceptar esta etapa.

Respecto a este objetivo se encontró que la pareja es un apoyo muy importante dentro del proceso de jubilación. Para ellos su relación mejoró notablemente desde que ambos están jubilados así como aumento el cariño de la pareja. Sin embargo se ve como el hombre, quien se jubilo primero tiene dificultades en aceptar su nueva etapa ya que su mujer continuaba trabajando. Después de ambos jubilarse el esposo deja de tomar, su relación mejora y pasan mas tiempo juntos.

Objetivo 3: Definir los aspectos más relevantes relacionados con las etapas de jubilación que permitan a las personas evaluar los efectos de este proceso en sus vidas.

En este último se percibe que la mayor preocupación dentro de la etapa prejubilatoria era el hecho de quedarse si nada que hacer, la sensación de no servir para nada. Mas adelante encuentran que pueden realizar actividades placenteras que los distraen e incluso les hace olvidarse de sus enfermedades.

Retroalimentación.

Después de realizada la retroalimentación, la pareja confirma los resultados, opinando que es más difícil para los hombres el proceso de jubilación y que el apoyo de la pareja es el mas importante durante la aceptación de esta nueva etapa.

Pareja 2

Hombre de 78 años jubilado hace 14 años y mujer de 68 jubiladas hace12 años. Casados por segunda vez no hijos en común. (Ver Anexo 2 Matriz 3, Categorización de la Mujer 2 M.2 y Matriz 4 Categorización del Hombre 2 H.2).

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación, explorando en que afecta la organización de la vida cotidiana.

Debido a la amplia cultura del hombre respecto a términos judiciales sus repuestas se dirigieron más en este aspecto. Se vio que ambos están de acuerdo en que la jubilación es un proceso normal en donde las personas pueden llegar a tener dificultades al no tener nada que hacer, sin embargo difieren en cuanto a que ella prefirió seguir trabajando 4 años mas, mientras él vio la jubilación como un momento de descanso merecido; no obstante ella opina que para la mujer es más fácil la jubilación mientras que para él el género no tienen importancia pues el Estado no tiene orden en el tema de las pensiones.

Ambos opinan que el dinero que obtienen a través de su pensión es suficiente y necesario para mantener su estilo de vida.

Respecto al tempo libre, ambos coinciden en que antes de jubilarse eran personas muy ocupadas y no tenían mucho tiempo para ellos; ahora que están pensionados tienen más tiempo para estar juntos y realizar actividades deportivas.

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja, comprendiendo si afectan su forma de aceptar esta etapa.

En este punto se observan algunas incoherencias en lo que mencionan cada uno, ya que según ella el esposo se jubiló primero y se enfermo, sin embargo el menciona que su

esposa se jubilo primero y que para él la jubilación no trajo ningún tipo de consecuencias para su salud. Además ella dice que su esposo dejo el mal genio y que ahora se la llevan mejor, sin embargo el considera que la relación no ha cambiado en lo absoluto.

No obstante ambos coinciden en que ahora pasan más tiempo juntos y están más pendientes de sus actividades mutuas.

Objetivo 3: Definir los aspectos más relevantes relacionados con las etapas de jubilación que permitan a las personas evaluar los efectos de este proceso en sus vidas.

Para estas personas, al estar separados y tener hijos con matrimonios diferentes, el hecho de su relación con sus hijos varia ya que para él sus hijos ya no lo necesitan en lo absoluto mientras que para ella sus hijos todavía son responsabilidad ya que sus hijos viven con ellos.

Respecto a su estado de salud ambos mencionan que se sienten muy bien y que gracias a las múltiples actividades que realizan las pocas veces que se enferman no es tan fuerte.

Retroalimentación.

Al hacer la retroalimentación a esta pareja la respuesta básicamente fue de desconcierto al encontrar tantas diferencias. Es importante aclara que el hombre ha venido teniendo problemas con la coherencia de ideas lo cual nos explica la mujer después de hacer la retroalimentación. Por su parte, el hombre nos indica que su mujer puede tener razón en muchas cosas pero que después de tanto tiempo para él la jubilación es una de las mejores cosas que le haya pasado y por eso entre él y ella puede haber diferencias.

Pareja 3

Hombre de 67 años jubilado hace 9 años y mujer de 66 jubiladas hace 7 años. Casados por segunda vez no hijos en común. (Ver Anexo 2 Matriz 5, Categorización de la Mujer 3 M.3 y Matriz 6 Categorización del Hombre 3 H.3).

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación, explorando en que afecta la organización de la vida cotidiana.

Respecto a este objetivo se observó que ambos estaban de acuerdo en que la jubilación es un proceso normal tanto para la mujer como para el hombre, y que si bien es difícil afrontar el hecho de quedarse sin trabajo, lo mejor es poder disponer de tiempo para compartir con su familia y su pareja. Sin embargo, él continuó trabajando medio tiempo ya que considera un apoyo económico extra y una buena forma de pasar el tiempo.

Respecto a la compensación monetaria ambos concuerdan en que la pensión no es suficiente, por lo que volver a trabajar fue una buena opción.

Ambos coinciden en que su tiempo libre lo dedican a pasar más tiempo juntos a realizar deportes, a viajar, a aprender cosas que no habían podido mientras trabajaban y a disfrutar a sus nietas.

Finalmente para ambos la eucaristía e s parte importante del tiempo que permanecen juntos y hace parte de su rutina.

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja, comprendiendo si afectan su forma de aceptar esta etapa.

Respecto a la pareja ambos coinciden en que su pareja ha sido un gran apoyo, en que la relación ha mejorado desde que están jubilados y que si tuvieran que volver a casarse lo

harina con la misma persona. Comentan que su relación sufrió algunos altibajos durante unos años pero que después de la jubilación se dieron cuenta que estaban con la persona indicada. Comparten mucho más tiempo juntos ahora ya que antes su único hobbie juntos era ver televisión.

Objetivo 3: Definir los aspectos más relevantes relacionados con las etapas de jubilación que permitan a las personas evaluar los efectos de este proceso en sus vidas.

En las diferentes etapas de la jubilación ambos coinciden que al principio fue duro pero que poco a poco lo fueron afrontando, comprendiendo que era una etapa normal y necesaria de la vida. Ambos realizan mucho deporte por lo que no han sufrido de enfermedades graves lo cual permite que disfruten aun de muchas actividades.

Retroalimentación.

La retroalimentación de esta pareja fue sencilla ya que estuvieron de acuerdo en los resultados obtenidos y aportaron que definitivamente era muy importante contar con el apoyo de la pareja durante esta etapa y que no sabrían que hacer si no se tuvieran el uno al otro.

Análisis global

Después de hacer análisis axiales y coaxiales se hallaron las categorías definitivas para cada uno de los objetivos (Ver anexos 3 y 4):

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación, explorando en que afecta la organización de la vida cotidiana.

En este objetivo hallaron dos (5) categorías de tercer nivel, que a continuación se señalan:

<u>Vejez:</u> Para los jubilados el retiro genera sensación de vejez y de inutilidad, además se encuentran en una sociedad que subestima la vejez, por lo que estos sentimientos se incrementan y encuentran dificultades para encontrar funcionalidad.

"Me di cuenta de que me estaba volviendo viejo, de que no servía para nada y que quedaba sin trabajo" H.1.2-4

"yo ya no sirvo para nada ya estoy vieja" M.2.6-8

Apoyo familiar: Para los jubilados la opinión de sus hijos es muy importante durante el proceso de jubilación y piensan que es natural que en esta etapa los hijos les colaboren a los padres ya que ellos lo hicieron con sus hijos durante toda la vida. Además el apoyo de toda la familia, especialmente de sus cónyuges es trascendental en todo el proceso, sobre todo si el esposo o esposa están previamente jubilados.

"yo creo que es normal que todos los hijos apoyen a los papás que se jubilan" M.1. 40-41

"mi familia fue de gran ayuda para este proceso" H.3.29-30

Afrontamiento: En el momento de la jubilación, las personas se sienten desubicadas, desorientadas y tristes por no saber que van a hacer. Sin embargo, por la edad y el tiempo que llevan trabajando tienen conocimiento de que pronto les tocará jubilarse, por lo que el impacto no es tan fuerte. Por otro lado algunos siguen trabajando para no sentirse inútiles y otros aceptan su nueva situación.

"yo ya estaba aceptando la llegada de esto". M.1. 15-16

"Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo estaba acostumbrada a lo mío" M.2. 1-4

"Empecé a pensar qué voy hacer, a que me voy a dedicar" M.L.S.5.2008.6-8

Enfermedad: Por la edad, y algunos por las circunstancias empiezan a sufrir de enfermedades como la hipertensión. Esto también es una situación que les proporciona malestares y molestias, por lo que sus actividades se ven reducidas. Sin embargo estar enfermos también permite que tengan actividades como ir al médico, y en algunos casos propicia el hecho de pasar más tiempo juntos y estar pendientes el uno del otro.

Cuidado de los hijos: Respecto a los hijos lo jubilados consideran que ya cumplieron sus funciones como padres, les dieron educación y los sacaron adelante. Creen que en este momento los pueden ayudar con el cuidado de sus nietos y algunas veces con ayudas económicas especialmente para el pago de servicios.

"les ayudo por ahí a pagar una que otra que otra cosita" M.1. 50-5 "mis hijos pues ellos ya organizados solo nos veíamos los fines de semana." H.1.26-

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja, comprendiendo si afectan su forma de aceptar esta etapa.

27

Para este objetivo se hallaron cinco categorías de segundo nivel, de donde se obtuvieron tres categorías después de un análisis coaxial. Estas categorías son:

Tiempo juntos y unión: Para los pensionados la cantidad de tiempo y el nivel de unión con su pareja incremento sustancialmente desde el momento de la jubilación. Para ellos la dedicación, la preocupación por el otro y compartir actividades fue una de las

ventajas más importantes de la jubilación y fueron en muchas ocasiones circunstancias que ayudaron a superar la sensación de tristeza.

"los dos somos muy unidos desde el momento en que los dos estamos pensionados" H. 3. 35-37

"pasamos todo el tiempo juntos." H.1. 21-23

<u>Cambios significativos:</u> Tanto para las mujeres como para los hombres sus cónyuges y su relación con ellos cambiaron notablemente desde la jubilación. Mencionan que la relación mejoró, así como sus parejas son mejores personas.

Demostración de afecto: Para los jubilados sus parejas son más cariñosas y consentidoras desde que se pensionaron. Además como comparten más tiempo juntos las muestras de cariño y amor son más seguido y más intensas.

"tenemos más afecto, más tiempo para nosotros, nos consentimos, nos amamos" *M.3.55-58*

"más contacto familiar, más expresión de amor." H.2. 59-60

Objetivo 3: Definir los aspectos más relevantes relacionados con la etapa de jubilación que permitan a las personas evaluar los efectos de este proceso en sus vidas.

Por último se encontraron cuatro (4) categorías de tercer nivel para este objetivo que se señalan a continuación:

Actividades de distracción: Los jubilados después de aceptar su situación buscan diversas actividades para distraerse y mantenerse ocupados. Aunque algunos siguen trabajando la mayoría se inscriben a clubes o se integran a diferentes grupos con gustos en común. Además procuran aprender a hacer cosas nuevas que no hayan podido realizar mientras trabajaban.

"jugamos un parqués, en las vacaciones salimos a donde el nos quiera llevar, ya tenemos los domingos para nosotros, los sábados también, nos gusta jugar mini tejo cerca de la casa" M.3.50-54

"algo se inventa, aprende a tejer, a cocer, a bordar, sale uno y se distrae" M.2. 20-25

"ya que he escrito dos libros actualmente, de debates de historia del derecho" H.2.92-93

Religión: Para los jubilados es muy importante el asistir a misa y mantenerse en contacto con su lado espiritual y religiosos. Además esta actividad se convierte en un ritual y en una forma de pasar más tiempo juntos.

"Íbamos a misa al 20 de julio" H.1 .40

"ir los domingos ir a la santa misa y de ahí hacíamos el mercado en la plaza" M.2.65-67

Nietos: Los nietos son importantes para los jubilados ya que el rol de ser abuelo les da energía, se sienten bien al estar con personas más jóvenes y aprendiendo lo que se hace en la actualidad. Sin embargo creen que los nietos son para cuidarlos pero no para ser completamente responsables para no quitarles la responsabilidad a sus hijos.

"comparto mas con mis nietas ya que el tiempo que tengo para ellas es muy bueno, además que cuando ellas salen del colegio yo las recojo, les doy el almuerzo y es una bendición de Dios porque ellas son las que me acompañan ahora y me alegran los días" M.1.20-26

"estoy aprendiendo a patinar con mi nieta porque ella esta patinando" M.3. 105-107

Deporte: Para el jubilado el aporte además de ser una actividad y parte de su rutina diaria, es una forma de mantenerse saludables, de conocer nuevas personas y de sentirse más activos y jóvenes. Aunque no realizan deportes muy fuertes el caminar se convierte en la mejor forma de hacer ejercicio.

"Yo voy a Tábio a natación, jugamos mini tejo, estoy aprendiendo a patinar con mi nieta"M.3.105-107

"Mi rutina es caminar de aquí al centro a pie, para hacer ejercicio y contacto con *las personas*"*H.2.109-112*

DISCUSIÓN

A la luz de la teoría y los resultados de la investigación, se puede concluir que las principales creencias que tienen las personas jubiladas se basan por una parte en su funcionalidad, ya que al quedar sin empleo, pierden la rutina y pueden sentirse desorientados y con muchos interrogantes acerca de su nueva vida. Por esto tal como lo indica Hansen Lemme, (2002) muchos de ellos vuelven a emplearse y lo siguen haciendo hasta que el cuerpo no les da más.

Por otra parte, la vejez es otra creencia importante para los jubilados. Para ellos el hecho de jubilarse implica que están más viejos, lo que para muchos es un símbolo de debilidad y de inutilidad, sobre todo en una sociedad que enaltece la juventud y subestima a los viejos, como mencionan Sáez y Meléndez, (1990, pp. 118). "Los continuos cambios sociales, la permanente necesidad del sujeto activo a reciclarse, hacen del anciano un ser en terreno de nadie, un ser sin función dado que en la mayoría de casos ni se recicla ni tampoco se adapta a los cambios". Sin embargo en la investigación se puede observar que este es un sentimiento que afecta en las primeras etapas y que a medida que va pasando el tiempo las personas se van adaptando y van encontrando nuevas actividades y funciones que los hacen "útiles" para la sociedad.

Asimismo, como menciona Belsky, (2001) cuando las personas dejan la empresa, existen factores psicológicos que afectan la forma de aceptar la jubilación. Para muchos es difícil dejar de verse con los compañeros del trabajo, o simplemente le tenían mucho aprecio a la empresa o al trabajo mismo, sin embargo dentro de la investigación únicamente los hombres consideraban el hecho de volver a trabajar, mientras que las mujeres estaban mejor después de la jubilación; esto se puede explicar ya que "el retiro tiene un referente

implícito que es el trabajo. Cualquier consideración en torno al tema y sus consecuencias implica necesariamente aludir al significado que el trabajo tiene para los que continúan en él o ha tenido para aquellos que ya lo han abandonado" (Forteza, 1990, pp, 102).

Igualmente, las personas entrevistadas estuvieron de acuerdo en que para los hombres era más complicado la aceptación de su nueva vida. Las mujeres comentaban que por su educación como mujeres, madres y amas de casa, era mucho más sencillo encontrar nuevos hobbies y actividades, aprender nuevas cosas que no tuvieran que ver con trabajo, así como cuidar a los nietos y pasar más tiempo con sus hijos y amistades.

Por otro lado, el apoyo familiar y conyugal fue importante para cada una de las parejas. Para ellos los hijos fueron un gran soporte durante el proceso a pesar de que muchos ya no vivieran con ellos. En casi todos los casos, tuvo un significado importante el hecho de que los hijos se sintieran contentos con el retiro de sus padres.

De la misma forma se puede decir que la pareja tiene una fuerte influencia en el momento de la jubilación. Por un lado si el esposo se retira primero, y su esposa aún participa activamente en su carrera, puede verse afectado su rol tradicional de ser el "gran aportador" a la familia (Ekerdt & Szinovacz, 1996; Hansen Lemme, 2002). Esto se pudo observar en algunas de las parejas en donde el esposo se retiraba primero y la aceptación de su condición fue más difícil, no por no ser más el apartador de la familia sino por los niveles de soledad que sentía.

Asimismo es importante mencionar que las parejas resaltaron la mejoría en sus relaciones con su pareja desde que ambos estaban jubilados, así como el aumento de muestras de afecto por parte de los dos. Esto corrobora los estudios realizados por Ekerdt et al (1979), en donde descubrieron que el nivel general de satisfacción con la jubilación era

elevado ya que la mayoría de los participantes describieron que aumentaron las actividades compartidas con su pareja después de la jubilación. Además estas personas tienen un fuerte sentimiento de unión con su pareja tal como lo mencionó Pittman (1998).

Por otra parte, se encontró que la salud es uno de los factores predominantes en el proceso de jubilación, ya que por cuestiones de la edad empiezan a aparecer malestares y enfermedades en las personas. Sin embargo las personas no dejaban que la enfermedad los delimitará sino que encontraban actividades como ir al médico o hacer deporte para mantenerse en buen estado.

Por otra parte, se puede decir que las personas que logran distribuir mejor su tiempo logran a su vez una aceptación más rápida de su nueva situación. Muchos de ellos ocupan su tiempo cuidando a los nietos, haciendo deportes o diversas actividades como ir a clubes, viajar o ir a misa. Todas estas actividades las distribuyen de tal forma que pasen más tiempo con su pareja, familia y amigos. Esto corrobora muchas de las investigaciones hechas previamente en donde se indicaba que las personas que manejan mejor su tiempo pueden llevar con mayor éxito la jubilación

Finalmente se puede decir que efectivamente existen diversos factores que influyen en la forma de aceptar la jubilación como lo son la salud, el género y la facilidad que tengan las personas para reubicarse y encontrar actividades en su tiempo libre.

Recomendaciones:

Se recomienda realizar un estudio sobre la influencia de la personalidad en la forma de aceptar la jubilación y que otros factores pueden influir en el mismo.

Asimismo, es importante que en Colombia se implanten asesorías en las empresas para que el proceso de jubilación sea más sencillo para los trabajadores y sepan como

asumir la nueva situación en su vida. Además sería conveniente que el estado o las empresas tuvieran lugares donde las personas jubiladas puedan ocupar su tiempo y que sea accesible a todas las personas de acuerdo con sus ingresos.

