

308923



**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

15

ESCUELA DE PEDAGOGIA  
INCORPORADA A LA U.N.A.M.

2y.

IMPORTANCIA Y NECESIDAD DE LA EDUCACION  
PARA LA JUBILACION DENTRO DE LA EMPRESA

## **Tesis Profesional**

QUE PRESENTA  
MARIA DE LOURDES TORREBLANCA HERRERA  
PARA OPTAR POR EL TITULO DE:  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

MEXICO, D. F.,

1988



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## INDICE.

INTRODUCCION.....	1
-------------------	---

### CAPITULO I: TRABAJO, JUSILACION Y SOCIEDAD.

1.1 Necesidad del Trabajo en la vida del Hombre.....	5
1.1.1 Concepto de Trabajo.....	5
1.1.2 Naturaleza del Trabajo.....	8
1.1.3 Realización del Hombre a través del Trabajo.....	13
1.2 Valor, Actitud y Trabajo.....	19
1.2.1 Relación entre Valor y Actitud.....	20
1.2.2 Valores de la Sociedad actual.....	29
1.2.3 Trabajo y Sociedad.....	32
1.3 Generalidades de la Jubilación.....	38
1.3.1 Concepto de Jubilación.....	38
1.3.2 Antecedentes de la Jubilación.....	42
1.3.3 Aspectos Legales de la Jubilación.....	45
1.3.4 Jubilación y Sociedad.....	49
CONCLUSIONES.....	52

### CAPITULO II: PROBLEMATICA DEL ANCIANO JUBILADO.

2.1 Concepto de Anciano.....	59
2.2 Aspectos Fisiológicos de la Ancianidad.....	66
2.3 Aspectos Psicológicos del Anciano Jubilado.....	73
2.4 Aspectos Sociales del Anciano Jubilado.....	85
CONCLUSIONES.....	95

### CAPITULO III: EDUCACION, EMPRESA Y JUBILACION.

3.1 Concepto de Educación.....	98
3.2 Educación y Pedagogía.....	101
3.3 Importancia de la Preparación para la Jubilación.....	109
3.4 Preparación para la Jubilación en México.....	115
3.5 Educación y Trabajo.....	122
3.5.1 Concepto de Capacitación.....	123
3.5.2 El Departamento de Capacitación y su ubicación en la Empresa.....	130
3.5.3 El Proceso de Capacitación.....	137
3.6 Educación para la Jubilación.....	141
3.6.1 Objetivo de la Educación para la Jubilación.....	143
3.6.2 Elementos requeridos en La Educación para la Jubilación.....	149
CONCLUSIONES.....	152

### CAPITULO IV: DISEÑO DE UN PROGRAMA PRE-JUBILATORIO: "JUBILACION PLENA A TRAVES DE LA PLANEACION DE VIDA"

4.1 Estructura del Curso.....	157
4.2 Aplicación y Evaluación del Curso.....	169
CONCLUSIONES GENERALES DE LA APLICACION DEL CURSO.....	224

CONCLUSIONES FINALES.....	228
---------------------------	-----

BIBLIOGRAFIA.....	244
-------------------	-----

ANEXO 1: Situación del Jubilado en otros Países.....	251
--	-----

ANEXO 2: Aspecto Legal de la Jubilación.....	258
--	-----

ANEXO 3: Preparación para el Retiro (INSEN).....	263
--	-----

ANEXO 4: Subprograma de Orientación sobre Ocupaciones	
Básicas del Pensionado o Jubilado (ISSSTE).....	265
ANEXO 5: Objetivos y Tareas del Departamento de	
Pensionados del OIVE.....	267
ANEXO 6: Plan de Vida.....	269
ANEXO 7: Cuestionario "Trabajo y Jubilación".....	277
ANEXO 8: Evaluación del Curso.....	281

## INTRODUCCION.

La sociedad industrial y postindustrial trajo como consecuencia a la aparición de un nuevo personaje: El jubilado.

En muchas ocasiones, la vida del jubilado contrariamente a lo que se piensa, lejos de ser tranquila, está llena de crisis y conflictos debido a:

- La importancia que tiene el trabajo en la sociedad actual.
- La disminución de los recursos económicos.
- El exceso de tiempo libre, que puede ser causa de depresiones, angustias y pérdida de la autoestima, si no se tiene idea de como administrarlo.
- La imagen negativa del retirado en la actualidad, pues se considera que quien se jubila, lo hace por ya no ser capaz o competente.
- La concepción del retiro como inicio de la vejez, originando que la mayoría de las personas lo rechacen, ya que existen una serie de mitos alrededor de esta etapa de la vida, a la que no se le ve como la antesala de la muerte.

Dado que en México la población jubilada ocupa un mínimo porcentaje en relación con la población infantil y juvenil, podría pensarse que el retiro no merece ser objeto de atención, sin embargo, el número de jubilados tiende a incrementarse debido a que por la mejora significativa de los servicios de seguridad y asistencia sociales, la esperanza de vida ha aumentado y además, existe la tendencia a disminuir la edad cronológica fijada para alcanzar el retiro; ¿por qué esperar entonces a que este problema se presente como relevante para ponerle -

atención ?

Con la jubilación se da un cambio radical en la vida del hombre - que exige una adaptación y una modificación del estilo de vida, aquí entra en juego la educación, proceso a través del cual, se prepara al individuo para actuar de manera consciente en cada una de las etapas del desarrollo, con el fin de alcanzar plenitud y felicidad. A través de la educación, se debe conscientizar tanto a los jubilados como a la sociedad en general, de que el retiro no es sinónimo de inutilidad, improductividad, aislamiento, etc. sino por el contrario el jubilado puede y debe continuar contribuyendo al desarrollo de la sociedad por medio de actividades adaptadas a sus características y necesidades.

La educación para la jubilación toma la forma de cursos de preparación para el retiro; y es el arma más poderosa con la que cuenta el pre-jubilado para salir vencedor en la batalla que representa la adaptación a la jubilación.

Aunque en México existen tres instituciones: IMSS, ISSSTE e INGEN, que imparten cursos para la preparación para la jubilación; los beneficios de estos programas no llegan a todos los jubilados del país, esto podría cambiar, si dicha preparación fuera proporcionada por la empresa misma, integrando el programa como un objetivo más, dentro de la función educativa realizada por el área de Recursos Humanos de la misma organización. Determinar lo anterior, constituyó el objeto de la presente investigación y por tal motivo, se desarrollaron los siguientes temas:

Trabajo, Jubilación y Sociedad; en donde se analiza al trabajo en un sentido amplio, como toda labor realizada inteligente y voluntariamente, lo anterior, es esencial para el equilibrio físico y mental del hombre y para el logro de un perfeccionamiento propio y ajeno, así como el valor que le asigna la sociedad al quehacer profesional, considerándolo como -

una forma de vida. A través de este análisis, se determinó el porqué el cese de la vida laboral puede ocasionar desajustes, así como la importancia de que el jubilado, se mantenga siempre activo.

Por otro lado, se analiza a la jubilación desde sus orígenes en México y desde el punto de vista legal, ya que esta prestación de seguridad social surge en primer plano como una conquista legal. Finalmente, dado que el hombre es un ser social por naturaleza, sus valores y actitudes estarán influenciados por los valores que rigen a la sociedad, por tal motivo fue necesario determinar cuales son los valores más importantes en la actualidad y las actitudes que estos originan en los sujetos, respecto a la jubilación y al trabajo; esto permitió determinar los prejuicios existentes acerca de estas dos realidades en la vida del hombre que influyen en la aparición de los desajustes biopsicosociales causados por el retiro.

Problemática del Anciano Jubilado; en donde se estudiaron los desajustes que desde el punto de vista físico, psicológico y social puede originar la jubilación, este conocimiento permitió determinar si es verdad que el retiro marca el inicio de la vejez o no, los cambios físicos que se suscitan a través de los años pudiéndose con esto, aclarar si el sujeto al paso del tiempo va perdiendo sus capacidades al grado de tener que abandonar toda actividad. Al analizar lo anterior, se determinó que la jubilación no es sinónimo de inactividad e inutilidad.

Así mismo, se especificaron los factores que influyen en la aparición de los desajustes psicológicos y sociales consecuentes al retiro; por esto, se presenta como relevante la importancia de la educación para la jubilación, primordial para evitar dichos desajustes.

Educación, Empresa y Jubilación; en donde se analiza a la educación como un proceso que inicia con la vida del hombre y concluye con

esta; y es a través del cual, el individuo se hace consciente de sus capacidades, perfeccionándolas y de sus limitaciones, minimizándolas lo - cual lo conduce a vivir plenamente todas las etapas de la vida. Por medio del proceso educativo, el hombre se capacita para adaptarse a to- dos los cambios que se suscitan en su existencia como la jubilación.

En la empresa, la educación adquiere la forma de capacitación y - desarrollo; en la presente investigación, se analizó la naturaleza de - la función educativa así como la esencia de la educación para la jubilación, con la finalidad de determinar la posibilidad de que esta última sea brindada al trabajador en la organización misma.

Finalmente, después de determinar la importancia de la preparación para el retiro, para evitar la aparición de desajustes; la posibilidad - y necesidad que cursos de esta naturaleza sean impartidos por la empresa, se elaboró un programa prejubilatorio que se distingue de los ya -- existentes, por hacer hincapié en motivar y orientar al sujeto en la -- elaboración de un plan de vida, dicho curso se aplicó en la Compañía de Luz y Fuerza del Centro S.A.

## CAPITULO I: TRABAJO, JUBILACION Y SOCIEDAD.

### 1.1 Necesidad del Trabajo en la Vida del Hombre.

La jubilación es uno de los más grandes retos que debe superar el hombre de la tercera edad, y para comprenderla es necesario analizar que es el trabajo, la naturaleza del mismo y como sirve de medio para la realización del hombre, ya que de esta manera se entenderá mejor porqué el cese de la vida laboral produce tantos conflictos y desajustes en la vida del jubilado, y a su vez este conocimiento establecerá pautas para orientarlo, pues el trabajo no solo es aquella actividad que se realiza a cambio de una remuneración económica.

#### 1.1.1 Concepto de Trabajo.

Es importante destacar que el concepto que se tenga de trabajo, está profundamente relacionado con el concepto que se tenga de hombre, ya que el trabajo constituye un aspecto importante en la vida de éste.

García Hoz (1930) nos dice que toda actividad humana con base en su contenido se puede reducir a cuatro formas:

- a) Juego: Que se especifica por ser una actividad que tiene sentido en sí misma, no tiene resultado material alguno, por esto se puede decir que es immanente.

- b) Trabajo: Es aquella actividad que se realiza en función de un producto, no tiene sentido en sí misma sino en el resultado; el trabajo humano es creador de cosas externas, de realidades que se pueden objetivar y son las que dan sentido a la vida - laboral.
- c) Estudio: Es una actividad que también se realiza en función de un resultado que queda en el interior del hombre y consiste en la adquisición de un conocimiento o destreza.
- d) Lucha.

De estas actividades será objeto de atención el trabajo. Etimológicamente la palabra trabajo viene de : "Trabs, Traba, o de Tripaliare que significa atormentar con el Tripalium ( instrumento de tortura que constaba de tres palos) esto se debía al carácter honeroso del trabajo" (1).

Existen diversas acepciones del término trabajo, a través de las cuales se puede entender en sentidos más amplios o más restringidos.

"El trabajo puede entenderse como el cuidado de lo extrafamiliar- cuyas funciones quedan delimitadas por medio de un contrato". (2)

El considerar así el trabajo reduce mucho su verdadero significado ya que dentro de esta definición no cabría la función educativa de los padres como trabajo, ni podría entenderse como tal la ocupación de la - mujer en su hogar etc.

---

1) RIALP S.A., edit. : Gran Enciclopedia RIALP, Tomo XXII, 643.

2) GARCIA ALONSO, El Trabajo y las Virtudes Humanas, 74

El trabajo puede ser entendido en un concepto más amplio como:

"La actividad indivisa entre la inteligencia, voluntad y el cuerpo dirigida a alcanzar un fin determinado".(3)

Este concepto como pueda observarse hace referencia a la idea de responsabilidad. El trabajo es la actividad fundamental a través de la cual el hombre se proyecta a la realidad que lo rodea, ahora bien el— producto del trabajo es el punto de apoyo a través del cual se observa la responsabilidad por la actividad desarrollada ya que los hechos y las obras realizadas hablan con claridad de la fecundidad o infecundidad de una existencia. El trabajo es ocasión y medio de desarrollo personal y de servicio a otras personas.

Es importante tomar en cuenta que cada uno con su trabajo profesional puede ayudar a mejorar a otros, ya que se trata de servir y de ser posible promover mediante el trabajo, la libertad propia y ajena— (Oliveros, 1978).