REFERENCIAS

- Apiquian, A., Flores, S.D & Juárez, M.A. (2006). La Percepción de los Trabajadores (Laboralmente activos y jubilados) ante los principales temores de la jubilación. Revista El Psicólogo Aanahuac. 10. 43-52. Extraído el 19 de marzo de 2008 desde http://www.anahuac.mx/psicologia
- Belsky, J. (2001). Psicología del envejecimiento International. Thomson Editores, Paraninfo. Madrid.
- Bertranou, F. (2004). Reformas a los Sistemas de Jubilaciones y Pensiones en América Latina: Paradigma y Temas Emergentes. Revista de Seguridad Social (CISS). 250. Extraído el 2 de octubre de 2008 desde http://www.oitchile.cl/pdf/publicaciones/
- Bravo, J. (2000). Envejecimiento de la población y sistemas de pensiones en América Latina. Revista de la CEPAL 72.
- Bruner, J. (2000). Actos de significado: Más allá de la Revolución Cognitiva. Alianza Editorial: Madrid, España.
- Bueno, B & Buz, J, (2006). Jubilación y tiempo libre en la vejez. Informes Portal Mayores. 65. 287-310. Extraído el 2 de octubre de 2008 desde http://www.imsersomayores.csic.es/documentos
- Cal Crespo AM. Discriminación laboral por edad: La jubilación. Comunicación presentada al VII Congreso Nacional de Organizaciones de Mayores 2005. Madrid 23 al 25 de octubre. Documento disponible en Internet: http://www.ceoma.org/vii_congreso_nacional/pdfs/p_discri_laboral/Comunicacion21 _discri_laboral.pdf.
- Cal, A. M., Mayan, J. M & Arce, C. (2006) Expectativas hacia la jubilación del personal de la Universidad de Santiago de Compostela. Gerokomos. 17, (2) 26-32. Extraído el 15 de abril de 2008 desde http://scielo.isciii.es.

- Cardona, D & Patiño, F. (2007). Depresión en un grupo de jubilados participantes en programas de actividad física y/o asociaciones de la Universidad de Antioquia. Investigación y educación en enfermería.; (25)1: 82-88. Extraído el 2 de octubre de 2008 desde http://tone.udea.edu.co/revista/
- Ekerdt, D., Rose, C., Bosse, R., & Costa, P. (1976). Longitudinal change in preferred age of retirement. Journal of Occupational Psychology, 49 (3), 161-169 Extraído el 15 de abril de 2008 desde Psychology and Behavioral Sciences Collection database.
- Ekerdt, D & Szinovacz, M. (1996). Families and Retirement. Aging and the family: theory and research. Extraído el 04 de abril de 2008 desde http://books.google.com.co
- Ekerdt, D., & Dennis, H. (2002). Introduction. Generations, 26 (2), 6. Extraído el 14 de abril de 2008 desde Psychology and Behavioral Sciences Collection database.
- Forteza, J. (1990). La preparación para el retiro. Anales de psicología, 6 (2), 101-114. Extraído el 03 de abril de 2008 desde http://www.um.es/analesps
- Geertz, C. (1997). Interpretación de las culturas. Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Hernández, A. (1997) Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve. El Búho: Bogotá.
- Hansen Lemme, B. (2003). Desarrollo en la edad adulta. Editorial Manual Moderno: México.
- Lehr, U. (1995). Psicología de la senectud: proceso y aprendizaje del envejecimiento. Editorial Herder: Barcelona, España.
- Madrid, A.J. (2000). La preparación para la jubilación: Revisión de los factores psicológicos y sociales que inciden en un mejor ajuste emocional al final del desempeño laboral. Anales de psicología. 16 (1). 89 – 99. Extraído el 22 de marzo de 2008 desde http://www.um.es/analesps
- Pittman, F. (1998). Momentos decisivos: Tratamiento de familias en situaciones de crisis. Paidós Ibérica S.A: Barcelona.

- Quintana, A. (2006). Metodología de Investigación Científica Cualitativa. Revista del IHS-UNMSM (Investigaciones sociales) 47-84. Extraído el 25 de marzo de 2008 desde http://www.unmsm.edu.pe/psicologia
- Reissman, C. (1993). Narrative Analysis: Qualitative research methods. California: Sage Publication Inc.
- Rodríguez, N. (2001). Grado de Satisfacción con el uso del Tiempo Libre y Actitudes hacia la Jubilación. Publicación virtual de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la USAL. Año II (2). Extraído el 15 de abril de 2008 desde http://www.salvador.edu.ar
- Rodríguez, N. (2007). Actitudes hacia la jubilación. *Interdisciplinaria*. 24 (1), 5-42. Extraído el 15 de abril de 2008 desde http://redalyc.uaemex.mx
- Rofman, R & Lucchetti, L. (2006). Sistemas y pensiones en América latina: conceptos y mediciones de cobertura. Social Protection Discussion Paper 0616 Extraído el 2 de octubre de 2008 desde http://www-wds.worldbank.org/external
- Skoknic. V. (1998). Efectos de la Preparación Psicológica para la Jubilación. Intervención psicosocial. Revista sobre igualdad y calidad de vida. 7(1) 155-168 Extraído el 15 de abril de 2008 desde http://dialnet.unirioja.es
- Taylor, S & Bogdan, R. (1992). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Paidós Ibérica S.A: Barcelona.

ANEXO 1 Protocolo de la entrevista

Buenos días, agradezco la atención que muy amablemente nos presta para llevar a la realización de nuestra investigación, que plantea como objetivo genera, develar e interpretar los significados y creencias que puedan tener las parejas frente al proceso de jubilación.

A continuación le realizaremos una entrevista que costa de una serie de preguntas en relación con este tema, le pedimos que nos responda de forma amplia y precisa la información solicitada. Sin embargo, es importante aclarar que no está en obligación de responder las preguntas que le parezcan incomodas.

Agradecemos anticipadamente su colaboración. Le informamos además que la entrevista será grabada con fines estrictamente investigativos, por lo que la información será completamente anónima y confidencial.

Inicio de la Entrevista:

A continuación, necesitamos que usted nos colabore con un espacio aproximadamente de
una hora de su tiempo en un lugar que sea cómodo y accesible para usted.
Día:
Mag

Mes:
Hora:
Datos básicos del entrevistado:
Edad:
Ciudad:
Antigua ocupación:
Número de Hijos:
Estrato socioeconómico:
Tiempo de jubilación:
Edad de jubilación:
FID. (4
FIRMA

Categorías	Subcategorías	Preguntas
Significados y creencias	Beneficios y dificultades	 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? ¿La jubilación le ha traído beneficios? ¿Ha tenido dificultades o facilidades por ser mujer durante el proceso de jubilación?
	Empresa	4. ¿Cómo sintió el trato de su empresa durante el proceso?
		5. ¿Recibió algún tipo de asesoría por parte de su empresa?
	Familia	6. ¿Cómo reaccionó su familia frente a su jubilación?
		7. ¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el proceso?
		8. ¿Siente que todavía tiene responsabilidades con sus hijos?
		9. ¿Cómo es la relación con sus hijos?
Pareja		1. ¿Quien se pensionó primero usted o su esposa?
		2. ¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento en que se pensionó?
		3. ¿Realizaba actividades con su pareja antes de la jubilación?
		4. ¿Cómo se siente usted con su pareja?
Etapas	Pre jubilatoria	1. ¿Cómo se sintió el dejar de trabajar?
	Luna de Miel	2. ¿En algún momento se sintió mal después de haberse jubilado?
	Desencanto	3. ¿Ha encontrado nuevos intereses durante este

		1	
		4	proceso?
		4.	¿Cree que sus
			actividades actuales
			reponen sus horas
			laborales?
	Reorientación	5.	¿Volvería a trabajar? /
			¿Volvió a trabajar?
	Terminación	6.	¿Cree sus ingresos
			suficientes de acuerdo a
			sus gastos?
		7.	¿Cómo se ha sentido de
			salud después de la
			jubilación?
Tiempo Libre	Actividades	1.	¿Cómo era su rutina
			antes de estar jubilado?
		2.	¿Qué actividades
			realizaba en su tiempo
			libre antes de estar
			jubilado?
		3	¿Cómo es su rutina
		٥.	ahora?
		1	¿Realiza algún deporte?
			¿Ha salido de paseo
		٦.	desde que está jubilado?
	Relación social	6	
	Refaction social	0.	¿Tiene algún amigo(a) o
			amigos (as) con los que
			realice alguna actividad
		_	en especial?
		7.	¿Tiene alguna persona a
			su cargo (nietos, hijos,
			familiares)?

Muchas gracias por su colaboración y recuerde que toda la información es absolutamente confidencial y si tiene alguna duda sobre el tema puede comunicarse con nosotros.

ANEXO 2 Categorización primer nivel.

Matriz 1.

	Ciudad :Bogotá, Colombia Fecha :5 de Noviembre de 2008 Tiempo de jubilación :4 años Edad actual :67 años Género :Femenino CÓDIGO :M.1	Objetivo específico identificado
1 2 3 4 5 6 7 8 9	¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? (Rostro fue de felicidad) Pues es lo mejor que me pude haber pasado, ya que mi esposo se había jubilado. Primero y lo que él quería era que le dedicara más tiempo a él por las enfermedades que tenia; la verdad para mí fue un poco difícil aceptarlo ya que no estaba acostumbrada a no hacer nada, pero al mismo tiempo fue algo muy bonito ya que desde ese momento comparto más tiempo con mi familia, mis hijos y mis dos nietos. Yo creo que ya era hora de que me jubilara parama ya va se estaba muy visicio.	pasado, ya que mi esposo se había jubilado (M.1.1-2) Pareja lo que él quería era que le dedicara más tiempo a él por las enfermedades que
11 12 13 14 15	porque yo ya estaba muy vieja. ¿Ha tenido dificultades o facilidades por ser mujer durante el proceso de jubilación? (Movió la cabeza dándonos indicación de que no) Pue la verdad no fue complicada porque la verdad yo ya sabía qué a cierta edad me tenían que jubilar y más po la jubilación de mi esposo yo ya estaba aceptando la llegada de esto. ¿La jubilación le ha traído beneficios? Pues sumercé, pues sí, un poco, porque como le digo	nada. (M.1.5-6)
17 18 19 20 21 22 23 24 25	comparto más tiempo con mi familia, salimos con mi esposo a pasear algo que nunca hacíamos cuando los dos estábamos trabajando. También comparto mas cor mis nietas ya que el tiempo que tengo para ellas es muy bueno, además que cuando ellas salen del colegio yo las recojo, les doy el almuerzo y es una bendición de Dios porque ellas son las que me acompañan ahora y me alegran los días cuando mi esposito está en la finca.	Creencias

	Charles I was I am I	Etanas
	¿Cómo sintió el trato de su empresa durante el	Etapas
26	proceso?	yo ya estaba aceptando la
26	(Suspiró profundo) Como le digo como yo ya estaba	llegada de esto.
27	muy viejita, ya tenía mis años fue algo muy normal	(M.1.14-15)
28	para ellos, ellos esperaban que yo me fuera, pero	
29	tampoco fue algo duro para ellos, ya me tenían el	Pareja
30	remplazo.	salimos con mi esposo a
		pasear algo que nunca
	¿Recibió algún tipo de asesoría por parte de la	hacíamos cuando los dos
	empresa?	estábamos trabajando
31	No sumercé, nunca recibí nada de asesoría por parte de	(M.1.17-19)
32	la empresa, ya se sabía que yo me iba, eso uno lo sabe,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
33	ya lo presiente.	Tiempo libre
	7 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	También comparto mas con
	¿Cómo reaccionó su familia frente a su jubilación?	mis nietas ya que el tiempo
34	Mi esposo feliz, porque iba a estar más tiempo con él,	que tengo para ellas es muy
35	pero a mis hijos si les dio un poco duro ya que ellos	bueno. (M.1.19-25)
36	querían que yo siguiera trabajando para que yo tuviera	oucho. (W.1.19-23)
37		Creencias
37	mi platica sin necesidad de estarnos pidiendo.	
		ya tenía mis años fue algo
	¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el	muy normal para ellos,
20	proceso?	ellos esperaban que yo me
38	Sí, yo creo que es normal que todos los hijos apoyen a	fuera, pero tampoco fue
39	los papás que se jubilan porque así como uno se mato	algo duro para ellos, ya me
40	las pestañas trabajando de operaria de las maquinas	tenían el remplazo.
41	planas toda la vida pues es bueno que ellos ahora le	(M.1.27-30)
42	respondan a uno y lo apoyen, ya como uno es viejito	
43	pues que respondan por nosotros, nosotros ya hicimos	Pareja
44	mucho por ellos y los sacamos adelante.	Mi esposo feliz, porque iba
		a estar más tiempo con él
	¿Siente que todavía tienes responsabilidades con tus	(M.1. 34)
	hijos?	
45	Sí, a veces para cuidarles las nietas cuando ellos se	Creencias
46	van de fiestas o a reuniones, pero eso es de vez en	pero a mis hijos si les dio
47	cuando. También les ayudo por ahí a pagar una que	un poco duro ya que ellos
48	otra que otra cosita y ya no más.	querían que yo siguiera
		trabajando (M.1.35-37)
	¿Cómo es la relación con sus hijos?	Creencias
49	Es muy buena.	yo creo que es normal que
-		todos los hijos apoyen a los
	¿Quien se pensionó primero?	papás que se jubilan
50	Mi esposo, ya que él trabajaba en las zonas del	(M.1.38-39)
51	departamento, pues con el municipio sumercé,	
52	manejaba una máquina aplanadora en las carreteras y	Creencias
53	él se pensionó hace 6 años. Yo creo que para él si fue	es bueno que ellos ahora le
54	<u> </u>	respondan a uno y lo
J4	muy duro porque él se quedaba sin trabajo y yo seguí	respondan a uno y 10

55	trabajando, entonces el miedo de que el tenia era la	apoyen (M.1.41-42)
56	soledad porque como nadie se quedaba con él en la	
57	casa. Por ese motivo mi esposo se compró la finca para	Etapas
58	vivir de eso y estar distraído un poco.	nosotros ya hicimos mucho
	The second secon	por ellos y los sacamos
	¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento	adelante (M.1.43-44)
	en que se pensionó?	adelante (W1.1.43-44)
59	* *	Tiampa libra
	Si hemos tenido muchos cambios, porque al comienzo	Tiempo libre
60	como él se quedaba solo en la casa, se empezó a	cuidarles las nietas cuando
61	enfermar, todo le daba mal genio, nada le gustaba, y se	ellos se van de fiestas o a
62	iba siempre para la tienda a tomar sus cervecitas y a	reuniones (M.1.45-46)
63	jugar tejo. Pero ahora es una persona muy cariñosa	
64	conmigo, se preocupa por mí en los momentos en que	Etapas
65	no estoy con él, y con mis hijos es más amable y ya	les ayudo por ahí a pagar
66	nos los grita. Lo que me ha gustado es que a partir de	una que otra que otra cosita
67	que yo me jubile él dejó de tomar.	(M.1.47-48)
		, ,
	¿Realizaba actividades con su pareja antes de la	Creencias
	jubilación?	Yo creo que para él si fue
68	No. Pues él cuando trabajaba no le quedaba tiempo, y	muy duro porque él se
69	además yo me la pasaba con mis hijos llegaba muy	quedaba sin trabajo y yo
70	cansada y lo único que hacía era cuidar de mis nietas	seguí trabajando, entonces
71	que era la actividad en ese momento. Cuando él se	el miedo de que el tenia era
		<u> </u>
72	jubiló los viernes nos íbamos para la finquita que el	la soledad (M.1.53-56)
73	compró y regresábamos en domingo en las tardes para	m: 1:1
74	alistar lo del otro día	Tiempo libre
		Por ese motivo mi esposo
	¿Cómo se siente usted con su pareja?	se compró la finca para
75	Muy bien sumarse, es una persona totalmente dedicada	vivir de eso y estar
76	a mí, y a la tierrita. Además ahora estamos como mas	distraído un poco.
77	unidos, yo creo que cuando uno llega a esta edad le	(M.1.57-58)
78	toca estar más unido con su marido porque uno se casa	
79	es para todo la vida, además de que uno no sabe	Etapas
80	cuando Dios lo llame a rendirle cuenticas.	como él se quedaba solo en
		la casa, se empezó a
	¿Cómo se sintió el dejar de trabajar?	enfermar (M.1.60-61)
81	Al principio un poco sin hacer nada, pero ahora me	(1,1,1,00 01)
82	siento bien ya que nos distraemos en la finca y no nos	Pareja
83	da tan duro.	
03	ua tan uuto.	ahora es una persona muy
		cariñosa conmigo, se
	¿En algún momento se sintió mal después de haberse	preocupa por mí en los
	jubilado?	momentos en que no estoy
84	Sí, cuando recién salí de la empresa, porque como no	con él Lo que me ha
85	teníamos nada que hacer y en ese tiempo no habíamos	gustado es que a partir de
86	comprado la finca me sentía un poco triste.	que yo me jubile él dejó de
		tomar. (M.1.68-69)
		(1.2.2.00 0)

	¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	Pareja
	proceso?	cuando trabajaba no le
87	Si señora.	quedaba tiempo, y además
0,	Si selloiu.	yo me la pasaba con mis
	¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas	hijos (M.1.72-73)
	laborales?	mjos (W.1.72-73)
88	Pues la verdad no me he puesto a pensar en eso solo sé	Tiompo libro
89	_ = =	Tiempo libre
09	que la paso bien.	los viernes nos íbamos para
	.17.1	la finquita que el compró y
00	¿Volvería a trabajar?	regresábamos en domingo
90	No señora, porque ya pasamos el mayor del tiempo en	en las tardes para alistar lo
91	la finca y ya no cambio esta vida por la que tenía	del otro día (M.1.72-74)
92	antes.	
		Pareja
	¿Cree sus ingresos suficientes de acuerdo a sus	es una persona totalmente
	gastos?	dedicada a mí, y a la
93	Si porque tenemos las dos pensiones la mía y la de mi	tierrita. Además ahora
94	esposo.	estamos como mas unidos
		(M.1.75-77)
	¿Cómo se ha sentido de salud después de la	
	jubilación?	Etapas
95	Pues yo si me he sentido bien hasta ahora a veces si	cuando uno llega a esta
96	me molesta un poco el reumatismo pero eso es de vez	edad le toca estar más
97	en cuando, mi esposo es el que si sufre de la tensión y	unido con su marido porque
98	tiene que estarse tomando las pastillas, pero	uno se casa es para todo la
99	últimamente si se ha quejado un poco de su	vida, además de que uno no
100	enfermedad de la próstata y se está tomando todos los	sabe cuando Dios lo llame a
101	exámenes y control en el seguro medico, con el doctor	rendirle cuenticas.
102	Emilio Valenzuela y nada mis mi señora.	(M.1.77-80)
	•	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	¿Considera que ha alcanzado sus metas?	
103	Yo creo que eso se realizan a medida en que va	Creencias
104	pasando el tiempo uno va cumpliendo sus metas.	porque como no teníamos
		nada que hacer
	¿Cómo era su rutina antes de estar jubilado?	(M.1.84-85)
105	Me levantaba a las 4:30 am de la mañana, hacia mi	`
106	almuerzo y dejaba el almuerzo para mi esposo, entraba	Creencias
107	a las 6 de la mañana a la empresa que queda en la zona	ya no cambio esta vida por
108	industrial en Bogotá por el lado de las Américas,	la que tenía antes.
109	cuando llegaba me sentaba frente a la máquina todo el	(M.1.91-92)
110	santo día no hallaba la hora de almorzar ya que era el	(111.1.71)2)
111	único descansito que nos daba, luego de eso salíamos a	Etapas
111	las 2 de la tarde, allí salía y cogía la buseta que me	a veces si me molesta un
113	traía al barrio, me bajaba y llegaba a mi casa hacer	poco el reumatismo pero
113	todos los oficios de mi casa hacerle la comidita a mi	eso es de vez en cuando,
115	marido, a mis hijos y mis nietos y me daba las 11 de la	(M.1.95-100)
113	marao, a mis mjos y mis metos y me daba las 11 de la	(171.1.75-100)