Dubrevil (1971) comenta al respecto: "El hombre debe tener la — sensación de que el acto del trabajo constituye un elemento de gran colaboración social, en el que cada uno debe de dar algo de sí puesto que al mismo tiempo, recibe de todos".(4)

El trabajo bien hecho resulta necesario para que el hombre se — pueda percibir con tranquilidad y tener una apreciación de que vale; es a su vez ocasión de desarrollo personal, de servicio para otras — personas y medio para la realización de valores.

---

3) GARCIA HOZ, Principios de Pedagogía Sistemática, 393.

4) HYACINTHE DUBREVIL, Historial Social del Trabajo, 39.

### 1.1.2 Naturaleza del Trabajo.

La expresión de trabajo humano no solo sirve para distinguir el trabajo de la máquina, del animal y del hombre; sino que permite destacar su carácter de acto humano realizado con libertad y responsabilidad.

Oliveros (1978) afirma que el trabajo humano es una actividad transformadora realizada de modo personal por seres humanos, que requiere de iniciativa, originalidad y creatividad; así mismo su resultado puede ser material o inmaterial y es la modificación de algo.

El decir trabajo humano equivale a decir que el hombre realiza su trabajo con libertad a pesar de que no tiene otra opción más que trabajar; esta afirmación podría prestarse a confusión ya que es posible refutar que como, si es necesario trabajar se puede realizar el trabajo libremente, la respuesta a esto es que si bien no es posible elegir porque solo hay una opción, se puede aceptar realizar el trabajo con libertad porque se tiene motivos para ello; la gente se decide a trabajar entre otras cosas por razones de autodominio, servicio y por ser un medio de subsistencia; pero se puede hacer con libertad entendida ésta, como capacidad de aceptación, se acepta libremente el trabajo como ocasión y medio para desarrollar las capacidades humanas relacionadas íntimamente con la libertad, esta aceptación exige un trabajo bien hecho y con aptitud de servicio para que a través de su ejercicio se desarrolle la propia libertad.

Las principales características del trabajo humano son por tanto:

1.- Creatividad.

- 2.- Iniciativa.
- 3.- Flexibilidad.
- 4.- Responsabilidad.
- 5.- Justicia.
- 6.- Entorno laboral grato.
- 7.- Expresión de inquietudes.
- 8.- Promotor de satisfacción personal, prestigio, valores trascendentes e ilusión profesional.(5)

Con el trabajo humano se puede conseguir:

- a) Desarrollo de las propias capacidades humanas.
- b) Modificación perfecta de las cosas.
- c) Servicio inmediato y mediato a otras personas.

Se desarrollan las capacidades humanas ya que a través del trabajo éstas se ejercitan para comunicar a las cosas mayor utilidad y valor en función del servicio a otros seres humanos y en general a la sociedad.

La actitud de servicio cualifica el trabajo y se trata de prestar el mejor servicio. El trabajo humano en cuanto que es un trabajo bien-hecho y con actitud de servicio reclama una actitud y aptitud de mejora.

La aptitud de mejora supone: Competencia profesional, dedicación y perfeccionamiento continuo. Y la actitud se refiere al trabajo en su dimensión de servicio. La mejora es la característica esencial del trabajo.

---

5) OLIVEROS F. OTERO, Realización Personal en el Trabajo, 13.

jo y es doble, respecto a las personas y respecto al trabajo.

Existen algunas limitaciones para lograr los objetivos de mejora personal en el trabajo, dichas limitaciones pueden ser:

a) De carácter personal:

- Desorientación profesional.
- Incompetencia profesional.
- Falta de ilusión profesional.
- Falta de perseverancia.
- Actitudes negativas frente al trabajo.

b) De carácter ambiental:

- Condiciones inadecuadas de trabajo.
- Actitudes negativas frente al trabajo, de otras personas.

El trabajo humano es una fuente de motivos ya que esto es realizado en función de unos valores (los motivos son efecto del descubrimiento de valores).

"Los valores son desde la perspectiva de la correspondencia del ser humano actualización permanente de potencialidades. El trabajo humano es ocasión y medio para esta actualización para este crecer en valores intencionalmente".(6)

Entre los valores con los cuales se desarrolla el trabajo humano - están:

- a) La Libertad: Que se fundamenta en el saber y en el amor; tanto en relación con las cosas que es de dominio, como en la relación con las personas que es de servicio. El dominio también es apli-

---

6) OLIVEROS F. OTERO op. cit., 21

- cable a uno mismo: autodominio, por lo tanto ser libre es tener un mayor autodominio para un mejor servicio. El trabajo es una actividad para abrirse a una relación de dominio sobre las cosas y autodominio para servir.
- b) Amor: El amor verdadero es el para qué de la libertad. Dado que el trabajo es una actividad orientada al bien de las personas y las cosas, en él tiene primacía el amor. Mons. Escrivá de Balaguer (1973) dice que: "El trabajo nace del amor, manifiesta el amor, se ordena al amor". Por lo tanto se puede afirmar que el trabajo humano es el que utiliza el poder activo de la libertad pero en función del amor, sin esto es muy fácil intentar dominar y no servir, hecho que deshumaniza al trabajo.
- c) Virtudes: El trabajo humano es ocasión y medio para el desarrollo de virtudes en función del amor ya que éste último es fundamento de las virtudes (Oliveros, 1978). Mediante el trabajo humano se pueden desarrollar virtudes que perfeccionen al hombre como la tenacidad, generosidad, el orden, la perseverancia, la fortaleza, la sobriedad, la justicia, entre otras.

Desde un punto de vista psicológico los elementos del trabajo que lo justifican y dan valor son:

- 1) Inteligencia: Que concibe el objetivo y organiza los medios para alcanzarlo.
- 2) La intención de la voluntad: Para dirigirse hacia ese fin. El trabajo se logra a base de voluntad que consiste en una intención inteligente y libre, conciente y reflexionada, proyecta su fin delante suyo y deliberadamente procura alcanzarlo.
- 3) La utilización del cuerpo.
- 4) Estados afectivos: La actividad laboriosa se acompaña de estados afectivos (emociones) como cualquier otra actividad humana. El estado afectivo propio del trabajo es una mezcla de pena y alegría.