116	noche y ahí si me acostaba.	
117 118 119 120 121 122	¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes de estar jubilado? Ninguna, pues tiempo libre no teníamos, mucho así que digamos, los únicos días que nos quedaba ahí a ratico era los domingos, que lo único que hacíamos de raro era asistir a la santa eucaristía del 20 de julio, era sagrado para nosotros y de ahí nos íbamos para la casa hacer la misma rutina de siempre a cocinar y cocinar.	Creencias a medida en que va pasando el tiempo uno va cumpliendo sus metas. (M.1.103-104) Tiempo libre asistir a la santa eucaristía del 20 de julio (M.1.120)
123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134	¿Cómo es su rutina ahora? Sumercé le voy a decir la verdad, dormimos hasta las 6 o 7 de la mañana, mi esposo se levanta, se toma sus pastillas de la tensión, me hace el tintico y me lo lleva a la cama, después yo me levanto hago el desayuno de los dos nos bañamos y salimos a caminar 40 minutos porque el médico se lo recetó por la edad que él tiene, eso es cuando estamos aquí en la casa en Bogotá. Porque cuando vamos a la finca en la mesa nos madrugamos a ir los sábados en la mañana llegamos recogemos las naranjitas si han salido y demás frutas de allá, miramos los animalitos y a descansar y así siempre.	Pareja mi esposo se levanta, se toma sus pastillas de la tensión, me hace el tintico y me lo lleva a la cama (M.1.124-126) Tiempo libre salimos a caminar 40 minutos (M.1.127) Etapas porque el médico se lo
135 136 137 138 139 140	¿Realiza algún deporte? Antes no señora mmmm, ahora sí, mi hija mayor como trabaja con compensar ella nos lleva los domingos al club y allá vamos a piscina, a sauna y ya. Aparte de eso los 40 minutos de caminata eso si son sagrados todos los días por el bien de mi esposo y el mío.	recetó por la edad que él tiene (M.1.128) Tiempo libre vamos a la finca en la mesa (M.1.130)
141 142	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado? (Con entusiasmo) Si mi hija nos dio unas vacaciones a san Andrés el año pasado.	
143 144 145 146 147	¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que realice alguna actividad en especial? (Con su cabeza hizo movimiento de no) No, porque como no la pasamos es en la mesa la mayoría de tiempo, entonces solo me la paso es con mi esposo y a veces el compadre Jacinto, él que nos vendió la finquita. ¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos,	Tiempo libre ella nos lleva los domingos al club y allá vamos a piscina, a sauna (M.1.136-137) Pareja me la paso es con mi esposo (M.1. 145)

	familiares)?	
148	No tenemos necesidad, nos cuidamos solitos él me	
149	cuida a mí y yo a él.	

Matriz 2.

	TRANSCRIPCIÓ	ON DE LA ENTREVISTA	
	Ciudad	:Bogotá, Colombia	
	Fecha	:17 de Noviembre de 2008	Objetivo específico
	Tiempo de jubilación		identificado
	Edad actual	:70 años	
	Género	:Masculino	
	CÓDIGO	:H.1	
	¿Cómo se sintió duran	te el proceso de jubilación?	Creencias
1	(Se cogió la cabeza, la	a cara y se froto las manos) Me	me di cuenta de que me
2	sentí un poco triste ya	a que me di cuenta de que me	estaba volvió viejo, de que
3	estaba volvió viejo, de	e que no servía para nada y que	no servía para nada y que
4	quedaba sin trabajo.		quedaba sin trabajo. (H.1.2-4)
	¿Ha tenido dificultade	es o facilidades por ser hombre	
	durante el proceso de j	jubilación?	Creencias
5	(De mal genio) No, pu	ues la verdad no.	me dio un poco de depresión (H.1.7-8)
	¿La jubilación le ha tr	aído beneficios?	
6		que no) Señorita, no me trajo	Etapas
7	_	nferme, me dio un poco de	me dedique al comienzo a
8		ue al comienzo a trabajar por	trabajar por días en una obra
9		nstrucción, por este motivo mis	de construccióntomaba
10		aron porque tomaba mucho con	mucho con mis compañeros
11	mis compañeros de ob	ra.	de obra. (H.1.8-11)
	¿Cómo sintió el trat	to de su empresa durante el	Creencias
	proceso?		ellos no colaboraron en nada
12		a verdad no lo sentí, ellos no	pues antiguamente se
13		da pues antiguamente se	pensionaba uno y ya.
14	pensionaba uno y ya.		(H.1.12-14)
		de asesoría por parte de la	
1.5	empresa?		fue muy deprimente porque
15		iciendo que si.) Si la recibí,	me quedaba solo hasta que
16	-	n un mes antes que ya me iba a	conseguí el trabajo en la
17	pensionar.		obra (H.1.19-20)
	¿Cómo reaccionó su fe	amilia frente a su jubilación?	Pareja
18	(Metió sus manos al bo	olsillo del pantalón) Señorita, al	después de que se jubilo mi

19 20 21 22 23	comienzo fue muy deprimente porque me quedaba solo hasta que conseguí el trabajo en la obra, y después de que se jubilo mi esposa siento que mi relación mejoro muchsisisimo pues pasamos todo el tiempo juntos.	esposa siento que mi relación mejoró muchsisisimo pues pasamos todo el tiempo juntos. (H.1.21-23)
24 25 26 27	¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el proceso? (Se cruzó de brazos.) Sí, mi esposa a pesar de que ella siguió trabajando me dejaba mí comida lista y estaba pendiente de mi, mis hijos pues ellos ya organizados solo nos veíamos los fines de semana.	Etapas mis hijos pues ellos ya organizados solo nos veíamos los fines de semana. (H.1.26-27)
28 29	¿Siente que todavía tienes responsabilidades con tus hijos? Noooo por eso yo ya les die estudios y ahora que se defiendan solo. ¿Cómo es la relación con sus hijos?	Etapas yo ya les die estudios y ahora que se defiendan solo. (H.1.28-29)
30	De mucho respeto, y ayuda	Tiempo libre
31 32	¿Quien se pensionó primero? Yo me pensione primero señorita y dos años después mi esposa.	últimamente nos la pasamos en la finca, haciendo trabajitos del cultivo (H.1.34-35)
33 34 35 36 37 38 39	¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento en que se pensionó? Si, ahora nos dedicamos más tiempo, ella ha descansado mucho, y últimamente nos la pasamos en la finca, haciendo trabajitos del cultivo. Además ahora estamos como mas unidos y las nietas nos acompañan casi toda la tarde. Yo creo que siempre hemos sido unidos pero no teníamos tiempo y por eso no compartíamos con nadie.	Pareja ahora estamos como mas unidos (H.1.36)
40	¿Realizaba actividades con su pareja antes de la jubilación? Íbamos a misa al 20 de julio. No más.	Tiempo libre las nietas nos acompañan casi toda la tarde (H.1.36-37)
41 42 43 44 45	¿Cómo se siente usted con su pareja? La verdad señorita me siento muy feliz de tener una esposa tan maravillosa como ella, es una persona colaboradora, echada pa'lante, se le mide a cualquier trabajo, es muy responsable yo la quiero mucho, mejor dicho es una gran mujer	Creencias creo que siempre hemos sido unidos pero no teníamos tiempo y por eso no compartíamos con nadie. (H.1.37-39)

	¿Cómo se sintió el dejar de trabajar?	
46	(Baja la cara) Pues que yo ya no servía para nada,	
47	además me sentí más viejo de lo que soy, siento que	Tiempo libre
48	era un inútil y creía que nunca más volví a hacer algo	Íbamos a misa al 20 de julio
49	productivo.	(H.1. 40)
	¿En algún momento se sintió mal después de haberse	
	jubilado?	
50	(Un poco de tristeza, bajo la cabeza.) Por eso le	Creencias
51	digo Que me enferme, y que me sentía inútil. Sin	Pues que yo ya no servía
52	ganas de hacer nada.	para nada, además me sentí más viejo de lo que soy,
	¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	siento que era un inútil y
	proceso?	creía que nunca más volví a
53	Si señora el trabajo en mi finca	hacer algo productivo.
		(H.1.46-49)
	¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas laborales?	
54	Si se compensa lo uno con lo otro y allá la paso muy	
55	bien y dejo de pensar que estoy enfermo.	Etapas
	·Volvería a trabajar?	Que me enferme, y que me sentía inútil.
56	¿Volvería a trabajar? No en lo que hacía antes. Aunque ahora trabajo en la	(H.1. 51)
57	finca cultivando frutas.	(11.11.31)
	¿Cree sus ingresos suficientes de acuerdo a sus gastos?	
58	No señora, por eso trabajo en la finca para ayudas de	Tiempo libre
59	los gastos en la casa de Bogotá.	ahora trabajo en la finca
		cultivando frutas.
	¿Cómo se ha sentido de salud después de la	(H.1.56-57)
60	jubilación?	
60 61	(Responde un poco molesto) Pues me he sentido un poco mal, porque como antes comía muchas grasas,	
62	comía todo salado, la tensión se me disparo y la tengo	
63	muy elevada por este motivo asisto a controles cada	
64	mes para que me vea como sigo y me receten la	
65	droga. Aparte de eso me está molestando la próstata	Etapas
66	que eso si me preocupada pero prefiero no hablar del	la tensión se me disparo y la
67	tema.	tengo muy elevada por este
	¿Considera que ha alcanzado sus metas?	motivo asisto a controles cada mes para que me vea
68	Yo creo que eso se realizan a medida en que va	como sigo y me receten la
69	pasando el tiempo uno va cumpliendo sus metas.	droga Aparte de eso me está
		molestando la próstata que
		eso si me preocupada pero

	·Cómo ana su mutina antes de estan jubilado?	profices no hobler del tomo
70	¿Cómo era su rutina antes de estar jubilado? Yo me levantaba a las 4:00 de la mañana me	prefiero no hablar del tema (H.1.62-67)
71	levantaba, esperaba a que mi esposa me sirviera el	(11.1.02-07)
72	desayuno y me empacara el almuerzo para irme a	
73		
74	trabajar, de ahí cogía un bus hasta la obra llegaba a	
	trabajar donde quedaba por los lados de la autopista	
75 76	Medellín. Salía a las 6 de la tarde y me iba para la	Danaia
76	casa. Llegaba cansado comía y me acostaba a	Pareja
77	descansar.	le hago el tinto a ella, se lo
		llevo a la cama
	¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes	(H.1. 82)
70	de estar jubilado?	
78	No tenía mucho tiempo libre señorita, y el domingo	
79	nos íbamos a misa al 20 de julio como ya le había	
80	dicho.	
		Tiempo libre
	¿Cómo es su rutina ahora?	salir a caminar 40 minutos
81	Le cuento señorita que ahora me levanto a las 6 de la	(H.1.84)
82	mañana, le hago el tinto a ella, se lo llevo a la cama	
83	luego nos bañamos, nos arreglamos, bajamos hacer el	
84	desayuno para luego salir a caminar 40 minutos	
85	dichos por el médico y después de que hagamos eso	
86	hacemos vueltas y demás cosas.	
		_
	¿Realiza algún deporte?	Etapas
87	Antes no, y si se le llama deporte a caminar 40	Si yo creo que tengo la
88	minutos eso es lo que hago.	obligación de ver y velar por
		mi esposa hasta cuando
	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado?	muera que eso es lo que
89	El año pasado viajamos a san Andrés mi esposa y yo.	Dios dijo.
		(H.1.94-96)
	¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que	
	realice alguna actividad en especial?	
90	(Con su cabeza hizo movimiento de no) No	
91	señoritaaaa. La verdad yo poco de amigos. Y ahora	
92	enfermo menos.	
	¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos,	
	familiares)?	
93	Si yo creo que tengo la obligación de ver y velar por	
94	mi esposa hasta cuando muera que eso es lo que Dios	
95	dijo.	
	· ·	

Matriz 3.

Ciudad :Bogotá, Colombia Fecha :17 de Noviembre de 2008 Tiempo de jubilación :12 años Objetivo específico Edad actual :68 años identificado Género :Femenino CÓDIGO :M.2 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo estaba acostumbrada a lo mío, a trabajar, y no estar
Tiempo de jubilación :12 años Edad actual :68 años Género :Femenino CÓDIGO :M.2 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo Objetivo específico identificado Etapas Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
Edad actual :68 años identificado Género :Femenino CÓDIGO :M.2 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo identificado Etapas Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
Género :Femenino CÓDIGO :M.2 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo Etapas Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
CÓDIGO :M.2 ¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo Etapas Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? 1 Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo Etapas Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
Mmm, cómo le digo yo. Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo Pues a uno le toca asumir cosas. La verdad a mi me
2 cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo cosas. La verdad a mi me
3 estaba acostumbrada a lo mío, a trabajar, y no estar dio tristeza, porque vo
I
4 mucho tiempo en la casa, pues entonces yo me puse estaba acostumbrada a lo
muy triste, entonces yo encontré el papelito que mío, a trabajar, y no estar
6 estaba debajo de la puerta y empecé a pensar qué voy mucho tiempo en la casa
7 hacer, a que me voy a dedicar, yo ya no sirvo para (M.2.1-4)
8 nada, ya estoy vieja. El dueño de la empresa le
9 gustaba mucho mi trabajo, me dijo que si quería Creencias
10 trabajara por días o por meses. El dueño me dijo Empecé a pensar qué voy
tranquila descanse unos mesecitos y vuelva. Después hacer, a que me voy a
12 de que me llegó el papelito de la jubilación trabaje por dedicar, yo ya no sirvo pa
13 4 años más. Pero después de esos cuatro años me nada ya estoy vieja.
retiré porque un día muy normal se me subió la (M.26-8)
15 tensión y desde ahí me empecé a enfermar.
Etapas
¿Ha tenido dificultades o facilidades por ser hombre se me subió la tensión y
durante el proceso de jubilación? desde ahí me empecé a
Si he tenido dificultades. Es un golpe duro y mi hijo enfermar (M.2. 14-15)
se había ido a trabajar a Ipiales, entonces estaba como
con una depresión porque mi hijo era la primera vez Etapas
que se retiraba y preciso fue cuando me salió lo de la estaba como con una
20 pensión. Es más difícil para el hombre que para las depresión porque mi hijo
21 mujeres: yo creo que para los hombres es más duro la primera vez que se
porque uno de mujer algo hace, algo se inventa, retiraba. (M.2. 17-19)
aprende a tejer, a cocer, a bordar, sale uno y se
24 distrae, en cambio ellos yo he visto en muchos casos Creencias
25 que se enferman, yo conozco un señor que era gordo Es más difícil
trabaja y todo y desde que se pensionó lo cogieron para el hombre que para
27 todas las enfermedades y todo, yo creo que si yo me mujeres: yo creo que para
28 hubiera estado en la casa me hubiera enfermado, pero los hombres es más duro
yo he procurado salir al club del adulto mayor en porque uno de mujer algo
tagua donde practicamos danzas los viernes, juegos de hace, en cambio ellos y
rana, tejo, la caminadita y salir uno por allá. Hay he visto en muchos casos
aparatos para hacer ejercicios entonces eso le sirve a que se enferman
33 uno para distraerse un poquito. (M.2. 20-25)

34 35 36 37	¿La jubilación le ha traído beneficios? Pues, algo como para medio sobrevivir, como dicen, como para ayudarles a mis hijos a pagar los servicios, o para lo que necesiten, pues si los cuatro pesitos son sagrados.	Tiempo Libre algo se inventa, aprende a tejer, a cocer, a bordar, sale uno y se distrae (M.2. 22-24)
38 39 40	¿Cómo sintió el trato de su empresa durante el proceso? Bien, como le cuento el dueño de la empresa se amañaba mucho con mi trabajo, y él me dijo que si quería seguir trabajando, trabajara por contrato. ¿Recibió algún tipo de asesoría por parte de la empresa?	Tiempo Libre practicamos danzas los viernes, juegos de rana, tejo, la caminadita y salir uno por allá. Hay aparatos para hacer ejercicios entonces eso le sirve a uno para distraerse un poquito.
41 42	No señora, no nada, solamente me votaron el papelito por debajo de la puerta.	(M.2. 30-33)
43 44	¿Cómo reaccionó su familia frente a su jubilación? Mis hijos contentos, porque iba a descansar en cambio yo no, no era mucho lo que hacía.	Etapas ayudarles a mis hijos a pagar los servicios (M.2. 35)
45 46 47 48 49	¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el proceso? Ellos me apoyan muchisisismo, están muy pendientes de mí, en el día ellos están trabajando, pero siempre están muy pendientes de mí. Ellos son muy juiciosos, en una mujer y un hombre. Mi hija trabaja en jardines de chía y ya lleva diez años.	Creencias el dueño de la empresa se amañaba mucho con mi trabajo (M.2. 38- 39) Creencias Mis hijos contentos en cambio yo no, no era mucho
50 51 52	¿Siente que todavía tienes responsabilidades con tus hijos? Mm pues no tanto pero siempre, ya la costumbre de colaborarle con los servicios, de estar pendientes de ellos.	lo que hacía. (M.2. 43-44) Creencias Ellos me apoyan muchísimo, están muy pendientes de mí (M.2. 45-46)
53	¿Cómo es la relación con sus hijos? Bien	Etapas colaborarle con los
54 55 56 57	¿Quien se pensionó primero? Él se pensionó primero, y fue muy difícil para él, pues porque se enfermó, duró unos días aburrido ahí en la casa y lo único que hacía era mirar televisión. Esto hizo que cada día se enfermara más y más.	servicios, de estar pendientes de ellos. (M.2. 51-52) Creencias Fue muy difícil para él, pues porque se enfermó, duró unos días aburrido ahí en la casa y lo único que hacía era

	¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento	mirar televisión. Esto hizo
	en que se pensionó?	que cada día se enfermara
58	Sí, porque al comienzo era muy de mal genio, no le	más y más.
59	gustaba nada, hasta cuando compramos los animalitos	(M.2.54-57)
60	y esto lo hizo salir del encierre de la casa, porque él	(141.2.5 1 57)
	•	D 1 '/ 1 '
61	ya madrugaba a recoger la leche, le daba pasto a las	Relación de pareja
62	vacas y las cambiaba de corral.	al comienzo era muy de mal
		genio, no le gustaba nada
	¿Realizaba actividades con su pareja antes de la	(M.2.58-59)
	jubilación?	Tiempo Libre
63	Pues como él llegaba mas tarde a la casa no señora, de	él ya madrugaba a recoger la
64	pronto los domingos ir a la santa misa y de ahí	leche, le daba pasto a las
65	hacíamos el mercado en la plaza para las comidas de	vacas y las cambiaba de
66	la semana.	corral.
		(M.2.60-62)
	¿Cómo se siente usted con su pareja?	
67	Pues él ya ha dejado su mal genio, entonces nuestra	Relación de pareja
68	relación ha mejorado un poquito, y ya nos queremos	1 0
		él llegaba mas tarde a la
69	más, nos cuidamos, estamos más pendientes el uno	casadomingos ir a la santa
70	con el otro. Y ahorita los dos estamos juntos, nos	misa y de ahí hacíamos el
71	queremos mucho y compartimos mucho tiempo, y	mercado en la plaza
72	entre los dos hacemos el oficio del ordeño y después	(M.2.63-65)
73	de acabar estas actividades nos vamos para los clubes.	,
'	para to state at the state of t	Relación de pareja
	¿Cómo se sintió al dejar de trabajar?	él ya ha dejado su mal
7.4		
74	Mal, porque me dio depresión.	genio, entonces nuestra
		relación ha mejorado un
	¿En algún momento se sintió mal después de haberse	poquito, y ya nos queremos
	jubilado?	más, nos cuidamos, estamos
75	Sí, me sentí mal porque ya éramos dos sin trabajo, nos	más pendientes el uno con el
76	sentíamos inútiles, pero al cabo del tiempo yendo a	otro nos queremos mucho
77	estos grupos del adulto mayor, nos enseñaron cosas	y compartimos mucho
		· · ·
78	nuevas para nosotros, como hacer labores como	tiempo (M.2 .67-71)
79	manualidades, pues a Pedro no es mucho lo que le	
80	guste venir acá pero igual nos sentimos muy	Etapas
81	amañados. Al comienzo me soñaba trabando, con mis	me dio depresión.
82	compañeras y esto hacia que me sintiera mal.	(M.2. 74)
	1	
	¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	Etapas:
	proceso?	-
0.3	*	me sentí mal porque ya
83	No señora.	éramos dos sin trabajo, nos
		sentíamos inútiles
	¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas	(M.2. 75-76)
	laborales?	
84	Sí señor, lo que hago en los clubes y en la casa del	Tiempo Libre
85	adulto mayor remplaza mis labores.	nos enseñaron cosas nuevas
00		Clisting of Cobas Hackas

	.17.1////2	
0.6	¿Volvería a trabajar?	para nosotros, como hacer
86	Pues hasta yo quisiera que sí, pero le tengo miedo es	labores como manualidades
87	al calor, le cogí miedo atrabajar porque me dio una	(M.2. 77-79)
88	hemorragia por la nariz y casi me muero.	
		Creencias
	¿Cree que sus ingresos son suficientes de acuerdo a	le cogí miedo atrabajar
	sus gastos?	porque me dio una
89	Pues no señora, pero eso es sagrado los 4 pesitos que	hemorragia por la nariz
90	a uno le dan y los hace alcanzar, lo que más pueda.	(M.2. 87-88)
	a uno le dan y los nace alcanzar, lo que mas pueda.	(141.2. 07 00)
	¿Cómo se ha sentido de salud después de la	m; 1:1
	jubilación?	Tiempo libre
91	En un tiempo estuve con depresión, pero después	se distrae uno, y estoy más
92	entre a los clubes y al grupo del adulto mayor me	ocupada
93	sentí mejor, como que se distrae uno, y estoy más	(M.2. 93-94)
94	ocupada. Si tiene un dolor de cabeza allá se le quitan	
95	todos los males.	Creencias
		si uno aprende bien y hace
	¿Considera que ha alcanzado sus metas?	los cueros bien para el
96	No mucho, ahoritica por ejemplo don Francisco nos	cuidado del adulto mayor,
97		
	ha dicho que si uno aprende bien y hace los cueros	gana uno sus pesitos
98	bien para el cuidado del adulto mayor, gana uno sus	(M.2. 97 -99)
99	pesitos. Si uno trabajo bien y cuida bien a los adultos	
100	con gente que tenga dinero se rebusca y se gana la	Tiempo libre
101	plática.	yo llegaba muy cansada de
		la empresa entonces llegaba
	¿Cómo era su rutina antes de estar jubilado?	hacer los oficios
102	Me levantaba a las 3 de la mañana, hacia mi almuerzo	(M.2. 109-111)
103	y dejaba el almuerzo para mis hijos, entraba a las 6 de	, ,
104	la mañana a la empresa, viajaba en bicicleta después	Etapas
105	ya me iba en buseta, a las 10 de la mañana me daban	me levanto a las 3 de la
106	media hora y salíamos a las 2 y media de trabajar.	mañana, ayudarle a empacar
100		el almuerzo de mi hija
	Después del trabajo me regresaba a la casa hacer el	
108	trabajo de la casa.	porque sale a las 5 a trabajar
		(M.2. 115-117)
	¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes	
	de estar jubilado?	Tiempo libre
109	Actividades como tal no, porque yo llegaba muy	juego tejo, rana, estoy en
110	cansada de la empresa entonces llegaba hacer los	porras hago aeróbicos y ya
111	oficios de la empresa escasitamente caminaba	sumercé
112	porque el trabajo me ocupaba la mayoría del tiempo	(M.2. 119-120)
113	junto a mi casas.	,
	J	
	¿Cómo es su rutina ahora?	Tiempo libre
114	Ahora también me levanto a las 3 de la mañana,	visitar unos familiares en
115	ayudarle a empacar el almuerzo de mi hija porque sale	Tunja

116 117	a las 5 a trabajar, después adelanto lo del almuerzo, lavo, después ya salgo hacer mis actividades.	(M.2. 121)
118 119	¿Realiza algún deporte? Mmm juego tejo, rana, estoy en porras hago aeróbicos y ya sumercé.	Creencias mis compañeras de porras de ejercicios de los clubes y las vecinas que viven al lado de
120 121	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado? Sí, fuimos a visitar unos familiares en Tunja Boyacá, pero no es seguido es una sola vez al año.	mi casa (M.2. 123-125)
122	¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que realice alguna actividad en especial? Mm, mis compañeras de porras de ejercicios de los	Etapas Vivo con mis dos hijos que están solteros todavía (M.2. 126)
123 124	clubes y las vecinas que viven al lado de mi casa, y ya sumercé.	
125	¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos, familiares)? Vivo con mis dos hijos que están solteros todavía.	

Matriz 4.

Ciudad :Bogotá, Colombia Fecha :17 de Noviembre de 2008	ŀ
m' 1 1 1 1 2 44 ~	
Tiempo de jubilación :14 años Objetivo esp	
Edad actual :78 años identifica	ado
Género :Masculino	
CÓDIGO : H. 2	_
¿Cómo se sintió durante el proceso de jubilación? Creencias	1
Yo no soy jubilado bueno si. El proceso de el estado lo ha de la constanta	-
jubilación precisamente el estado lo ha creado para proteger a las per proteger a las personas que han trabajado durante han trabajado durante proteger a las personas que proteger a la personas que proteger a la personas que proteger a la personas que proteg	-
	-
para nada.(mueve mucho las manos, enérgico, pone quiere una vejez t las manos en las rodillas) (H. 2.2-5)	ranquiia
7 las manos en las rodillas) (H. 2.2-5)	
¿Ha tenido dificultades o facilidades por ser hombre	
durante el proceso de jubilación?	
8 Como persona no he tenido dificultades, la persona Creencias	
9 que vive en estado de tranquilidad en la casa empieza la persona que	e vive en
a padecer enfermedades, porque, porque no tiene la estado de tranqui	
	a padecer
12 entonces se engorda y muere más rápido que enfermedades,	porque,
cualquiera es natural. Empieza el corazón a fallar, a porque no tiene la	
dolerle las piernas a enfermarse de todo. El ser mental ni la evolu	
humano con la energía da la vitalidad. (H. 2.8-11)	icion fisica
indiffication of the chorgin dat in vitalidad.	
¿La jubilación le ha traído beneficios?	
16 Claro que si, la jubilación me ha traído beneficios	
17 económicos, especialmente para las primeras Creencias	
18 necesidades que tiene uno con la familia (necesidades Claro que si, la	iubilación
19 básicas primarias del ser humano). me ha traído	
económicos	
(H. 2.16-17)	
¿Cómo sintió el trato de su empresa durante el	
proceso?	
Bueno. Yo trabaje con el poder judicial durante tres	
21 años como juez, y me sentí muy orgulloso de servir al	
22 estado, pero al salir tiene uno sus problemas, Creencias	
23 inquietudes, para aplicar la ley, porque a veces puede para ella fue satisf	factorio
24 uno condenar a una persona injustamente, o puede (H. 2.37)	
25 uno culpar a una persona cuando es inocente.	

		1
	¿Recibió algún tipo de asesoría por parte de la	
	empresa?	
26	(Su voz es muy temblorosa). Siiii en el poder judicial	
27	le dicta a uno las normas de sistema de procedimiento	Creencias
	-	
28	penal o civil acusatorio, nosotros tenemos acaso	Es natural que la familia lo
29	sistemas acusatorios que abarcamos a estados unidos	ayude en estos casos y esté
30	y es muy difícil ya aplicarlo a nuestros medios porque	pendiente de que el gobierno
31	hay dos idiosincrasias en el pueblo colombiano, es	o la persona que va a darle la
32	distinto porque el extranjero o el gringo tiene su	jubilación sea inmediata
33	sistema de modo distinto al nuestro y para cada ley	pero desgraciadamente en
34	allá es más fácil que nosotros, porque aquí nosotros	Colombia dura 10 o 20 años
35	tenemos un ancestro español: que mentimos mucho.	hasta que se muera y lo
36	¿Cómo reaccionó su familia frente a su jubilación?	pensionan.
37	Ahhh para ella fue satisfactorio, porque nos da en la	(H. 2.40-44)
38	persona humana el descanso intelectual, la estabilidad	
39	de ambas familias, de mis hijos.	
	, J	
	¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el	
40	proceso?	
40	Claro que sí. Es natural que la familia lo ayude en	_
41	estos casos y esté pendiente de que el gobierno o la	Etapas
42	persona que va a darle la jubilación sea inmediata,	tuve mi responsabilidad con
43	pero desgraciadamente en Colombia dura 10 o 20	ellos para sacarlos adelante,
44	años hasta que se muera y lo pensionan.	pero hoy día ellos me han
	,	correspondido más bien a mí
	¿Siente que todavía tiene responsabilidades con sus	(H. 2.45-47)
	· .	(11. 2.43-47)
4.5	hijos?	
45	Hasta hace poco tuve mi responsabilidad con ellos	
46	para sacarlos adelante, pero hoy día ellos me han	
47	correspondido más bien a mí. Uno de mis hijos esta	
48	en Canadá, quien fue el que me invito por 5 meses a	
49	conocer Canadá.	
	¿Cómo es la relación con sus hijos?	
50		
50	Con mis hijos magnifico, 5 meses vivimos en Canadá	
51	sabroso con él, que me daba todo lo que necesitaba,	
52	conocí el sistema operativo de la sociedad para	
53	nuestra cultura múltiples de todo el universo, asiáticos	
54	europeos americanos hasta colombianos. Las culturas	
55	no están metidas en el que dirán ni que nada están es	
56	trabajando producen.	Pareja
50	anonjando producen.	3
	. On in a manifest () in a 2	en la pareja vino más
	¿Quien se pensionó primero?	estabilidad más contacto
57	Primeramente se pensiono primero mi esposa	familiar, más expresión de
		amor.
	¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento	(H. 2.58-59)

en que se pensionó? Claro está que en la pareja vino más estabilidad más contacto familiar, más expresión de amor. ¿Realizaba actividades con su pareja antes de la jubilación?	
59 contacto familiar, más expresión de amor. ¿Realizaba actividades con su pareja antes de la jubilación?	
¿Realizaba actividades con su pareja antes de la jubilación?	
jubilación?	
jubilación?	
60 70 11	
60 Poco, porque ella nunca trabajo cerca a mí, nosotros	
61 siempre trabajamos separados. Y ahora estoy aquí Etapas	
62 más que todo por ella porque está muy enfermita y Y ahora estoy aqu	uí más que
estoy al cuidado de ella. Aunque ahora paseamos y todo por ella pe	orque está
64 disfrutamos y nos distraemos muchisisismo muy enfermita y	-
65 (Risueño). cuidado de ella.	, 5255
(H. 2.61-63)	
¿Cómo se siente usted con su pareja?	
66 (Los ojos llorosos) Ahhh magnífico, tanto es así que	
67 estamos acá acompañados y esperar a Dios a que nos	
69 cambiado en nada, nos estimamos yo estoy Tiempo libre	
70 preocupado en las actividades de ella, ellas en mis Aunque ahora pa	
	y nos
distraemos muchis	sisismo
¿Cómo se sintió el dejar de trabajar? (H. 2.63-64)	
72 (se pone serio y respira fuerte) Pues es un descanso	
73 claro está, sobretodo mental, ya no me preocupo por	
74 nada, ni estoy estresado. Creencias	
estamos acá acom	npañados y
¿En algún momento se sintió mal después de haberse esperar a Dios a	a que nos
jubilado? lleve los dos al cie	elo
75 (se levantó y camino)Nooo para nada, lo contrario me (H. 2.67-68)	
76 he sentido súper bien.	
¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	
proceso? Pareja	
77 ¿Nuevos interés? No señora, hasta la presente estoy yo estoy preocup	ado en las
78 más bien al descanso. actividades de ell	
mis actividades.	ia, chas ch
¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas (H. 2.69-70)	
laborales?	
79 Si señora.	
¿Volvería a trabajar?	
80 Estoy trabajando, uno estima su profesión yo tengo ya	
81 como 45 años de ser profesional, tanto en contaduría Tiempo libre	
82 y trabaje la practica en la superintendencia y Estoy trabajando,	uno estima
83 antiguamente. Y estudie en Colombia economía en la su profesión	
84 universidad de los andes y todo en la vida es práctica (H. 2.80)	

85	y vivo enamorado de la vida.	
86 87 88	¿Cree sus ingresos suficientes de acuerdo a sus gastos? Si, si son suficientes (risas). ¿Cómo se ha sentido de salud después de la jubilación? Muy bien, me siento muy agradable de estar con ustedes la juventud me siento más joven.	Etapas Muy bien, me siento muy agradable de estar con ustedes la juventud me siento más joven (H. 2.87-88)
89 90 91	¿Considera que ha alcanzado todas sus metas? No, todavía hay por hacer porque a mí me gusta escribir, ya que he escrito dos libros actualmente, de debates de historia del derecho. ¿Cómo era su rutina antes de ser jubilado?	Tiempo libre ya que he escrito dos libros actualmente, de debates de
92 93 94 95 96 97	La rutina mía fue de muchos viajes, porque, cuando yo trabaje en el poder judicial fui juez y profesor criminal ambulante, tuve q viajar por todos los departamentos, estuve especialmente en un reinado de belleza en esa época investigando a un juez en Cartagena y viaje mucho por esos problemas y	historia del derecho (H. 2.90-91)
98 99 100	muchas cosas teniendo el contacto con las personas y el contacto con el mismo personaje que le ayuda a uno hacer secretario. ¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes de estar jubilado?	Tiempo libre Mi rutina es caminar de aquí al centro a pie, para hacer ejercicio y contacto con las personas para conocer contacto con la gente, tomar
101 102 103 104 105 106	Yo soy llanero, en el llano mi padre me enseño a luchar con la ganadería, era ganadero yo amanse animales, potros, fui torero yo también eché machete en la finca de mi papa, cuando salíamos a vacaciones durante 3 meses mi padre nos educaba con la formación antigua.	gaseosa café etc., para conocer quiénes somos etc (H. 2.107-110)
107 108 109 110	¿Cómo es su rutina ahora? Mi rutina es caminar de aquí al centro a pie, para hacer ejercicio y contacto con las personas para conocer contacto con la gente, tomar gaseosa café etc., para conocer quiénes somos etc.	
111 112 113	¿Realiza algún deporte? (se levantó de la silla y movió las manos) Siiii fuera de caminar el deporte mío fue desde niño la natación, yo fui campeón de natación.	Tiempo libre hemos conocido el pueblo, hemos dado vueltas por todos esos cerros tan bellos

114 115 116	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado? Si señora como no hemos conocido el pueblo, hemos dado vueltas por todos esos cerros tan bellos la naturaleza que respira uno a veces yo soy poeta con	la naturaleza (H. 2.114-116)
117 118 119	todas esas prisas de todos estos cerros. ¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que realice alguna actividad en especial? Amigas muchas, (risas) tiene que uno conseguir muchas amigas. Además el hombre tiene que vivir en	
120	sociedades para conocerse mas, por instinto por afecto y por necesidad. ¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos, familiares)?	(H. 2.123-124)
122 123 124	(se quedó pensando) En la actualidad no solo estamos mi esposa y yo. Aunque mis nietos vienen a veces y me visitan.	

Matriz 5.