-gría; pena por las resistencias que el trabajador halla por parte de la materia sobre la cual trabaja y que su trabajo debe vencer de algún modo causando fatiga. En cuanto a la alegría vemos que si bien la remuneración económica es muy importante no lo es todo ya que existe otra recompensa también muy significativa: La alegría. "El trabajo auténtico trae consigo / se da a sí mismo su recompensa: La alegría".(7)

- 5) Esfuerzo: Para vencer los obstáculos tanto exteriores, como interiores del mismo sujeto para alcanzar un fin determinado.
- 6) Instrumentos: El trabajo es una actividad provista de instrumentos o herramientas para alcanzar el objetivo propuesto; estas herramientas difieren con base en el tipo de trabajo que se realiza.
- 7) El trabajo debe ser creador: El trabajo creativo está íntimamente relacionado con la alegría que es un signo de creación humana. El trabajo es creativo con respecto a tres aspectos:
  - Creador de riquezas; en cuanto que el hombre adapta los recursos a las necesidades humanas.
  - Creador de historia; puesto que continuamente añade algo a lo pasado.
  - Creador de sí mismo; en el sentido de que se libera progresivamente de lo que lo entorpece y detiene en el desarrollo de su ser esencial.

Por todo lo expuesto anteriormente se puede decir que el trabajo es uno de los medios que más necesidades satisface; no hay en la existencia humana otra actividad que por sí sola pueda satisfacer tantas carencias.

---

7) VIALATOUX J., Significación Humana del Trabajo, 25.

El hombre es un ser que precisa establecer una relación con el mundo para poder satisfacer sus necesidades y para poder vivir. De entre sus necesidades se ocupa en primer lugar de las llamadas básicas: comida, vestido y sustrato; posteriormente al poner el trabajo al hombre en contacto con otros seres humanos permite satisfacer otras necesidades de las que se es menos consciente pero no por ello dejan de ser importantes como las necesidades de afiliación, de afecto, de poder y de correalización. El trabajo satisface también necesidades psicológicas como las de reconocimiento, autoridad y pertenencia.

Analizando todo lo antes mencionado se puede concluir que el trabajo es un elemento inherente a la naturaleza del hombre y que éste necesita de él tanto para su superación personal, como para la de la sociedad.

### 1.1.3 Realización del Hombre a través del Trabajo.

"La realización personal consiste en un mejor conocimiento de sí mismo, alcanzar un mayor autodomínio para un mejor servicio a través del cual el hombre se da con entregada disponibilidad".(8)

La realización personal es un proceso educativo de mejora referido a la persona singular que cada hombre es. Dicha realización al ser personal, ha de referirse a la totalidad del ser humano.

---

8) OLIVEROS F. OTERO, op.cit., 21.

Aplicado a la persona realizarse significa cumplir el proyecto de su existencia que la llevará a alcanzar la plenitud, la persona llega a dicha plenitud cuando logra los fines para los que ha sido creada, - dichos fines son:

- a) Fin Natural: Llamado también proyecto de la existencia, dicho fin está gravado en la naturaleza humana y tiene fines parciales entre los cuales se encuentra el trabajo.
- b) Fin Sobrenatural: Contenido en el deseo salvífico de Dios.

La realización personal consiste en primer lugar en el desarrollo intencional de la libertad responsable. La libertad humana se entiende como una energía interior, una actividad que rompe la individualidad y se abre a una relación con los demás seres, la libertad implica pues - actividad y relación.

Son por tanto ámbitos de realización personal aquellos que implican actividad y relación, con posibilidades de mejora personal propia y ajena, dentro de éstos ámbitos destacan:

- El Trabajo.
- La Convivencia.

Es el trabajo en donde se advierte más claramente el significado - de la palabra realizar: pasar del proyecto a la realidad. Pero es importante destacar que no cualquier modo de realizar el trabajo profesional sirve para lograr la realización personal.

Existen determinadas condiciones que debe poseer el trabajo para - que sea medio de realización, dichas condiciones dependen de la organización del trabajo, pero también de la persona misma, y son las siguientes:

- a) Debe ser un trabajo humano: libremente aceptado, realizado en--

forma responsable, con iniciativa, soltura, dominio y afán de servir.

- b) Debe ser por lo tanto un trabajo moralmente lícito hecho no para dominar sino para servir.
- c) Para su realización personal cada trabajador debe detectar su propio estilo de trabajo con el fin de respetarlo y mejorarlo, de tal manera que pueda demostrar en su trabajo su autodomínio y disponibilidad.

Cuando se dan estas condiciones, el trabajador logra imprimir su sello personal al trabajo que realiza.

Pero aún con todo lo anteriormente mencionado no debe pensarse de ninguna manera que el trabajo sea el único fin del hombre. A juicio de Oliveros (1978) hay dos posibles vías de desviación al respecto:

- a) No trabajar.
- b) Polarizarse en el trabajo sin tiempo ni atención para otras realidades humanas.

La situación de no trabajar se pueda presentar por diferentes razones a saber:

- 1) Porque la gente tiene resuelto el modus vivendi de su familia y el propio.
- 2) Porque se carezca de motivaciones para un quehacer profesional.
- 3) Puede estar en esta situación la gente que trabaja sin estar convencida de la necesidad de trabajar, realizan entonces su trabajo como algo ajeno a su desarrollo personal. En este sentido el trabajo queda reducido a la controprestación mínima necesaria para obtener ingresos que permitan satisfacer necesidades o caprichos propios y ajenos.
- 4) En esta misma condición se halla el "parado" (quien no tiene—

trabajo), dándose con esto la privación de un derecho.

La polarización del trabajo olvidando otras esferas humanas es algo muy frecuente en la actualidad, esto se dá por diversas causas:

- 1) Dificultades económicas.
- 2) Estrechés de visión.
- 3) Egoísmo.
- 4) Aislamiento.

Etc.

Esta situación definitivamente no tiene justificación ya que el trabajo entendido realmente como una actividad debe considerarse como medio de abirao a una relación.

La posibilidad de mejora cualitativa del trabajo profesional viene condicionada por la capacidad del ser humano de plantearse la relación entre el trabajo y las demás realidades: familia, amistades, etc.

Además de ser medio para la realización personal, el trabajo es también terapéutico cuya ausencia en la vida del hombre origina la neurósis de la desocupación (Frankl, 1978). Quién padece dicha neurósis se siente inútil, su vida deja de tener sentido, esto tiende a darse con más frecuencia cuando no ha habido otros intereses que puedan dar significado a la vida.

Existe también otro fenómeno, la neurósis dominical, que se manifiesta en aquellos sujetos que a lo largo de la semana trabajan árdamente pero ven en el trabajo más que una actividad enriquecedora una evasión. A estos trabajadores el domingo o cualquier día que no laboran les resulta insoportable porque son incapaces de llenar su tiempo libre. En este caso el hombre se convierte en esclavo del trabajo.

Una prueba de las propiedades terapéuticas del trabajo se haya — observando a las personas jubiladas. Es muy diferente la situación entre las personas que dejan de trabajar completamente a las que se encuentran realizando otra labor; los primeros presentan un deterioro tal en su ser que muchas veces terminan en la muerte; los segundos en cambio viven más tiempo (con muchos los autores que se han referido a ello como: Fuentes Aguilar, 1978; Lara Moreno, 1982).

El trabajo presenta una gran variedad de posibilidades enriquecedoras, satisfactorias, terapéuticas, plenas en potencial de realización; — "Mientras los valores creadores o su realización ocupan el primer plano en la misión de la vida del hombre, el campo de su realización concreta coincide en general con el trabajo profesional". (9). La cita anterior — permite ver la importancia que tiene el trabajo en la vida del hombre — como medio de realización profesional.

Algo muy importante que nos aclara Frankl (1978) es que, no es el — ejercicio de una profesión en sí lo que hace feliz al hombre, sino el modo como se ejerce (que depende de la persona en sí y no de la profesión — concreta en cuanto tal) lo cual permitirá o no que se haga valer el trabajo y que se transmita ese algo personal y específico que da un carácter único e insustituible a la existencia y con ello un sentido a la vida. "Se tiene pues que lo que hace de la vida algo insustituible e irromplazable, algo único, algo que se vive una vez depende del hombre mismo, de quien lo haga y cómo lo haga y no solamente de lo que se haga". (10)

El vínculo natural que existe entre el hombre y su trabajo profesion

---

9) FRANKL E., Psicoanálisis y Existencialismo de la psicología a la logoterapia, 171.

10) ibidem, 174

nal, como el campo para una posible realización de valores y para el cumplimiento único e irrepetible de la propia vida, sufre a veces una desviación por las condiciones impurantes del trabajo.

Muchas personas trabajan en condiciones incompatibles con un trabajo humano:

- Carecen de un mínimo de autonomía y responsabilidad.
- No se toma en consideración su capacidad de iniciativa.
- Su aportación profesional es anónima en el conjunto de la organización del trabajo.
- El quehacer no se desarrolla en un clima de confianza, colaboración, porque la situación es conflictiva, ya sea por dirección arbitraría, organización deficiente, politización del ambiente laboral etc.
- También puede darse el caso de que no haya una previa educación para el trabajo en la que se fundamente el comportamiento profesional.
- Por deficiencia en las dimensiones de autodominio y servicio, esto ocasiona dificultades en la realización responsable de un trabajo humano.

En tales condiciones sólo es posible concebir el trabajo como un medio para ganarse el sustento indispensable para vivir; y no como una oportunidad de realización y crecimiento.

Tal es el trabajo, tarea simple o compleja que el hombre ejercita o desarrolla en forma conciente y que puede transformar por completo la vida llevando a quien lo ejecuta, a un descubrimiento de su propia persona, de sus virtudes, defectos, habilidades y limitaciones.

"El trabajo se convierte así en un elemento que permite vislumbrar -

lo que de positivo existe en las personas y las fuerzas con las que se cuenta". (11)

Así pues no hay mejor medicina para la salud psíquica y espiritual del hombre que conocerse, satisfacer sus necesidades y realizarse para ser feliz, ello requiere de una actitud activa y contemplativa a la vez frente al trabajo, medio que sana el cuerpo la psique y el espíritu.

### 1.2 Valor, Actitud y Trabajo

Dado que el hombre es un ser social por naturaleza, se encuentra inmerso en una sociedad, dicha sociedad se rige por una serie de valores sociales que van a ejercer influencia en la vida del hombre, y en sus valores individuales, en sus actitudes hacia diferentes aspectos de su vida, entre ellos el trabajo; por lo tanto es conveniente conocer los valores sociales, las actitudes y la relación que se establece entre ambas.

Posteriormente se determinará cuales son los valores que predominan en la sociedad contemporánea y con base en éstos como se considera el trabajo; esto es importante saberlo ya que el hombre recibe una gran influencia del ambiente en que se desenvuelve; y para poder orientarlo hay que conocer en que consiste dicha influencia.

---

11) BCLIO "El Trabajo un medio Terapéutico". En ISTMO, 27.

### 1.2.1 Relación entre Valor y Actitud.

La sociedad se rige por una serie de valores sociales con base en los cuales las personas desarrollan diversas actitudes respecto a los diferentes aspectos de sus vidas; dos de estos aspectos son el trabajo y su contraparte, la jubilación. Antes de analizar directamente los valores de la sociedad contemporánea y las actitudes que desarrollan frente a los dos aspectos antes mencionados, se analizará que es un valor social, una actitud y la relación que existe entre ambos.

#### Valores Sociales.

Descriptivamente se puede decir que tiene valor todo lo que es útil, deseable o admirable para la persona y el grupo.

Ahora bien sociológicamente los valores se pueden definir como:

"Los criterios conforme a los cuales el grupo o la sociedad juzgan de la importancia de las personas, las pautas, los objetivos y otros -- objetos socioculturales". (12)

El juicio de valor implica una comparación de lo que es mejor o peor, más alto o más bajo en la estima y la aprobación, estos juicios a veces -- son evidentemente falsos. Los valores sociales se encuentran ordenados de acuerdo a su importancia constituyendo una organización jerárquica.

Existen tres elementos que deben considerarse en el estudio de los --

---

12) FICHTER H., Sociología, 296.

valores sociales:

- a) El objeto mismo que es un valor.
- b) La capacidad que tiene el objeto de satisfacer las necesidades - sociales.
- c) La apreciación que tiene la gente de el objeto y de su capacidad de satisfacción.

Según Fichter (1977), los valores son los criterios que dan significado y sentido a la cultura y a la sociedad total; presentan las siguientes características:

- 1) Son algo que se comparte: son reconocidos por una pluralidad de - personas.
- 2) Se toman en serio: Las gentes asocian estos valores a la conservación del bienestar común y a la satisfacción de las necesidades so ciales.
- 3) Los valores implican emociones: Las personas están dispuestas a -- hacer sacrificios y a luchar por los más altos valores.
- 4) Se pueden abstraer conceptualmente de los diferentes objetos valg rados: Debido a que los valores suponen consentimiento o acuerdo- entre muchas personas.

Los valores existen porque hay personas dignas de evaluación y compe tentes para evaluar a otras personas y cosas; la persona en acción es el último centro de valores.

La gente se pregunta:

- ¿Qué es lo que hace que algunas personas tengan más alta valora- ción y sean más importantes que otras?
- ¿Porqué todos los fenómenos culturales y sociales tienen valor óni camente en cuanto que se refieren a seres humanos?