	Ciudad	:Bogotá, Colombia	
	Fecha	:5 de Noviembre de 2008	
	Tiempo de jubilación	:7 años	Objetivo específico
	Edad actual	:66 años	identificado
	Género	:Femenino	
	CÓDIGO	:M .3	
	¿Cómo se sintió duran	te el proceso de jubilación?	Etapas
1	Pues que le digo cuando yo trabajaba pensé, estaba		estaba toda desorientada y
2	toda desorientada y en sé que voy hacer, Dios mío,		en sé que voy hacer
3	que voy hacer si mi trabajo era toda mi vida, me		(M .3.1-2)
4	copaba todo el día, me voy a chiflar porque estoy		
5	desocupada y sin nada que hacer. No me quería retirar		Creencias
6	porque qué hago yo desocupada.		si mi trabajo era toda mi
		_	vida, me copaba todo el día,
	¿Ha tenido dificultade	s o facilidades por ser mujer	me voy a chiflar porque
	durante el proceso de	jubilación?	estoy desocupada y sin nada

7	Más que todo, facilidades porque ahora encontré un	que hacer.
8	club nuevo y aquí he venido 20 días casi el mes y	(M .3.3-5)
9	encuentro que son las mujeres las que más se dedican	(141 .3.3 3)
10		Tiomno libro
	a las labores a aprender algo nuevo, he sido aceptada	Tiempo libre
11	en los grupos y me ha ido bien.	ahora encontré un club
		nuevo y aquí he venido 20
	¿La jubilación le ha traído beneficios?	días casi el mes
12	Sí, porque tengo más tiempo para mí, para ir al	(M .3.7-8)
13	médico, allá donde yo trabaja no nos daban la mañana	
14	para un examen ni para una muestra de sangre, no eso	Creencias
15	era algo imposible.	son las mujeres las que más
		se dedican a las labores a
	¿Cómo sintió el trato de su empresa durante el	aprender algo nuevo
	proceso?	(M .3.9-10)
16	Pues yo era docente del departamento y en ningún	, in the second
17	momento me dijeron hasta luego, sino que yo pase la	Creencias
18	carta me retire y sentí que mis alumnos me	tengo más tiempo para mí
19	extrañaron, pero la institución como institución nos	(M .3.12)
20	dice adiós, tome y gracias. Igual uno no debe esperar	(2:2:0:12)
21	una retribución ni un gracias.	Creencias
21	and rearroadion in an gracias.	yo pase la carta me retire y
	¿Recibió algún tipo de asesoría por parte de la	sentí que mis alumnos me
	empresa?	extrañaron
22	No, en absoluto nada.	(M .3.17-18)
22	NO, en absoluto hada.	(IVI .3.17-18)
	¿Cómo reaccionó su familia frente a su jubilación?	Creencias
23	(sonriendo) Pues mis hijos contentos porque ya me	uno no debe esperar una
24		<u> </u>
	veían más tiempo sobre todo mi esposo, mi esposo	retribución ni un gracias.
25	cuando teníamos una finquita él se iba y yo me	(M .3.20-21)
26	quedaba a trabajar, entonces yo por eso me retiré, y él	
27	se puso muy contento cuando yo me retiré.	Creencias
		mis hijos contentos porque
	¿Sintió apoyo por parte de su familia durante el	ya me veían más tiempo
	proceso?	sobre todo mi esposo
28	Si, mis hermanas me decían ya no se esté en la casa	(M .3.23-24)
29	hay harto por hacer, vaya al gimnasio vaya a otra	
30	parte ocúpese, entonces ellos me empujaban hacer	
31	otras cosas.	Pareja
		mi esposo cuando teníamos
	¿Siente que todavía tienes responsabilidades con tus	una finquita él se iba y yo
	hijos?	me quedaba a trabajar,
32	No.	entonces yo por eso me
		retiré, y él se puso muy
	¿Cómo es la relación con sus hijos?	contento cuando yo me
33	Buena, los quiero a todos por igual, me respetan y	retiré.
34	todo, yo me llevo bien con todos; son independientes.	(M .324-27)
	, , ,	\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \

	¿Quien se pensionó primero?	
35	(Temblor en la voz) Mi esposo, tiene nueve años de	
36	pensionado.	
		Pareja
	¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento	nosotros era solo trabajo y
	en que se pensionó?	no nosotros era solo rutina
37	(Risas) Si, hay como mas afecto, hay como más	(M .3. 4344)
38	aceptación y como que nos entregamos el uno con el	,
39	otro, ya teníamos nuestro tiempo sin trabajar, cuando	
40	él se pensionó yo estaba terminando el posgrado para	Tiempo libre
41	un asenso y no me sirvió de nada, porque con nietas y	jugamos un parqués, en las
42	trabajando estaba súper ocupada y no atendía a él.	vacaciones salimos a donde
72	trabajando estaba super ocupada y no atendia a ci.	el nos quiera llevar, ya
	¿Realizaba actividades con su pareja antes de la	tenemos los domingos para
		nosotros, los sábados
12	jubilación?	· ·
43	No, nosotros era solo trabajo y no nosotros era solo	también, nos gusta jugar
44	rutina, antes de retirarme sí fuimos al encuentro	mini tejo cerca de la casa
45	matrimonial por el mismo trabajo, el estrés, teníamos	(M .3.49-53)
46	problema; entonces fuimos a ese encuentro y allí nos	
47	arreglamos y tomamos la decisión de no echarnos	ъ .
48	tantas cargas encima y ahora pues, si eso si ya	Pareja
49	nosotros cuando llueve o se va la luz jugamos un	tenemos más afecto, más
50	parqués, en las vacaciones salimos a donde el nos	tiempo para nosotros, nos
51	quiera llevar, ya tenemos los domingos para nosotros,	consentimos, nos amamos y
52	los sábados también, nos gusta jugar mini tejo cerca	nos dedicamos más tiempo,
53	de la casa, pero ya es como más desahogado.	me ha ido mejor con él
		(M .3.54-57)
	¿Cómo se siente usted con su pareja?	
54	(Ojos llorosos). Me siento muy feliz, tenemos más	
55	afecto, más tiempo para nosotros, nos consentimos,	
56	nos amamos y nos dedicamos más tiempo, me ha ido	Creencias
57	mejor con él. Es un hombre maravilloso, ocupa el	porque extrañaba a mis
58	primer lugar en mi corazón, se preocupa por mí, me	alumnos y sentí que me
59	pregunta si estoy enferma, como sigo, nos llevamos	hacían mucha falta los niños
60	muy bien, si volviera a casarme me casaría otra vez	(M .3. 62-63)
61	con él, lo amo.	,
	¿Cómo se sintió el dejar de trabajar?	Tiempo libre
62	Triste, porque extrañaba a mis alumnos y sentí que	ya que no me alcanza el
63	me hacían mucha falta los niños, a las nueve me	tiempo para todo lo que
64	acordaba del recreo de los niños, fui algunas veces y	tengo que hacer.
65	me recibieron muy bien.	(M .3.66-68)
	inc recipioton may blen.	(1.1.3.00 00)
	¿En algún momento se sintió mal después de haberse	
	jubilado?	Creencias
66	No, fuera de que mis alumnos me dieron falta no, ya	hay que ver por uno mismo,
	1 , - serie de que mis disminos me diston fana no, ya	, que la por uno mismo,

-		
67	que no me alcanza el tiempo para todo lo que tengo	que hay que trabajar por los
68	que hacer.	demás y para los demás
		(M .3.69-70)
	¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	
	proceso?	
69	Sí, yo encuentro que hay que ver por uno mismo, que	
70	hay que trabajar por los demás y para los demás.	Etapas
		Bien, yo no me enfermo de
	¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas	nada, gozo de buena salud.
	laborales?	(M .3.76-77)
71	Sí, porque todo el día estoy ocupada en mis	
72	actividades.	
		Etapas
	¿Volvería a trabajar?	la educación de mis hijos,
73	Lo pensaría, escogería los niños de primero porque	me falto económicamente
74	los adolescentes, no me gusta.	haberlos metido a colegios
7 -	ios adorescentes, no me gusta.	bilingües.
	¿Cree sus ingresos suficientes de acuerdo a sus	(M .3. 78-80)
	gastos?	(W1.3. 76-60)
75	8	Doroio
13	No, ya que salí muy mal pensionada	Pareja
	.C	nos preparamos el desayuno
	¿Cómo se ha sentido de salud después de la	juntos porque él me ayuda
-	jubilación?	(M .3.95-96)
76	Bien, yo no me enfermo de nada, gozo de buena	
77	salud.	
	¿Considera que ha alcanzado sus metas?	Tiempo libre
<i>78</i>	Pues en la medida que voy trabajando, la educación	salimos a caminar nosotros
79	de mis hijos, me falto económicamente haberlos	nos venimos desde Bojacá al
80	metido a colegios bilingües.	hasta el centro de Chía a pie
		todos los días, son 40
	¿Cómo era su rutina antes de estar jubilado?	minutos de caminata
81	Pues me levantaba a las 5 de la mañana, salía a las 6 y	(M .3.98-100)
82	cuarto, llegaba a las 12 y media, no me acuerdo que	
83	hacía. ahhh yo citaba a los niños que tenían un baila,	
84	que tenían una izada de bandera, los tenía en la casa	
85	los preparaba, y me acostaba muy tarde, porque	
86	estudiaba, trabajaba y veía por la casa, entre 11 o 11 y	Etapas
87	medí me acostaba y no me podía acostar más	él está enfermo de
88	temprano.	hipertensión y le mandaron
	•	hacer ejercicio
	¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes	(M .3.100-101)
	de estar jubilado?	(2.2.0.100 101)
89	No, pues la verdad mi hobby era ver la televisión.	
90	Solamente en las vacaciones mi esposo si nos llevaba	
70	Solumente en las vacaciones un esposo si nos nevada	

91	a pasear a Villeta a la mesa de resto solo trabajar	
92	porque tenía las nietas chiquiticas y no tenia	
93	empleada, un tiempo y se echó la empleada porque no	
94	rendía.	Tiempo libre
24	Tenura.	-
	Cómo os su mutina abona?	Yo voy a Tábio a natación,
05	¿Cómo es su rutina ahora?	jugamos mini tejo, estoy
95	Ahora yo me levanto a las 6 de la mañana, nos	aprendiendo a patinar con
96	preparamos el desayuno juntos porque él me ayuda,	mi nieta porque ella esta
97	las nietas se van yo me quedo haciendo mis trabajos,	patinando
98	salimos a caminar nosotros nos venimos desde Bojacá	(M .3.104-107)
99	al hasta el centro de Chía a pie todos los días, son 40	
100	minutos de caminata porque él está enfermo de	Tiempo libre
101	hipertensión y le mandaron hacer ejercicio.	fui a mariquita hicimos un
102	Almorzamos en un restaurante o sino en la casa, me	tour chusquisimo, hace tres
103	acuesto a las 9 de la noche.	meses fuimos a Medellín
		con el grupo de danzas y
	¿Realiza algún deporte?	con mi esposo fuimos a
104	Yo voy a Tábio a natación, jugamos mini tejo, estoy	Cartagena en mayo en los
105	aprendiendo a patinar con mi nieta porque ella esta	cumpleaños de él
106	patinando y yo quiero aprender al mismo tiempo con	(M .3.109-112)
107	ella.	, ,
		Etapas
	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado?	vivo con una hija pero yo y
108	Si, efectivamente hace 20 días fuimos con el grupo de	no les preparo el alimento
109	porras, fui a mariquita hicimos un tour chusquisimo,	(M .3.115-116)
110	hace tres meses fuimos a Medellín con el grupo de	(======================================
111	danzas y con mi esposo fuimos a Cartagena en mayo	
112	en los cumpleaños de él.	
112	on 100 campicanos de ci.	
	¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que	Tiempo libre
	realice alguna actividad en especial?	ahora estoy más con mis
113	Pues actividades en especial, las que vengo hacer aquí	nietas, aprendí a hacer
114	en la casa y en la casa del adulto mayor.	collares se los hago a ellas,
117	ch la casa y ch la casa dei adulto mayor.	(M .3.118-120)
	¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos,	(W1.3.116-120)
	familiares)?	
115	No, ya nos quitamos esa carga de encima, vivo con	
	· ·	
116	una hija pero yo y no les preparo el alimento,	
117	únicamente cuando les ayudo a vestir las niñas, ya	
118	estoy más descansada. Pero ahora estoy más con mis	
119	nietas, aprendí a hacer collares se los hago a ellas,	
120	están muy apegadas a mi e interesadas.	

Matriz 6.

	Ciudad Fecha Tiempo de jubilación Edad actual Género CÓDIGO	:Bogotá, Colombia :5 de Noviembre de 2008 :6 años :67 años :Masculino :H .3	Objetivo específico identificado
1 2 3 4 5	Yo creo que es un pase humano, pero yo no m nuevamente en un cole	te el proceso de jubilación? o más en la vida de todo ser e quede sin trabajar, me emplee egio privado hace 4 años y sigo no docente en una institución	Creencias creo que es un paso más en la vida de todo ser humano, pero yo no me quede sin trabajar, me emplee nuevamente en un colegio privado
6 7 8 9 10 11 12 13 14	durante el proceso de No, pues la verdad fue que todo ser humano de vital, entonces yo no le para el hombre como la que saber llevar y afro de la jubilación le ha tra Claro que si, puesto el donde todo ser huma haber trabajado por n	una experiencia muy bonita, en lebe pasar así como el ciclo o veo como algo malo. Tanto a mujer es normal y lo tenemos ntar.	(H .3.1-3) Creencias fue una experiencia muy bonita, en que todo ser humano debe pasar así como el ciclo vital, entonces yo no lo veo como algo malo. Tanto para el hombre como la mujer es normal y lo tenemos que saber llevar y afrontar. (H .3.6-10)
15 16 17 18 19	¿Cómo sintió el tra proceso? A la empresa le es indepero aun así somos recagradecimientos por hanosotros como docento gratificados de haber t	iferente el personal que sale, conocidos le dan a uno sus aber pertenecido a la empresa, y es nos sentimos muy	Creencias todo ser humano debe descansar después de haber trabajado por mucho tiempo (H .3.12-13)
20 21 22 23	Sí la recibí, puesto que me ayudó a buscar otra colegios e institucione ¿Cómo reaccionó su fa	e me avisaron con tiempo y esto as alternativas en diferentes s. amilia frente a su jubilación? un agradecimiento, ya que por	Creencias A la empresa le es indiferente el personal que sale, pero aun así somos reconocidos (H .3. 15-16)

este trabajo los saco adelante, y tengo más tiempo	
	eencias
	no docentes nos sentimos
1	y gratificados de haber
	bajo con ellos
	.3.18-19)
27 Sí, mi familia estaba contenta y mi esposa empezaba a	.3.10 1))
	eencias
1	familia lo ve como un
	radecimiento
	.3.23)
¿Siente que todavía tienes responsabilidades con tus	111
	empo libre
	go más tiempo para
	npartir con mis hijos y mi
espo	
¿Cómo es la relación con sus hijos? (H.:	.3. 24-25)
33 Muy buena con muchos valores y virtudes.	
Crea	eencias
¿Quien se pensionó primero? mi f	familia estaba contenta
34 Me pensione primero yo y después mi esposa. (H.:	.3. 27)
¿Ha sentido cambios en su pareja desde el momento Etap	ipas
	esposa empezaba a
	nsar o hacer los papeles
	a ella pensionarse
1 1 1	nbién
1 1	.3.27-29)
¿Realizaba actividades con su pareja antes de la	.5.27 23)
jubilación?	
	eencias
, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	familia fue de gran ayuda
	ra este proceso
	.3. 29-30)
	.3. 47-30)
¿Cómo se siente usted con su pareja?	raio
Muy feliz de tener una esposa tan maravillosa como Pare	· ·
	ora mi esposa es más
	licada a mí y a mi hogar,
	dos somos muy unidos
	sde el momento en que
1 1	dos estamos pensionados
	.3.35-37)
48 ella.	
	empo libre
	mos a misa
49 A pesar de que es un paso de todo ser humano es un (H.:	.3.38)

50	poco difícil pero yo no me deje llevar por esa	
51	situación y lo tome muy normal, relajado y descanse	Pareja
52	un año para después buscar mi trabajo donde estoy	nos queremos volver a casar
53	trabajando actualmente.	(H .3.42-43)
33	travajando actualmente.	(11.3.42-43)
		ъ .
	¿En algún momento se sintió mal después de haberse	Pareja
	jubilado?	ella se preocupa por mí, y
54	No, fue un descanso para mí.	yo por ella.
	-	(H .3.47-48)
	¿Ha encontrado nuevos intereses durante este	, , , ,
	proceso?	
	=	E4
55	Si señora, el trabajo como instructor, y la dedicación	Etapas
56	que tengo con mi esposa hace que mis intereses por	yo no me deje llevar por esa
57	vivir sean aun mayores.	situación y lo tome muy
		normal, relajado y descanse
	¿Cree que sus actividades actuales reponen sus horas	un año para después buscar
	laborales?	mi trabajo
58		(H .3.50-52)
	Si se compensa lo uno con lo otro y allá la paso muy	(H .3.30-32)
59	bien en el colegio donde trabajo actualmente y lo más	
60	importante la dedicación que tengo con mi esposa.	
		Tiempo libre
	¿Volvería a trabajar?	el trabajo como instructor
61	Si.	(H .3.55)
01		(11.5.65)
	¿Cree que sus ingresos son suficientes de acuerdo a	
	sus gastos?	
62	Si señora, pues igual no solo vivo con lo de mi	Pareja
63	pensión sino con lo que trabajo en el colegio y además	la dedicación que tengo con
64	de eso recibo un porcentaje extra por ser instructor.	mi esposa hace que mis
		intereses por vivir sean aun
	¿Cómo se ha sentido de salud después de la	mayores.
	•	_
65	jubilación?	(H .3.55-57)
65	Bien y realmente por los ejercicios que hago me	
66	siento muy bien.	
	¿Considera que ha alcanzado sus metas?	
67	Yo creo que eso se realizan a medida en que va	Etapas
68	pasando el tiempo uno va cumpliendo sus metas.	Bien y realmente por los
	rampio and the temptomes see memo.	ejercicios que hago me
	· Cómo ora su rutina antes de estan inhilado?	1 0
60	¿Cómo era su rutina antes de estar jubilado?	siento muy bien
69	Yo me levantaba a las 5:00 de la mañana me	(H .3.65-66)
70	desayunaba e iba al colegio a dictar clases y regresaba	
71	a la casa a la 1 de la tarde.	Creencias
		a medida en que va pasando
	¿Qué actividades realizaba en su tiempo libre antes	el tiempo uno va
	de estar jubilado?	cumpliendo sus metas
72	· ·	(H .3.67-68)
72	Teníamos muy poco tiempo libre pero el poco tiempo	(11.3.07-00)

7.0		
73	que teníamos libre veíamos mucha televisión.	ъ .
		Pareja
	¿Cómo es su rutina ahora?	con mi esposa, hacemos el
74	Mmm, mi rutina ahora es levantarme a las 6 de la	desayuno
75	mañana junto con mi esposa, hacemos el desayuno,	(H .3.75)
76	nos arreglamos, hacemos vueltas que haya que hacer	
77	de la casa, luego regresamos, hacemos el almuerzo y	Tiempo libre
78	en la tarde la acompaño a veces a los clubes donde	hacemos vueltas que haya
79	ella realiza actividades para pasar el tiempo y	que hacer de la casa, luego
80	distraerse un poco, cuando no voy con ella la recojo a	regresamos, hacemos el
81	la hora de la salida y nos vamos para la casa a	almuerzo y en la tarde la
82	descansar.	acompaño a veces a los
		clubes donde ella realiza
	¿Realiza algún deporte?	actividades para pasar el
83	Sí, yo hago deporte, como yo soy profesor de	tiempo.
84	educación física realizo todo tipo de entrenamiento y	(H .3.76-79)
85	además de eso camino 40 minutos diarios.	,
		Tiempo libre
	¿Ha salido de paseo desde que está jubilado?	realizo todo tipo de
86	Si me fui con mi esposa de viaje a Cartagena en mayo	entrenamiento y además de
87	a la celebración de mis cumpleaños.	eso camino 40 minutos
	•	diarios
	¿Tiene algún amigo(a) o amigos (as) con los que	(H .3.84-85)
	realice alguna actividad en especial?	
88	Sí, tengo muchas amistades tanto en el barrio como	Tiempo libre
89	donde yo trabajo.	Aunque paso tiempo con
		mis nietas que son muy
	¿Tiene alguna persona a su cargo (nietos, hijos,	hermosas y muy cariñosas
	familiares)?	con nosotros.
90	No para nada solo mi esposa. Aunque paso tiempo	(H .3.90-92)
91	con mis nietas que son muy hermosas y muy cariñosas	(,)
92	con nosotros.	
	1	

ANEXO 3 Análisis axial

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación.