Las respuestas a estas dos preguntas se encuentran en los fuentes de

los valores que se pueden analizar en dos niveles:

- a) Extrínsecamente al individuo por adscripción o por logro, son - circunstancias o condiciones cuyo valor no puede controlar el - individuo, porque esta fuente de valores es externa a la persona social, y tiene su origen en el ambiente cultural; por ejemplo - el status social alto o bajo está basado en que el individuo -- posea los elementos que se valoran altamente en la cultura.
- b) Nivel de Abstracción, hay una fuente de valoración intrínseca-- a la persona social; la dignidad humana del individuo le config- re un derecho al respeto. El hecho de que una persona sea res-- ponsable de su comportamiento, que sea digna de reconocimiento-- por sus buenas acciones o de censura por las malas es una base-- de evaluación social.

El conocimiento y comprensión de los valores de una cultura permite dar sentido a una pauta de comportamiento, a su vez las pautas de compor- tamiento se combinan para formar roles sociales a través de los cuales - las personas actúan para conseguir sus fines.

Las pautas que constituyen el rol se valoran en diversos grados de- los más importantes a los menos importantes. Cada persona debe de conocer los diferentes grados de valor asociados a las distintas pautas dentro de su rol.

En la sociedad tienen diferente valor los múltiples roles sociales - de las personas, este valor se asigna dependiendo de la institución domi- nante en la cultura y hasta cierto punto también de la edad, sexo y otras circunstancias del individuo.

Los valores sociales actúan como criterios de las pautas de comportg- miento; cuando la sociedad en general aprueba o desaprueba cierta línea -

de conducta dice si el comportamiento en cuestión es bueno o malo, correcto o incorrecto.

Las sanciones sociales (castigos o recompensas) que impone la sociedad a la persona por su comportamiento tiene su último fundamento en el sistema de valores. Si no hubiera valores en una sociedad o si no se supiera que estos valores tienen diferentes grados de importancia, la sociedad perdería su más poderoso instrumento de control social.

Ahora bien, en la sociedad las personas están relacionadas entre sí, sobre todo por la realización recíproca de sus roles sociales que se haya controlada por los valores de la sociedad.

De lo anterior se desprende que los valores no son solo criterios de comportamiento ya que también se usan como base para la motivación del comportamiento, por lo que si existen en una cultura ciertos criterios de aprobación y desaprobación, es lógico que las personas recurran a ellos para justificar su propia conducta, por ejemplo, no se puede decir que los valores en cuanto a tales sean metas u objetivos para la acción y el pensamiento social, sino que son los que dan importancia a las cosas que se buscan; las personas los usan como criterios y guías que indican el camino hacia las metas y objetivos.

A manera de conclusión se puede decir que las funciones de los valores sociales son:

- 1) Los valores dan medios fáciles para juzgar el valor social de las personas y las colectividades. Los valores hacen posible el sistema de estratificación que existe en la sociedad y ayuda al individuo a saber en que punto se haya frente a sus semejantes.
- 2) Los valores centran la atención de las personas en objetos culturales o materiales que se consideran como deseables, útiles y esenciales.

ciales. El objeto así valorado puede no ser siempre lo mejor para el individuo o el grupo, pero el hecho de ser un objeto valorado socialmente lo hace digno de ser perseguido.

- 3) Los modos ideales de pensar y comportarse en una sociedad vienen indicados por los valores.
- 4) Los valores son guías y estímulos para las personas en la elección y cumplimiento de los roles sociales.
- 5) Los valores funcionan como medios de solidaridad. Los grupos se congregan en torno a valores superiores, compartidos en común - que a su vez les dan unidad (Fichter, 1977).

#### Actitudes.

"Las actitudes humanas son formas aprendidas de respuestas simbólicas asociadas a objetos, personas o situaciones". (13)

Las actitudes en general son favorables o desfavorables, positivas o negativas. "Las actitudes son disposiciones duraderas formadas por la experiencia anterior". (14)

Smith (1967) observa tres componentes en las actitudes:

- 1) Un componente cognitivo que alude a la creencia-descubrimiento.
- 2) Un componente afectivo que se ocupa de las simpatías-antipatías.
- 3) Un componente de acción que incluye la disposición a responder.

---

13) SMITH et al, La Conducta del Hombre: Introducción a la Psicología, 350.

14) ibidem, 174.

Las actitudes poseen ciertas cualidades a saber:

- a) Son creencias y sentimientos acerca de un objeto o conjunto de ellos del ambiente social.
- b) Son aprendidas.
- c) Tienden a persistir aunque estén sujetas a los efectos de la experiencia.
- d) Son estados directivos del campo psicológico que influyen sobre la acción.

La visión que el individuo tiene de su mundo y el modo en que actúa frente a él, son reflejo de sus actitudes, si bien éstas no pueden separarse del contexto social que las produce y mantiene, conservan la influencia de las experiencias individuales únicas. Las actitudes actuales del individuo resumen sus experiencias del pasado y a su vez dirigen su actividad orientada hacia el futuro. Para el ser humano tiene fundamental importancia el tener actitudes apropiadas hacia otras personas, grupos y objetos del medio.

Las actitudes se aprenden y sufren la influencia de las variables — culturales, sociales e individuales; y se pueden adquirir a través de:

- 1) El contacto directo con el objeto de la actitud.
- 2) La interacción con los individuos que sustentan dicha actitud.
- 3) A través de valores arraigados procedentes del seno familiar.

Independientemente del medio de aprendizaje de las actitudes diversas identificaciones de grupo parecen reforzarlas a partir de la niñez; y a medida que el individuo madura es posible que nuevos grupos de referencia alienten el cambio de actitudes.

Las actitudes que son altamente significativas dentro del sistema de valores del individuo, resultan menos propensas al cambio. Algunos —

estudios sobre el cambio y la persistencia de la actitud revelan que los procesos de formación y modificación de actitudes son muy diferentes de otras formas de aprendizaje, en estos procesos se incluyen tentativas del individuo para lograr objetivos deseados, encontrar aceptación social en el grupo, resolver problemas o aliviar frustraciones.

Adquirir nuevas actitudes no solo es materia de decisión, es esencialmente una cuestión de ruptura de hábitos antiguos y formación de hábitos nuevos. Para cambiar actitudes es necesario establecer objetivos positivos para tal cambio y actuar contra los factores que contribuyen a resistirlo. En algunas personas las actitudes cambian con relativa rapidez, a medida que el individuo cambia su grupo social; en otras ocasiones las personas reaccionan vigorosamente ante cualquier ataque a sus actitudes y creencias, ya que dicho ataque se toma como una amenaza a la dignidad, en este caso, las actitudes del individuo resultan muy resistentes al cambio.