Subcategoría	Descripción	Dato
Vejez	Para los jubilados el	"yo ya estaba muy vieja".
	significado de la vejez es	(M.1.10-11)
	tanto físico como	"Me di cuenta de que me
		estaba volviendo viejo, de

	psicológico y tiene un impacto fuerte en sus vidas.	que no servía para nada y que quedaba sin trabajo" (H.1.2-4) "yo ya no sirvo para nada ya estoy vieja". (M.2. 6-8)
		"quiere una vejez tranquila" (H.2. 2-5)
Empresa	La empresa es el lugar donde trabajaron toda la vida que y que ahora tendrán que dejar de lado para continuar con sus vidas.	"fue algo muy normal para ellos, ellos esperaban que yo me fuera" (M.1. 28-31) "ellos no colaboraron en nada" (H.1.12-14) "uno no debe esperar una retribución ni un gracias" (M. 3. 20-21) "A la empresa le es indiferente el personal" (H.3.15-16) "el dueño de la empresa se amañaba mucho con mi
Apoyo familiar	Consideran que el apoyo de sus familiares especialmente de sus hijos ayudo a que el proceso fuera más fácil.	trabajo" (M.2. 39- 40) "yo creo que es normal que todos los hijos apoyen a los papás que se jubilan" (M.1. 40-41) "mis hijos contentos porque ya me veían más tiempo" (M. 3.23-24) "mi familia fue de gran ayuda para este proceso" (H.3. 29-30) "Ellos me apoyan muchísimo, están muy pendientes de mí" (M.2. 46-47)

	"Es natural que la familia lo ayude en estos casos y esté pendiente" (H.2. 41-45)
Inactividad	"no estaba acostumbrada a no hacer nada" (M.1. 5-7)
	"no servía para nada y que además quedaba sin trabajo." (H.1.2-4)
	"me voy a chiflar porque estoy desocupada y sin nada que hacer." (M. 3.3-5)
Género	"Yo creo que para él si fue muy duro porque él se quedaba sin trabajo y yo seguí trabajando, entonces el miedo de que el tenia era la soledad" (M.1. 56-59)
	"son las mujeres las que más se dedican a las labores a aprender algo nuevo" (M. 3.9-10)
	"Todo ser humano hombre o mujer debe descansar después de haber trabajado por mucho tiempo" (H.3. 12-13)
	"Es más difícil para el hombre que para las mujeres: yo creo que para los hombres es más duro porque uno de mujer algo hace" (M.2. 20-24)

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja.

Subcategoría	Descripción	Dato
Unión	El nivel de unión de la pareja desde que están jubilados.	"salimos con mi esposo a pasear algo que nunca hacíamos cuando los dos estábamos trabajando" (M.1. 18-20) "ahora estamos como mas unidos" (H.1.36) "los dos somos muy unidos desde el momento en que los dos estamos pensionados" (H.3. 35-37)
Tiempo juntos	La cantidad y calidad de tiempo con la pareja desde que están jubilados.	"yo estoy preocupado en las actividades de ella, ellas en mis actividades" (H.2. 70-72) "nos dedicamos más tiempo" (M. 3.55-58) "Mi esposo feliz, porque iba a estar más tiempo con él" (M.1. 35-36) "pasamos todo el tiempo juntos." (H.1.21-23) "la dedicación que tengo con mi esposa hace que mis intereses por vivir sean aun mayores." (H.3. 55-57) "compartimos mucho tiempo" (M.2. 69-74) "mi esposo se levanta, se toma sus pastillas de la tensión, me hace el tintico y me lo lleva a la cama"

		(M.1. 132-134)
		"le hago el tinto a ella, se lo llevo a la cama" (H.1.82-83)
Desayunos	Momento del día más significativo que comparten con la pareja.	"nos preparamos el desayuno juntos porque él me ayuda" (M. 3.96-97) "con mi esposa, hacemos el desayuno" (H.3. 78) "salimos con mi esposo a pasear algo que nunca hacíamos cuando los dos estábamos trabajando" (M.118-20)
Cambios significativos	Los cambios generales y específicos en la pareja desde que están jubilados.	"Lo que me ha gustado es que a partir de que yo me jubile él dejó de tomar." (M.1.2.66-71) "después de que se jubilo mi esposa siento que mi relación mejoró muchsisisimo" (H.1.21-23)
		"ahora mi esposa es más dedicada a mí y a mi hogar" (H.3. 35-37) "él ya ha dejado su mal genio, entonces nuestra relación ha mejorado un poquito" (M.2.69-74) "en la pareja vino más estabilidad" (H.2. 59-60)
Demostración de afecto	Como ha cambiado el trato	"ahora es una persona muy cariñosa conmigo"

y la demostración de cariño	(M.1. 66-71)
y amor desde que están jubilados.	"tenemos más afecto, más tiempo para nosotros, nos consentimos, nos amamos" (M. 3.55-58) 'nos queremos volver a
	casar" (H.3. 42-43)
	"ya nos queremos más, nos cuidamos, estamos más pendientes el uno con el otro" (M.2. 69-74)
	"más contacto familiar, más expresión de amor." (H.2. 59-60)

Objetivo 3: Comprender las creencias que puedan encontrarse a través de las etapas del proceso de jubilación.

Subcategoría	Descripción	Dato
Afrontamiento	La posición que asumieron frente a la jubilación.	"yo ya estaba aceptando la llegada de esto." (M.1. 15-16) "me dedique al comienzo a trabajar por días en una obra de construcción" (H.1.8-11)
		"estaba toda desorientada y pensé qué voy hacer." (M. 3.1-2)
		"yo no me deje llevar por esa situación y lo tome muy normal, relajado" (H.3. 50-52)
		"Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me

		dio tristeza, porque yo estaba acostumbrada a lo mío" (M.2. 1-4) "Empecé a pensar qué voy
		hacer, a que me voy a dedicar" (M.26-8)
Enfermedad	El nivel de salud física desde que se jubilaron.	"a veces sí me molesta un poco el reumatismo pero eso es de vez en cuando, mi esposo es el que si sufre de la tensión" (M.1. 101-106) "mis enfermedades aumentaron porque tomaba mucho con mis compañeros de obra." (H.1.8-11) "la tensión se me disparó y la tengo muy elevada Aparte de eso me está molestando la próstata" (H.1.62-67) "Él está enfermo de hipertensión" (M. 3.101-102) "se me subió la tensión y desde ahí me empecé a enfermar" (M.2. 14-15) "ahora estoy aquí más que todo por ella porque está muy enfermita y estoy al cuidado de ella."
		(H.2. 62-64)
Soledad	Uno de los sentimientos más frecuentes en el momento de la jubilación.	"él se quedaba solo en la casa, se empezó a enfermar" (M.1. 63-64)
		"fue muy deprimente porque

		me quedaba solo" (H.1.19-21)
Muerte	El reconocimiento de la muerte y su aceptación de manera más tranquila.	"uno no sabe cuando Dios lo llame a rendirle cuenticas." (M.1. 81-85) "velar por mi esposa hasta cuando muera que eso es lo
		que Dios dijo." (H.1.94-96)
Cuidado de los hijos	La posición que toman frente a la responsabilidad que tienen hacia sus hijos en este momento.	"les ayudo por ahí a pagar una que otra que otra que otra cosita" (M.1. 50-51) "mis hijos pues ellos ya organizados solo nos veíamos los fines de semana." (H.1.26-27) "vivo con una hija pero yo y no les preparo el alimento" (M. 3.116-117) "tuve mi responsabilidad con ellos para sacarlos adelante, pero hoy día ellos me han correspondido más bien a mí" (H.2. 46-48) "estaba como con una depresión porque mi hijo era la primera vez que se retiraba." (M.2. 17-19) "colaborarle con los servicios, de estar pendientes de ellos." (M.2. 52-53)

Objetivo 4: Explorar en que afecta la organización de la vida cotidiana en la jubilación.

Subcategoría	Descripción	Dato
Actividades de distracción	Diferentes actividades y hobbies que realizan desde que se jubilaron.	"ella nos lleva los domingos al club y allá vamos a piscina, a sauna" (M.1.144-145)
		"ahora encontré un club nuevo y aquí he venido 20 días casi el mes" (M. 3.7-8)
		"jugamos un parqués, en las vacaciones salimos a donde el nos quiera llevar, ya tenemos los domingos para nosotros, los sábados también, nos gusta jugar mini tejo cerca de la casa" (M. 3.50-54)
		"la acompaño a veces a los clubes donde ella realiza actividades para pasar el tiempo" (H.3. 79-83)
		"algo se inventa, aprende a tejer, a cocer, a bordar, sale uno y se distrae" (M.2. 20-25)
		"juego tejo, rana, estoy en porras hago aeróbicos y ya sumercé" (M.2. 124-125)
		"Estoy trabajando, uno estima su profesión" (H.2. 81)
		"ya que he escrito dos libros actualmente, de debates de historia del derecho"

		(H.2. 92-93)
		"ahora trabajo en la finca cultivando frutas" (H.1.56-57)
Religión	La importancia de la religión dentro de sus actividades cotidianas así como una de las actividades que comparten.	"asistir a la santa eucaristía del 20 de julio" (M.1. 127-128) "Íbamos a misa al 20 de julio" (H.1.40) "ir los domingos ir a la santa misa y de ahí hacíamos el mercado en la plaza" (M.2. 65-67) "íbamos a misa" (H.3. 38)
Nietos	Asumir el rol de abuelos les da a los jubilados un sentido más fuerte dentro las actividades y el manejo del tiempo libre.	"comparto mas con mis nietas ya que el tiempo que tengo para ellas es muy bueno, además que cuando ellas salen del colegio yo las recojo, les doy el almuerzo y es una bendición de Dios porque ellas son las que me acompañan ahora y me alegran los días" (M.1. 20-26) "estoy aprendiendo a patinar con mi nieta porque ella esta patinando" (M. 3.105-107) "ahora estoy más con mis nietas, aprendí a hacer collares se los hago a ellas" (M. 3.119-120) "Aunque paso tiempo con mis nietas que son muy

Deporte	Es una actividad que implica	hermosas y muy cariñosas con nosotros." (H.3. 93-95) "mis nietos vienen a veces y me visitan." (H.2. 125-126) "salimos a caminar 40
	cuidado de la salud y prevención de enfermedades más que de la belleza, convirtiéndose en una rutina importante para los jubilados.	minutos" (M.1. 135-136) "salimos a caminar son 40 minutos de caminata" (M. 3.99 - 101) "Yo voy a Tábio a natación, jugamos mini tejo, estoy aprendiendo a patinar con mi nieta" (M. 3.105-107) "realizo todo tipo de entrenamiento y además de eso camino 40 minutos diarios" (H.3. 87-88) "practicamos danzas los viernes, juegos de rana, tejo, la caminadita y salir uno por allá. Hay aparatos para hacer ejercicios entonces eso le sirve a uno para distraerse un poquito." (M.2. 31-34) "Mi rutina es caminar de aquí al centro a pie, para hacer ejercicio y contacto con las personas" (H.2. 109-112) "Salir a caminar 40 minutos" (H.1.84-85)
Viajes	Una de las formas de pasar	"los viernes nos íbamos para la finquita que el

	el tiempo libre es viajando	compró y regresábamos en
	con su pareja, especialmente	domingo en las tardes para
	a lugares cercanos a Bogotá.	alistar lo del otro día" (M.1. 76-78)
	a lugales cercanos a Bogota.	(W1.1. 70-78)
		"últimamente nos la
		pasamos en la finca, haciendo trabajitos del
		cultivo"
		(H.1.34-35)
		"C-::: 4- 1:-:
		"fui a mariquita hicimos un tour chusquisimo, hace tres
		meses fuimos a Medellín
		con el grupo de danzas y
		con mi esposo fuimos a Cartagena en mayo en los
		cumpleaños de él"
		(M. 3.110-113)
		"hemos conocido el pueblo,
		hemos dado vueltas por
		todos esos cerros tan bellos
		la naturaleza" (H.2. 116-118)
		(======================================
		"Aunque ahora paseamos y
		disfrutamos y nos distraemos muchisisismo"
		(H.2. 64-66)
Compartir con la familia	La importancia de ocupar	"visitar unos familiares en
	más tiempo con sus familias	Tunja" (M.2. 126)
	desde que están jubilados.	
		"desde ese momento
		comparto más tiempo con mi familia, mis hijos y mis
		dos nietos" (M.1. 8-9)
		"tengo más tiempo para
		compartir con mis hijos y mi
		esposa" (H.3. 24-25)
	<u> </u>	

ANEXO 4 Análisis Coaxial

Objetivo 1: Reconocer los significados y creencias que tienen las mujeres y los hombres frente a la jubilación.

Subcategoría	Descripción	Dato
Vejez	El momento de la jubilación tiene una significado que va	"yo ya <u>estaba muy vieja</u> ". (M.1.10-11)
	relacionado directamente a la sensación de estar más viejos.	"Me di cuenta de que <u>me</u> <u>estaba volviendo viejo</u> , de que no servía para nada y que quedaba sin trabajo" (H.1.2-4) "yo ya no sirvo para nada <u>ya</u>
		estoy vieja". (M.2. 6-8) "quiere una vejez tranquila" (H.2. 2-5)
Apoyo familiar	El proceso de Jubilación se vuelve mas fácil de asimilar si existe el apoyo, y para	"yo creo que es normal que todos los hijos apoyen a los papás que se jubilan" (M.1. 40-41)
	estas personas es algo que se debe dar de manera natural especialmente por parte de	"mis hijos contentos porque ya me veían más tiempo" (M. 3.23-24)
	los hijos, convirtiéndose en una forma de devolver la crianza que les dieron.	"mi familia fue de gran ayuda para este proceso" (H.3. 29-30)
		"Ellos me apoyan muchísimo, están muy pendientes de mí" (M.2. 46-47)
		"Es natural que la familia lo ayude en estos casos y esté pendiente" H.2. 41-45)

Objetivo 2: Indagar los posibles cambios que pueda generar la jubilación en la relación de pareja.

Subcategoría	Descripción	Dato
Tiempo juntos y unión	El tiempo que pasan los jubilados junto a su pareja	"ahora estamos como <u>mas</u> <u>unidos"</u> (H.1.36)
	incrementa después del proceso, haciéndolos mas unidos y facilitando el proceso.	"los dos somos muy unidos desde el momento en que los dos estamos pensionados" (H.3. 35-37) "nos dedicamos más tiempo" (M. 3.55-58) "Mi esposo feliz, porque iba a estar más tiempo con él" (M.1. 35-36) "pasamos todo el tiempo juntos." (H.1.21-23) "la dedicación que tengo con mi esposa hace que mis
		intereses por vivir sean aun mayores." (H.3. 55-57) "compartimos mucho tiempo" (M.2. 69-74)
Cambios significativos	Para las personas que se jubilan los cambios en su pareja y en la relación son positivos y constantes.	"salimos con mi esposo a pasear algo que nunca hacíamos cuando los dos estábamos trabajando" (M.1. 18-20)
		"Lo que me ha gustado es que a partir de que yo me jubile él dejó de tomar." (M.1. 66-71) "después de que se jubilo mi esposa siento que mi
		relación mejoro

		muchsisisimo" (H.1.21-23)
		"ahora mi esposa es más dedicada a mí y a mi hogar" (H.3. 35-37)
		"él ya ha dejado su mal genio, entonces nuestra relación ha mejorado un poquito" (M.2. 69-74)
		"en la pareja vino más estabilidad" (H.2.59-60)
Demostración de afecto	Como ha cambiado el trato y la demostración de cariño y amor desde que están jubilados.	"ahora es una persona muy cariñosa conmigo" (M.1. 66-71) "tenemos más afecto, más tiempo para nosotros, nos consentimos, nos amamos" (M. 3.55-58) 'nos queremos volver a casar" (H.3. 42-43) "ya nos queremos más, nos cuidamos, estamos más pendientes el uno con el otro" (M.2. 69-74)
		"más contacto familiar, más expresión de amor." (H.2. 59-60) "ya nos queremos más, nos cuidamos, estamos más pendientes el uno con el
		otro" (M.2. 69-74) "más contacto familiar, más expresión de amor." (H.2. 59-60)

Objetivo 3: Comprender las creencias que puedan encontrarse a través de las etapas del proceso de jubilación.

Subcategoría	Descripción	Dato
Afrontamiento	La posición que asumieron frente a la jubilación.	"yo ya estaba aceptando la llegada de esto." (M.1. 15-16) "me dedique al comienzo a trabajar por días en una obra de construcción" (H.1.8-11) "estaba toda desorientada y pensé qué voy hacer." (M. 3.1-2) "yo no me dejé llevar por esa situación y lo tome muy normal, relajado" (H.3. 50-52) "Pues a uno le toca asumir las cosas. La verdad a mi me dio tristeza, porque yo estaba acostumbrada a lo mío" (M.2. 1-4) "Empecé a pensar qué voy hacer, a que me voy a dedicar" (M.2. 6-8)
Enfermedad	El nivel de salud física desde que se jubilaron.	"a veces sí me molesta un poco el reumatismo pero eso es de vez en cuando, mi esposo es el que si sufre de la tensión" (M.1. 101-106) "mis enfermedades aumentaron porque tomaba mucho con mis compañeros de obra." (H.1.8-11) "la tensión se me disparó y la tengo muy elevada Aparte de eso me está molestando la próstata"

		(M.1. 62-67)
		"Él <u>está enfermo de</u> <u>hipertensión</u> " (M. 3.101-102)
		"se me subió la tensión y desde ahí me empecé a enfermar" (M.2. 14-15)
		"ahora estoy aquí más que todo por ella porque está muy enfermita y estoy al cuidado de ella." (H.2. 62-64)
Cuidado de los hijos	La posición que toman frente a la responsabilidad que tienen hacia sus hijos en	"les ayudo por ahí a pagar una que otra que otra cosita" (M.1. 50-51)
	este momento.	"mis hijos pues <u>ellos ya</u> <u>organizados</u> solo nos veíamos los fines de semana." (H.1.26-27)
		"vivo con una hija pero yo y no les preparo el alimento" (M. 3.116-117)
		"tuve mi responsabilidad con ellos para sacarlos adelante, pero hoy día ellos me han correspondido más bien a mí" (H.2. 46-48)
		"estaba como con una depresión porque mi hijo era la primera vez que se retiraba." (M.2. 17-19)
		"colaborarle con los servicios, de estar pendientes de ellos." (M.2. 52-53)

Objetivo 4: Explorar en que afecta la organización de la vida cotidiana en la jubilación.

hobbies que realizan desde que se jubilaron.	"ella nos lleva los domingos al club y allá vamos a piscina, a sauna" (M.1. 144-145) "ahora encontré <u>un club</u> nuevo y aquí he venido 20 días casi el mes" (M. 3. 7-8)
t n t t m ((((((((((((((((("jugamos un parqués, en las vacaciones salimos a donde el nos quiera llevar, ya tenemos los domingos para nosotros, los sábados también, nos gusta jugar mini tejo cerca de la casa" (M.3. 50-54) "la acompaño a veces a los clubes donde ella realiza actividades para pasar el tiempo" (H.3. 79-83) "algo se inventa, aprende a tejer, a cocer, a bordar, sale uno y se distrae" (M.2. 20-25) "juego tejo, rana, estoy en porras hago aeróbicos y ya sumercé" (M.2. 124-125) "Estoy trabajando, uno estima su profesión" (H.2. 81) "ya que he escrito dos libros actualmente, de debates de historia del derecho" (H.2. 92-93)

		"ahora trabajo en la finca cultivando frutas" (H.1.56-57)
Religión	La importancia de la	"asistir a la santa eucaristía
	religión dentro de sus	del 20 de julio" (M.1. 127-128)
	actividades cotidianas así	" <u>Íbamos a misa</u> al 20 de
	como una de las actividades	julio" (H.1.40)
	que comparten.	"ir los domingos ir a la santa misa y de ahí hacíamos el mercado en la plaza" (M.2. 65-67) "íbamos a misa" (H.3. 38)
Nietos	Asumir el rol de abuelos les	"comparto mas con mis
	da a los jubilados un sentido	nietas ya que el tiempo que tengo para ellas es muy
	más fuerte dentro las	bueno". (M.1. 20-26)
	actividades y el manejo del	"estoy aprendiendo a patinar
	tiempo libre.	con mi nieta porque ella esta patinando" (M.3. 105-107)
		"ahora estoy más con mis nietas, aprendí a hacer collares se los hago a ellas" (M. 3.119-120)
		"Aunque <u>paso tiempo con</u> <u>mis nietas</u> que son muy hermosas y muy cariñosas con nosotros." (H.3. 93-95)
		"mis nietos vienen a veces y me visitan." (H.2. 125-126)
Deporte	Es una actividad que implica	"salimos a caminar 40
	cuidado de la salud y	minutos" (M.1 135-136)
	prevención de enfermedades	"salimos a caminar, son 40
	más que de la belleza,	minutos de caminata" (M.3. 99-101)
	convirtiéndose en una rutina	
		"Yo voy a Tábio a <u>natación,</u>

importante para los	jugamos mini tejo, estoy
	aprendiendo a patinar con
jubilados.	mi nieta" (M. 3. 105-107)
	,
	"realizo todo tipo de
	entrenamiento y además de
	eso camino 40 minutos
	diarios" (H.3. 87-88)
	"practicamos danzas los
	viernes, juegos de rana, tejo,
	la caminadita y salir uno por
	allá. Hay aparatos para
	hacer ejercicios entonces
	eso le sirve a uno para
	distraerse un poquito."
	(M.2. 31-34)
	"Mi rutina es caminar de
	aquí al centro a pie, para
	hacer ejercicio y contacto
	con las personas"
	(H.2. 109-112)
	,
	"Salir a caminar 40
	minutos"
	(H.1.84-85)

Significados y creencias de la Jubilación 104

PROTOCOLO DE LA ENTREVISTA

Buenos días, agradezco la atención que muy amablemente nos presta para llevar a la realización de nuestra investigación, que plantea como objetivo genera, develar e interpretar los significados y creencias que puedan tener las parejas frente al proceso de jubilación.

A continuación le realizaremos una entrevista que costa de una serie de preguntas en relación con este tema, le pedimos que nos responda de forma amplia y precisa la información solicitada. Sin embargo, es importante aclarar que no está en obligación de responder las preguntas que le parezcan incomodas.

Agradecemos anticipadamente su colaboración. Le informamos además que la entrevista será grabada con fines estrictamente investigativos, por lo que la información será completamente anónima y confidencial.

A continuación, necesitamos que usted nos colabore con un espacio aproximadamente de

una hora de su tiempo en un lugar que sea cómodo y accesible para usted.

Inicio de la Entrevista:

adora Social
_3 años
_55 años

FIRMA: _____

Entrevistador: ¿Para empezar nos gustaría saber como fue el momento en que te jubilaste?

R/: Yo trabaje 32 años y al final lo mejor era pensionarme y lo mejor era retirarme por que no quería que me sacaran y que me dijeran váyase, me quería salir cuando tuviera esos requisitos, sin irme a quedar sembrada, al comienzo me sentí un poquito desubicada por que uno estaba acostumbrada a cumplir un horario a tener una seria de responsabilidades, presentar agendas, informes cosas, al comienzo me sentía como rara, pero posteriormente ya lo tome por el lado amble, me parece que es una época estupenda, teniendo una buena salud y una relativa juventud, pero si pienso que es una época muy interesante en etapa de uno, es bueno que uno pueda hacer con su tiempo lo que uno quiera y además se lo paguen eso es una maravilla, me parece que es muy gratificante

Entrevistador: ¿Entonces tú consideras que hubo cambios beneficiosos?

R/: Si cambios, cambios muy positivos, por que uno puede dedicarse a hacer una serie de cosas que siempre había querido hacer y los hago en los momenticos que puede y de poder hacer con su tiempo las cosas amables y gratas es una maravilla

Entrevistador: Dentro de todas estas cosas, ¿tú has considerado que has tenido algún tipo de dificultad?, me comentabas que al principio fue un poco difícil, tu consideras que la jubilación atraído algún tipo de dificultad

R/: Dificultad, yo no creo, yo pienso que si fuera una dificultad, seria si uno estuviera enfermo tanto para mi como para la familia, pero desde que uno tenga salud es una maravilla, pero depende desde el cristal desde que se mire, a una personas que tomas la jubilación como si se le s hubiera acabado la vida y el mundo ,pero si no toma por el lado amable viéndole lo positivo y lo bueno, me parece que uno no solo se puede dedicarse a sus cosas si no que también el poder prestar una seria de servicios voluntariados, cosas que sin muy buenas y además como que se le amplia mas el panorama de lo que uno puede llegar a hacer.

Entrevistador: ¿Bueno digamos que como mujer has pensado que el proceso de jubilación es diferente de lo que puede llegar a ser al hombre?

R/: Que pena que lo diga, pero somos de mejor calidad humana, es una pretensión, pero no es que sea feminista (risas). Pero si pienso que es decir las mujeres tenemos un poco mas de sensibilidad de posibilidades de socializar, el echo de que nos hayan educado por lo menos en mi generación, que fuera una buena ama de casa, una buena mamá, una buena muje, completa en todos los aspectos, como que le abre mas el panorama, afortunada mente para muchos hombres, no todos, fueron educados para estudiar y trabajar, entonces se les dificultad mucho, mas el proceso de jubilación, dejan de tener un cargo importante, dejan de recibir los mismos ingresos e se sienten incómodos en su casa por que no saben que hacer, empiezan a hacer colas, pagar los servicios y esos para los hombres que han sido ejecutivos es difícil, complicadito

Entrevistador: de acuerdo al estado colombiano, tu sentiste que te colaboró durante el proceso, las normas y leyes del estado te facilitaron, tu jubilación

R/: Creo que ahora es un poco mas fácil, por que antes la gente cumplía el tiempo la edad y vallase de la empresa o de la institución ahora, hay un poco mas de proyectos, programas ,por ejemplo compensar que era la caja donde nosotros estábamos hiso varias actividades para la preparación del retiro laboral y si pienso que el estado si se a preocupado, tienen programas para los pensionados y no solo para las personas que tienen , que estar afiliadas a la caja ,pagan un poco mas y tiene actividades que , si pienso que últimamente a habido como una ayuda en es campo ,pro si hay mas ayuda , las alcaldías también se que tienen algunos programas algunos proyectos, pero vuelvo a lo que decía inicial mente depende de la persona, el proceso de la pension como que se les acabo todo, como que se les acabo la vida, se les rompe el vinculo laboral y como que hasta ahí llegaron, es eso dependo.

Entrevistador: Dentro de estos beneficios que da el estado, tu consideras que has recibido mas beneficios que un hombre?

Tal vez si, por que me parece que el estado en algunos campos es muy feminista muchas cosas los marginas de cosas que no debería ser parece que el estado se vuelca mucho hacia la mujer, nos protege, por decirlo de alguna manera

Entrevistador: ahora vamos a hablar de la empresa de la que saliste como tal, como fue el trato de la empresa en el proceso de tu jubilación?

A mi me fue muy bien, por que como te digo, cuando cumplí el tiempo legal, me voy sin que me saquen, no tuve ninguna dificultad, no tuve ningún problema, trabajaba con bienestar universitario y el bienestar era el encargado de la división del personal, de alguna manera hacer ese tipo de procesos, hay personas que salieron muy mal, odiando la universidad, hay personas que pueden estar en retiro forzoso, pueden estar como hasta los 70años, hubo un momento que el estado dijo no ,el que tenga el tiempo y los años tiene que salir y eran personas que no querían salirse y no querían retirarse y casi que los sacaron a empujones, estas personas quedaron odiando la universidad, que no querían nada, existe un programa de la asociación de pensionados de la universidad y me respondieron muy bien a ese programa, servicios general y uno que otro administrativo, pero no funciono por que salieron muy mal, muy resentidos

Entrevistador: Y digamos que volviendo a la pregunta respecto al estado, crees que por ser mujer te acogieron mas por el echo de ser mujer

Si y no , por que como nosotros los de bienestar manejábamos , pues lo que pasa es que las mujeres en términos generales son mucho mas receptivas, como que tiene una mayor apertura, en cambio los hombres son un poquito mas difíciles en meterse en estos campos, como que no lo bien como , no se si será por su misma educación machista , los hombres son como mas a lo intelectual, ala investigación a los números y eso tipo, a mi me parece que las mujeres son un poco mas maleables mas fáciles de aceptar esos procesos

Entrevistador: Cambiando un poco de tema, como reacciono tu familia con respecto a la iubilación

A los hijos les parecía bien , pero tenían la preocupación de y ahora tu que vas hacer , mira a ver si te pues vincular en algo y ganas algo de dinero ,por que mas o menos una persona que se pensiona, se vuelve entre comillas un estorbo, que vaina que vamos a hacer con mi mama, todo el día metida en la casa, hay una cosa, pero al comienzo como que, estaban un poco desubicados, pero como yo e s ido imperactiva y e tenido muchas actividades, entonces se tranquilizaron por que vieron que yo no iba a hacer una carga por que iba a seguir haciendo mis actividades y pudiera, después lo tomaron con tranquilidad

Entrevistador: Y digamos que las cosas que tu mencionabas, las cosas que digamos que, ibas a car como una carga y todo esto, recibiste apoyo de tu familia

Apoyo en el sentido, que ya eres libre, puedes hacer con tu tiempo lo que quieras, pero con la preocupación, de, que tal que no haga nada y sea una carga para nosotros no, es muy pequeña la familia pero somos muy autónomos, ellos hacen sus actividades sus cosas, pero si pienso que el temor fue como inicial

Investigador: Ok, ahora vamos a ir un poco mas al centro como de la pareja, como percibiste tu a tu pareja cuando te pensionaste tu, encontraste un cambio o todo sigue igual. Un poquito preocupado también porque bueno y ahora que te vas a dedicar, como que vas a hacer con tu tiempo libre, pero después no, porque como el sigue trabajando el se pensiono pero sigue trabajando. Como que, puede pensar que es mejor que yo este la mayor parte del tiempo en la casa, todo esta mejor, todo esta mas organizado, la empleada viene cada dos días, entonces todo el tiempo mantengo la casa por que me gusta q todo este bien y es parte como de la rutina de en la mañana hacer mis cosas en la casa y en la tarde salir hacer cosas ya personales.

Entrevistador: quien se pensiono primero tu esposo o tu?

Yo me pensione primero.

Entrevistador: Consideras que ese cambio, el hecho q tu te hubieras pensionado primero, ayudo a disminuir las dificultades en la percepción de tu esposo en el momento de pensionarte. Si hubiera sido tu esposo el que se hubiera pensionado primero consideras que hubiera había un cambio.

Si claro es mas difícil, volvemos a lo q decíamos anteriormente, la pensión o la jubilación es mucho mas llevadera para la mujer, para los hombres es mas difícil, pienso q fue mejor así pensionarme primero yo, he tratado de persuadirlo porque convencerlo es como sobado, de persuadirlo de que no trabaje mas, que se retire, ya es hora q descanse que nos dediquemos a otras actividades juntos, pero lo q pasa es que en la empresa donde trabaja, le ha ido bien lo quieren y lo respetan y lo consiente y entonces el no quiere retirarse, pues como ventajosamente el caso de el, recibe pensión y recibe su sueldo

Entrevistador: Y tu consideras que el vio algún tipo de cambio en ti, en el momento en el que te pensionaste.

Si tal ves que le iba a parar mas bolas a la casa, entonces pues claro es un beneficio no es lo mismo el trabajo que hace una empleada al trabajo de la casa q uno hace, entonces desde este punto de vista si, y dedicarle mas el tiempo a uno mismo.

Entrevistador: en cuanto a las actividades, ustedes solían realizar actividades juntos antes de jubilarse?

Pues, digamos las actividades, entre semana, el trabajaba y yo trabajaba, con los hijos dedicado y cuando llega de su trabajo, los niños, que pues ver las tareas ya los mas grandecitos en plena universidad como les fue, que hicieron que necesitan, siempre yo creo he sido un buen apoyo para que ellos se realicen como personas sin ser tan intensa y tan entrometida en sus cosas, si yo pienso que hago lo posible por ayudarles en sus cosas. Y las actividades q por ejemplo los fines de semana, q salimos q vamos fuera de Bogotá q vamos a un cine q vamos a comer fuera a almorzar, a hacer visita o q nos visitan, tenemos una vida social no muy agitada pero una vida social normal, pero si ese tipo de cosas si las compartimos

Entrevistador: Ese tipo de actividades las hacían únicamente los dos o toda la familia?

Cuando los niños eran mas chiquitos si íbamos juntos a todo, pero a medida q van creciendo cada uno tiene sus actividades y sus cosas, generalmente vamos los dos,

Entrevistador: Y ahora que ya están jubilados realizan algún otro tipo de actividades aparte de las que ya dijimos?

No mas o menos las mismas, las misma q hacíamos antes si no que ahora tenemos planes de comprar una casita en un climita mas calientico y tenemos como ese proyecto.

Entrevistador: Respecto a la relación, como era la relación entre ustedes dos antes de la jubilación, ya no en cuanto las actividades si no en cuanto la cotidianidad en la relación?

Como una pareja corriente, ninguna cosa excepcional que haya cambiando sustancialmente la relación desde que me pensione, no me parece que halla habido un cambio protuberante no mas o menos lo mismo, como de todas maneras el sigue saliendo a su oficina

Entrevistador : Nos comentabas que tu tomaste la decisión de jubilarte como tal, no fue obligatorio, como te sentías antes de la jubilación, como fueron tus expectativas, cuando ya supiste que estabas cerca a jubilarte, que sentías?

Era como una posición muy ambivalente, que rico pensionarme q alivio era no cumplir horarios estar pendiente de tantas reuniones de tantos informes y todas las cosas, que a veces se vuelven como aburridoras como hartas como rutinarias, a la ves era y ahora que voy a hacer voy a tener mucho tiempo libre a q me voy a dedicar, entonces era como una cosa como ambivalente, que bueno y que malo

Entrevistador: y tenías algún tipo de expectativas específicas para la jubilación?

No especifico no tenia nada, pero como te digo como yo he estado siempre he sido muy activa me han gustado muchas cosas, que el cine, la lectura la música ir a los conciertos, juego Scrabble todos los martes jugamos tenemos un club de unas treinta personas q jugamos, y eso pues eso es como un crucigrama con fichas y valores y eso lo mantiene a uno activo, organice la asociación de pensionados de la universidad ahora estoy en curso de agricultura orgánica yo decía como que rico liberarme de esto porque voy a poder hacer con mi tiempo lo que quiero y me van a pagar, generalmente a uno trabaja y le pagan pero no siempre es tan grato y tan amable, pues a veces como todo en la vida tiene sus mas y sus menos, y a veces el trabajo se torna pesado y difícil también depende de jefe de turno y bueno eso tiene sus bemoles

Entrevistador: En el momento en el que ya dejaste de trabajar en el tiempo mas cercano a ese momento como te sentías exactamente?

Pues es q no fue un desprendimiento abrupto, yo termine y como el rector de la universidad, estaba interesado en q organizara la asociación de pensionados entonces estuve vinculada como catedrática un año mas, entonces trabajaba por horas y organice la asociación de pensionados, entonces no fue que Salí de la noche de la mañana y quede en el aire si no que tuve la posibilidad de hacer ese trabajo entonces fue un desprendimiento paulatino, ya al año no me renovaron el contrato por que ya había cumplido con mi pensión pues ya me retire sin mayor traumatismo

Entrevistador: Tu nos comentabas que sentiste un poco de tristeza cuando terminaste la jubilación, podrías profundizar un poco mas en ese sentimiento, que tipo de sentimiento tuviste?