Para los individuos sustentar y expresar determinadas actitudes satisfacen las necesidades individuales de lograr identidad y apoyo social ya que de alguna manera cuando creemos lo mismo que nuestros semejantes alcanzamos dichas metas.

En cuanto a los factores que influyen en las actitudes se encuentran que es el medio cultural donde se nace el que determina algunas de las actitudes más generales, ya que los individuos que se identifican con su ambiente cultural en general aceptan las formas de actitud que prevalecen en aquel. Las actitudes más específicas resultan influenciadas por los grupos sociales a los que pertenecen los individuos (familia, amigos, etc), otras actitudes sufren la influencia de los grupos religiosos, económicos, profesionales y educativos que crean normas y ejercen presión para informar el pensamiento de los miembros del grupo.

La apariencia emocional, las formas generales de motivación, las necesidades y los hábitos en el pensar formados en experiencias anteriores; establecen un contexto dentro del cual se forma, persiste o cambia una actitud.

La gran complejidad de las creencias y acciones que entrañan las actitudes es fuente de gran parte de los conflictos humanos, por ejemplo, el hombre que adopta una actitud negativa para con su trabajo se siente forzado dentro de un estado de frustración sostenida porque su actitud negativa se halla en conflicto con otras creencias y necesidades que lo motivan a mantenerla.

#### Valor y Actitud.

Los dictámenes de una sociedad expresados a través de las pautas culturales, influyen en forma concreta sobre las expectativas de sus miembros acerca de los hechos y cosas del ambiente.

Al proceso de introducción de las formas propias de una sociedad se lo llama socialización, esta consiste en la adopción de actitudes y valores adecuados, comienza en la familia y continúa durante toda la vida. La socialización hace referencia a la adquisición de disposiciones para recibir el mundo de ciertos modos particulares y para sentirse en armonía con algunas de las satisfacciones que brinda.

Al ser tanto los valores como las actitudes adquiridos como resultado de la incorporación del individuo a los modos y costumbres de la sociedad, pueden ser considerados como representaciones psicológicas de la influencia y la cultura sobre el individuo.

Las actitudes y los valores poseen propiedades que definen lo — que se espera y lo que se desea, por lo que se pueden concebir como — estados motivacionales que dirigen la acción.

Los valores constituyen el componente nuclear de un conjunto de — actitudes que orientan la conducta a largo plazo hacia ciertas metas — que se prefieren sobre otras.

Las actitudes reflejan expectativas respecto a la conducta propia y a la de otros, y se vinculan con todos los aspectos de la vida social: los gustos, los modales y la moral que nos caracteriza reflejan las propias actitudes, así como los valores sociales que los sirven de base.

Los valores actúan como influencias orientadoras de la cultura. Es probable que el aprendizaje de valores que se da en la socialización no se diferencie de la adquisición de actitudes; lo que es más, un sistema de valores personal en el sentido de un ordenamiento de valores, de hecho está determinado por lo general a partir de una medida de actitudes.

Algo que distingue a los valores y a las actitudes es el hecho de que el hombre tenga mayor número de valores. Otra distinción estriba en los — vínculos culturales, de una cultura se dice que posee ciertos valores antes que actitudes, los valores de los individuos se nutren por lo tanto de el medio cultural, además, desde un punto de vista motivacional los valores son más centrales y están menos expuestos a los efectos del cambio situacional que las actitudes.

Las actitudes y los valores no siempre armonizan entre sí y puede ser que un valor determinado induzca a actitudes distintas y aún contradictorias en la misma persona, o bien puede darse el caso de que una misma acti tud tenga su origen en valores distintos en dos personas.

### 1.1.2 Valores de la Sociedad Actual.

Una vez que se ha analizado que son los valores sociales, las actitudes y la relación entre ambos se determinará en general cuales son los valores predominantes en la sociedad actual, para que a la luz de ellos se analice la concepción que se tiene del trabajo y como repercute todo ello en la jubilación.

Como se mencionó anteriormente la sociedad se rige por valores religiosos, morales e ideológicos, que independientemente de lo que piensa la población, de hecho se imponen como valores oficiales y por lo tanto como valores socialmente verdaderos (Gassals, 1902). El contenido de dichos valores ha sido adaptado o preparado por los grupos dominantes a su conveniencia; con base en esto se distinguen dos visiones de la realidad, la real y la ideológica, que en el caso del antiguo resultan totalmente opuestas.

Resulta casi inevitable que los valores de una sociedad tengan mayor importancia en el sector del comportamiento en que la sociedad ha logrado mayores éxitos; de tal modo que en una sociedad que ha tenido su mayor éxito en el dominio del ambiente físico, que ha tratado con la materia en forma hábil e ingeniosa, manifieste la tendencia a usar criterios materiales para juzgar todo, incluso los logros espirituales y humanísticos. En una cultura materialista se supone vagamente que las ventajas espirituales y humanísticas se alcanzan casi automáticamente del éxito material; si bien es claro el hecho de que los valores culturales suelen sufrir cuando el pueblo cae más bajo del nivel mínimo de vida material, la paz del espíritu, los intereses culturales las relaciones sociales exigen algo más que un bienestar material, es decir, no es verdad que cuanto más éxito material tenga una persona más feliz será.

Las principales normas de juicio en una cultura materialista son las propias de la materia: Magnitud, número, frecuencia y rapidez.

En la sociedad actual se exalta el valor a la belleza física, el vigor de la juventud, el trabajo bien remunerado, el dinero; con base en esta escala de valores los ancianos son rechazados porque para la sociedad representan todo lo contrario (Cassals, 1982).

El valor máximo de la sociedad actual es la productividad, de ahí que se mide y exalta al individuo por lo que es capaz de producir y no cesan los esfuerzos para descubrir nuevos métodos que lleven al rendimiento humano a su máxima potencia.