Claro lo que pasa es que eso es como un duelo por que como uno a tenido como cuando uno se separa o cuando es como un matrimonio laboral fueron 32 años de estar vinculada con la universidad entonces, tener que dejar todas esas cosas donde uno en algunas actividades pues se siente importante, tiene que hacer investigaciones tiene que entrevistarse con la gente tiene mucho contacto con las personas, y de un momento a otro es como una especie de duelo uno tiene que hacer le duelo porque pierde muchas cosas la q estaba acostumbrado incluso en la apariencia personal, pues cuando uno trabaja debe estar "muy bien puesto" tiene q estar todos los días entaconada a la moda y arreglada y en cambio cuando uno se pensiona se relaja un poco mas se distenciona se desprende de eso y el contacto con la gente y el hecho de vivir en chia ya no estar en Bogotá, yo soy muy amiguera he sido siempre muy amiguera muy sociable y el hecho de vivir en Chia por ejemplo me dificulta la relación que tenia con las personas anteriormente. Entonces is nos llamábamos nos vemos de ves en cuando, pero uno tiene q hacer como borrón y cuenta nueva como, pasar ese capitulo, pasar esa hoja y ya sabe uno q tiene otras cosas otras actividades y otras personas a las que se dedica entonces si me parece q es como un rompimiento como una ruptura con la vida que uno llevaba rutinariamente.

Entrevistador: bueno hay una cosa muy importante y es que tu mencionas que te gusta mucho el cine y la literatura, es decir tenias unos intereses muy claros incluso antes de jubilarte ahora después de la jubilación han nacido nuevos intereses en ti que antes no tenias mientras trabajabas?

Por ejemplo el curso de agricultura orgánica me parece q ha sido una muy buena experiencia con gente q sabe mucho y puede uno dedicarle un pedacito de tierra a sembrar y esa es una cosa que yo no había experimentado q me ha parecido muy interesante, y la otra es por ejemplo colaborar un poco mas con la fundación la Niña María que es una fundación del bienestar familiar que tiene niños que han sido abandonados o desplazados vulnerado y pues ahorita estamos en le proceso de trabajar un poco mas directamente con ellos en contactar un grupo de señoras que quieran trabajar con los bebes en estimulación temprana, entonces estoy encargada de este proceso y modestia aparte nos fue muy bien, el viernes hubo una reunión inicial y asistieron 60 señoras pues q contacte a través del club y con un costurero, al q vamos los días jueves, ellas asistieron y están interesados en hacer ese trabajo primero va a ver una preselección y luego una selección y una capacitación. Ahí comienzan a trabajar como en febrero y pues esa es una cosa e la que yo no había incursionado entonces de lo demás pues sigue siendo lo que hacia antes.

Entrevistador: Tu consideras que con todo esto puedes suplir tus horas laborales?

Claro, es decir uno puede pensar q uno tiene dos responsabilidades una la casa y la otra sus actividades sociales porque pienso q, eso para las q somos amas de casa, las q sabemos hacer las cosas por q hoy en día eso ya no es así, la mayoría de las niñas no quiere o no le gusta hacer casi nada en la casa, para q uno q lo hace es una cosas agradable no es una carga si no q lo hace con gusto

Entrevistador: Bueno tu en estos momentos tu diras que volverias a trabajar?

Pues un trabajo como el que pensamos hacer con los niños de la fundación si, algo q se como por horas, no de tiempo completo unas horitas q uno preste como servicio y si se puede ganar una platica pues bienvenida, pero volver a trabajar no me gustaría, esta es una vida mucho mas grata

Entrevistador: De donde provienen tus ingresos?

Tengo lo de mi pensión, eso es fantástico, como dices mis amigas truene llueve o relampaguee a uno le pagan su pensión el día 25, puede pasar pase es una cosa q le da a uno tranquilidad y le da mucha tranquilidad económica y pues tengo el arriendo de un apartamento que la compre en el fondo nacional de ahorro y pues el apoyo económico de óscar que es importante

Entrevistador: Tus ganancias son suficientes para los gastos q tu tienes?

Entrevistador: Como fue tu manejo del proceso de pensión mientras trabajas? Era Privada era con la caja social como fue?

Pues a nosotros como éramos empleados del estado nos descontaban para la caja nacional de prevención y había que presentar, apenas cumpliéramos la edad, los documentos y yo fui hice todos los papeles, presente todos los documentos, tuve un poco de dificultades porque no correspondía el tiempo, me bautizaron a los tres años y en la partida de bautizo, me quitaron esos tres años pues yo viví feliz toda la vida con tres años menos, y los papeles y los certificados y a la hora de pensionarme era un problema, entonces mi papa y mi mama tuvieron q ir a una notaria, y hacer una declaración y unos documentos y unas cosas para q certificaran que no, tanto en la notaria, porque en la notaria me registraron a los dos años entonces me quitaron años, tanto a nivel religioso como a nivel del estado estaba en ese problema, entonces me toco hacer ese proceso para aclarar que no que realmente yo tenia tres años mas, eso me complico un poquito, pero luego bueno ya se hizo eso presento esos documentos y como en mayo y como en diciembre, se demoro como seis meses, ese proceso allá en el Cajanare, trabaje hasta el ultimo de diciembre, en enero no nos pagaron, pero ya en febrero recibí mi pensión y una cosa muy buena y es que nos pagan prima, hay prima en junio y hay prima en diciembre que eso es una maravilla.

Entrevistador: como te sientes frente a tus relaciones sociales, dejando a un lado el hecho q vivas en chía, como sientes que se mantuvieron tus relaciones sociales después de la jubilación?

También como que hubo una ruptura pero hubo una apertura, pues también con las señoras con las que trataba antes por las relaciones de trabajo, pues digamos que no me relaciono tanto con ellas ahora porque tengo otras amigas con las que comparto las nuevas cosas, sin dejar las anteriores entonces es como cerrar un capitulo y abrir otro

Entrevistador: respecto a tu salud como te haz sentido después de la jubilación, has sentido algún cambio o igual?

No, yo pienso que por fortuna tener salud es un privilegio, pienso que es el tesoro mas grande que uno tiene, porque uno con salud tiene disposición, pienso que con salud influye mucho la salud y el temperamento, como le decía, conozco personas que se han pensionado que se les acabo la vida y e mundo no tanto las mujeres sino los hombres, tenemos varios amigos pensionados que han visto esto como una catástrofe como una hecatombe, entonces si me parece que eso si influye mucho, pues como no he tenido problemas graves de salud, me cuido no fumo, no tomo quien sabe de que cosas buenas me estaré perdiendo, jajajja. No nunca he fumado, me tomo una cerveza en toda una reunión de una noche soy muy mala para eso, no me gusta no me agrada me parece desagradable, aunque voy a las reuniones y disfruto y puedo estar contenta feliz bailando compartiendo sin necesidad de eso, entonces pues teniendo buena salud me parece positivo muy bueno, si me parece que me faltaría hacer un poco mas ejercicio, tiende uno pues por la edad la paz y la tranquilidad ya no tiene uno mas el estrés del trabajo, me subí de peso, en eso si tengo q ser un poco mas cuidadosa, tengo amigas muy juiciosas, que caminan una hora diaria otras van al gimnasio otras hacen yoga, yo no me considero muy juiciosa avece camino pero trato de caminar pero disciplinada para eso no soy.

Entrevistador: bueno durante estos cuatro años de jubilación en algún momento te haz sentido deprimida?

Yo tuve épocas de depresión cuando trabajo, pues por cosas como ustedes saben de la depresión endógena y exógena, pero, he superado mucho la depresión pero me parece que un remedio para la depresión es la actividad si uno se deprime se encierra en su casa no sale no habla, es mucho mas difícil de superar pero si ha habido momentos de depresión, no tanto como antes

Entrevistador: digamos que en algún momento haz extrañado el trabajo?

Pues no mucho, tal ves por el hecho de tener un rol diferente quizás si pues halla en el trabajo yo tenia una actividad importante que la considero yo y era una persona que tenia un rol por el hecho de trabajar con bienestar universitario tiene uno mucho contacto con la gente con las directivas con, entonces ese rol ya lo deja uno de jugar entonces si pienso que por ese lado si podrá uno extrañar esa posición que tenia.

Entrevistador: Digamos que en esto momentos sientes que todavía tienes responsabilidades con tus hijos?

Si y no pues yo pienso que, responsabilidades con el que vive acá con nosotros porque los hijos cuando son grandes no viven con uno si no que medio viven con uno, porque a mayor parte del tiempo están estudiando están trabajando tienen sus amigos sus amigas sus reuniones su cosas entonces la casa es un hotel, donde va a comer y a dormir y medio se ve con su papa medio se ve con su mama, responsabilidades q yo tenga no ya el otro es casado es independiente y la otra esta fuera del país también casada entonces responsabilidad grande no tengo aunque el papel del mama nunca se termina, siempre uno esta ahí y los hijos lo buscan muchas veces cuando lo necesitan, cuando necesitan apoyo orientación ayuda cuando les va mal, cuando están deprimidos, cuando tienen también cosas buenas y amables para compartir pero uno esta ahí y pienso q el papel de mama es un papel q no se acaba nunca, no es que sea malo es q es un papel de cómo que le dio la vida y es que tiene q estar ahí siendo mama siempre aunque se muera uno le reza ahí mami tu q estas en el cielo ayúdame que esto me salga bien y eso me parece bueno por q se siente uno bien que ha hecho una buena labor y esa labor es permanente

Entrevistador: Y como te sentiste en el momento en el que nos contabas que tu hijo se caso que tu hijo se fue osea esa partida de los hijos como...?

Es dura, sobre todo cuando se van.. (llanto) eso si es duro con el que se caso no por que estuvimos en todo el proceso en la preparación y el enveleco del matrimonio y ya un año hace q se caso entonces con el no fue tan duro pero con la hija que vive lejos si, pero bueno era lo que le tocaba hacer quería hacerlo y ... Eso si es duro ella esta bien quiere estar allá y va a venir en diciembre vino para le matrimonio del hermano, nos hablamos y chateamos toco aprender a manejar el computador, Daniel me ayudo a hacer un programa para poder

hablar por teléfono con ella, estamos incluso, es increíble pero con maria Fernanda tenemos mas contacto y relacion q con el q vive en bogota, que como vive en bogota trabaja en tocansipa y esta todo el tiempo ocupado entre semana aveces pasan las semanas que nos nos vemos a veces nos llamamos si no me llama yo lo llamo. Y con la hija cada si casi cada tercer día pero si eso si es muy duro, pero bueno es lo que toca y uno tampoco puede cortarle las posibilidades a los hijos por que como dicen ene le profeta los hijos son de uno y no son de uno, y hay que criarlos para que vuelen y hagan su vida.

Entrevistador: Cambiando de tema en este momento te arrepientes de alguna cosa que hallas dejado de hacer, contigo con tus hijos en la vida en general?

No tal ves si hago un balance de lo que ha sido mi vida me siento satisfecha de mas satisfecha que inconforme, que hubiera querido, tener una mejor relación con mi papa que no la tuve, tuvimos muchos problemas para relacionarnos, entonces eso si es una cosa q me duele porque yo no, pues tenias dificultades si, yo no me acerque a el para tener una buena relación, ni el lo hizo conmigo, entonces eso si es una cosa q me duele me hubiera querido tener una mejor relación con mi papa, me da a veces envidia de la buena con la gente que dice ahí es q mi papa es divino es amado precioso me idolatra y todo, a mi no me toco eso pero mi mama suplió de alguna manera esas carencias y con ella tenemos una buena relación y me hubiera gustado ser periodista bueno el trabajo social es un poco parecido pero en algunas cosas pero si me hubiera gustado ser periodista, es una locura pero si me hubiera querido como casarme con un diplomático (risas) porque viaje para aquí viaje para allá, una vida, no se que tanto trabaja un diplomático. Pero una vida social así agitada y paseando de un lado para otro me parece que hubiera sido delicioso, bueno no me toco, que otra cosa que me arrepiento, hubiera querido dedicarle mas tiempo a los hijos lógicamente, como nos pasa a la mayoría de las mamas que por estar trabajando tenemos allá como el pesar y el dolor de no darles el tiempo que se merecen además por ese tiempo es muy corto que ya de diez doce años ya no necesitan, tanta mama, por lo demás no he sido privilegiada por muchas cosas que he querido hacer y las he logrado, yo siempre he pensado que uno tiene que soñar con polo a tierra para lograr las cosas que aquiere y en mi caso ha sido asi yo trabaje 32 años yo me merezco un viaje a Europa y no me puedo morir sin ir a Europa y mis hijos se reian porq decían q, y bueno cuando fui a Europa apenas me pensione, organice todo y me fui invite a i marido pero por estar trabajando no me acompañaba que pena contigo pero me voy y asi me ha dicho muchas veces que quiero viajar y no me acompaña pues yo me voy y el me apoya pues con la plata y bolsillo que eso también es importante.... Y eso pienso q uno tiene que soñar con polo a tierra y lograr las cosas yo decía bueno si me muero y no voy a Europa mis hijos van a decir pobrecita mi mami se murió y no conoció europa y si voy a europa y me muero entonces se murió pero entoces si fue a europa, pero entonces me parece que uno tiene que soñar y uno logra sus sueño pues con polo a tierra.

Entrevistador: Como podrías describir lo que sientes por tu pareja?

Bueno que siento yo, ummm, siento que lo quiero, signto que le tengo un gran sentimiento de grtitud con el el ha sido generoso ell es siempre quiere tener todas las cosas necesarias q nos carezcamos de nada, no se porq, llora) no se porq me pongo a llorar por esto, pero si lo

quiero y hemos tenido dificultades y problemas como casi todas las parejas pero me costo mucho aceptar q se equivocaba y cometía errores teníamos problemas, tuvimos una época muy dura muy difícil, pero pienso que hice bien en haberlo perdonado y haber superado esa época tan difícil, porq hoy en di asomos una buena pareja pienso yo, nos acompañamos nos colaboramos entonces pienso que valió la pena.

Entrevistador: 35Consideras que todavía estas enamorada de tu pareja?

Pues enamorada enamorada no, pues yo pienso que es un proceso q uno supera, ese enamoramiento que uno en lo jóvenes, pienso que a esta edad uno ya lo supero, pero si yo pienso q si lo quiero, pues enamoradísima si, pues si lo quiero y como les digo lo valoro mucho porq hemos compartido 38 años eso hoy en dia no es fácil comos como una especie en via de extinción, casi nadie se demora tanto o vive tantos años de matrimonio, pues por muchas circustancias, porq los niveles de tolerancia ya no son los mismos por dificultades por problemas económicos por problemas de incompatibilidad de caracteres (risas) por muchas razones la gente ya no soporta vivir con una persona tantos años pero si yo lo quiero mucho y creo q estoy bien correspondida, o eso espero

Entrevistador: Como sientes en este momento que funciona la intimidad entre ustedes dos?

A mi me pasa lo mismo q a usted, es prácticamente nula, pues relaciones sexuales no tenemos, muchas parejas de amigas mías me han contado mis amigas lo mismo, muchos señores q después de los 55 años no funciona siento que las señoras tenemos esa opción pero no tenemos, pero bueno ya la vivimos, es como una época q ya se paso seria rico pero no, no tenemos relación sexual como tal ya no.

Entrevistador: En este momento de tu vida consideras q haz alcanzado todas tus metas?

Casi todas creo q todavía me falta a nivel personal quiero viajar a partes que no conozco me gusta viajar y cada ves q puedo pues aprovecho y lo hago, pienso q también podría hacer un poco mas por la gente, como no tengo nietos pienso que podría dedicar tranquilamente a servirle a los demás pienso que estoy en deuda con mi mama de dedicarle un poco mas de tiempo q no le dedique por estar trabajando y tener una mala relación con mi papa que no propiciaba el acercamiento entonces lo estoy haciendo pienso q podría también ser un poco mas juiciosa con las rutinas ejercicios, caminatas y esas cosas porque eso en cierta forma se mejora tanto física como psicológicamente, si hay cositas todavía ahí pendientes por ahí.

Entrevistador: A pesar de eso consideras que en este momento estarías preparada para la muerte?

Me parece hartísimo morirse, si pienso en la muerte con frecuencia pero es decir si me muriera ahora por ejemplo, ya hice la mayaor parte de las cosas que quería hacer pero si me parece que qu pesar morirse cuando uno como que ha llegado a un limite, que como que no en su vida lo que hizo fue como subir una montaña, y esta qui mirando para el pasado pero viendo las posibilidades que tiene de realización personal, familiar y social y tener que

morirse si me parece que es un pesar sobretodo por que uno siembra muchas cosas y no alcanza como a recoger los frutos pero también si no viviera eternamente tampoco, tampoco seria el plan

Entrevistador: Cual crees que es tu rol frente a la sociedad?

Pues con los voluntariados que estoy haciendo y pienso hacer pienso q este es un rol a nivel social q es importante q uno debe, como q tiene no solamente una responsabilidad personal familiar si no también social, que uno debe ser mas generoso con su tiempo y debe darse mas a los demás que en un medio como el nuestro que hay tanta necesidad y tanta dificultad pienso que la solidaridad es lo que como que nos vincula con la sociedad que todos tenemos como una responsabilidad social que muchas veces por estar enredados en nuestras cosas cotidianas no las vemos, entonces si me parece que uno debe ser mas solidario y mucho mas comprometido con muchas tantas necesidades q están a la vuelta de la esquina.

Entrevistador: Finalizando, me gustaría saber si perteneces a algún grupo religioso?

No yo, en algunas ocasiones quise ir aun grupo de oración, pero no se me dieron las circunstancias y después lo encontré pero era en Bogotá ir y venir todos, con tanta frecuencia no, me aburría, no, no tengo pues yo me siento contenta con ser católica voy a misa con frecuencia soy creyente y me siento a gusto me molesta que me venga a ofrecer q me vuelva de otra religión a veces timbran ahí a decir que miren q los, bueno hay muchos grupos respetables también de gente de otros grupos religiosos de otras religiones, pero yo siempre les digo mire yo soy católica apostólica y colombiana y me gusta mi religión y no pienso cambiarla a estas horas de la vida, entonces me siento a gusto.

Entrevistador: Finalmente, tienes alguna persona a tu cargo o te gustaría tener alguna persona a tu cargo?

Pues los hijos no quieren tener hijos pues es como difícil pero no me gustaría, es una responsabilidad, ahorita estamos pensando en la posibilidad de apadrinar un niño de la fundación ellos tiene unos procesos ahí para ser primero uno amigo de los niños y luego ser padrino, pero como adoptar después no, me parce q después tener esas responsabilidad de una persona es muy complicada, por una lado si son nietos, me parece q si uno lo hace, como hacen muchas señora que le gusta lo disfrutan y todo pero me parece q a veces darle los nietos a las abuelas para q los críen no es justo con las personas, por que unos ya cumplió con su proceso cuando tenia uno salud vitalidad y energía pero que a uno le cargue a una persona para cría me parece injusto, pero bueno hay personas q lo hacen con gusto y con cariño pues no se si me dieran un nieto para cuidar no me gustaría pero como a raticos pero q no fuera mi responsabilidad eso me parece q no esta bien y muchas veces por criarlos los malcrían y irresponsabilizan a las hijas y a los hijos de su función de padre o madre.