En la actualidad el valor del hombre se determina en dinero, de tal modo que desde el nacimiento hasta los veinte años el valor del individuo aumenta porque lo que se gasta en él es como una inversión que luego producirá un beneficio, a los veinte años el individuo alcanza su máximo valor porque tiene su capacidad productiva por delante, a los cuarenta y cinco años su valor se reduce a cero porque a partir de este momento todo lo que el individuo produzca lo consumirá él mismo más tarde, con la jubilación el valor negativo de la persona alcanza su punto máximo, ya que no produce pero si consume, finalmente con la muerte del sujeto se vuelve al equilibrio (punto cero) . El sistema social inculca pues a la población que vale lo que produce. "Según el código que rige la vida comercial todo empleado debe moverse hacia arriba en el momento que deja de moverse está muerto, esto ocasiona que los hombres estén predispuestos a jubilarse como derrotados".(15)

---

15) LARA MORENO, Triunfar en la tercera edad, 240

Más sin embargo con todo esto, el sistema social queda amenazado por sus propios principios ya que la producción necesita cada vez menos aportación humana, las crisis económicas que se suceden de un sin trabajo a los jóvenes y a las personas mayores aún en edad activa; — los primeros no comprenden que un sistema que los ha formado en la productividad no les brinde trabajo y exigen que los viejos sean anegados y jubilados, se produce pues una lucha por estar presentes en el mundo del trabajo en la que los ancianos tienen las de perder frente a los empresarios contratantes por la imagen negativa y además falta de que gozan las personas mayores en la sociedad.

"En este contexto de valores los viejos aparecen como un estorbo real cuya desaparición resolvería los problemas que causan", (16)

La sociedad llama viejos a aquellos que como grupo social retira del mundo productivo y que tiene que alimentar sin que trabaje, esto sucede cuando las personas empiezan a perder productividad lo cual se da cada vez a más temprana edad ya que el sistema al forzar la producción consume rápidamente la fuerza de trabajo.

Es importante hacer notar que los valores sociales influyen de manera distinta en los ancianos dependiendo de su clase social; el -- viejo rico no tiene más problemas que los que derivan de su estado de salud, teniendo además más medios para cuidarla. En cambio el viejo de nivel medio y bajo pasa a depender económicamente de la familia o vive en la miseria. La vejez depende, por lo tanto, de lo que ha sido -- la vida hasta ahora, de ahí que una existencia desordenada ayuda a envejecer y una vida equilibrada e inteligentemente planeada conduce a-

---

16) CASSALS. Sociología de la Ancianidad. 243.

una existencia feliz y duradera.

### 1.2.3 Trabajo y Sociedad.

A través de la actividad humana que es el trabajo se logra la transformación o utilización de las fuerzas naturales y la consecución de bienes o servicios que el hombre precisa.

El trabajo es el resultado de la interacción de diferentes factores: religiosos, culturales, políticos, económicos, legales, psicológicos, biológicos y físicos que actúan en una cultura determinada por las necesidades, creencias o ideologías de los hombres que la conforman y condicionada por el desarrollo de la ciencia teórica y aplicada. Se puede decir, por lo tanto que el concepto de trabajo que se maneja, depende de la sociedad en que se implementa. De tal suerte que en el período clásico de la civilización griega, el trabajo era considerado como una actividad necesaria propia del esclavo realizada para mantener activos los mecanismos de la vida diaria, los hombres libres de gran cultura y educación se esforzaban por liberarse de la esclavitud del trabajo y dedicarse a disfrutar de una vida de erudición, en esta situación florecían las artes y las letras de forma pocas veces igualada.

Quando miramos hacia atrás, a los períodos de florecimiento de una sociedad civilizada, las repúblicas griegas al glorioso y prolongado alcance de la cultura China, el siglo de las luces, la época de la revolución de Edimburgo o la vida de la nobleza y de la aristocracia Inglesa de hace poco más de un siglo, la meta por la cual se soportaban las penalidades era el goce futuro de la libertad para no trabajar. (17)

---

17) MAGNUS, Como Disfrutar una larga Vida, 243.

Hoy, a muchos años de distancia de aquellos sistemas sociales, el trabajo es concebido de manera muy diferente porque los valores y objetivos de la sociedad han cambiado, actualmente nadie se libra del trabajo porque éste es concebido no como un mero medio de sustento económico sino como una forma de vida y autorrealización, a través de investigaciones se ha comprobado que hay gente que no necesita el dinero para satisfacer sus necesidades y a pesar de ello trabajan, o bien otros aceptan tareas u ocupaciones que les ofrecen ingresos menores a los que podrían obtener en otros empleos, esto refleja que no es solo el motivo económico lo que impulsa a la gente a trabajar.

Super (1932) afirma que las tres necesidades principales para las que se busca satisfacción trabajando son:

- 1) Relaciones humanas, los hombres se muestran más felices cuanto— más satisfactorias son sus relaciones con otras personas. Dentro de las necesidades de relaciones humanas están:
  - Reconocimiento de la personalidad, que significa un cierto modo de salvaguardar la integridad del individuo, esto requiere independencia, un trato justo y oportunidades de autoexpresión. Una — de las necesidades del hombre moderno consiste en encontrar un tipo de vida y un trabajo que le permitan conservar la independencia imprescindible para proteger su propia integridad y personalidad.
  - Status, si las relaciones con los demás para ser satisfactorias deben implicar consideración de la personalidad del individuo, — como un ser distinto y diferente de los demás, también debe contribuir a que el sujeto adquiera un sentimiento de clase o de — status.
- 2) Actividad, la posibilidad de expresar la propia personalidad con la práctica; siempre que el individuo pueda dar salida a sus capacidades, intereses y necesidades a través del trabajo y cuando

éste y las circunstancias laborales le permitan desempeñar un papel que esté de acuerdo con el concepto que tiene de sí mismo. La posibilidad de poner en juego las propias aptitudes y conocimientos contribuye a hacer interesantes las actividades laborales.

- 3) Subsistencia, la necesidad de ganarse la vida resulta obvia, cuando una persona no puede lograr lo anterior, o cuando apenas cubre sus necesidades los demás incentivos de trabajo -- pierden parte de su valor. Los ingresos son significativos -- aún cuando se alcanza un nivel de vida adecuado, más que por sus efectos materiales por su significación social.

A pesar de las quejas, problemas y preocupaciones causadas por la tarea diaria, la felicidad de la mayoría de la gente gira alrededor -- del trabajo; la infancia, la escuela, el entrenamiento y la experiencia están dirigidas al objetivo de tener un empleo; esto trae felicidad de tres maneras:

- a) Por el dinero que proporciona.
- b) Por el gozo de poseer una habilidad, conocimiento o destreza -- para hacer aquello que requiere el empleo.
- c) Por la satisfacción social de una vida organizada en combinación con otras personas (Pyke, 1983).

Los valores relacionados con el trabajo dominan en la sociedad actual, ya que gracias al trabajo ésta sobrevive, debido a que:

El trabajo unido a la naturaleza es un factor decisivo de la producción y motor de la economía y aunque éste no es el módulo único sobre el que la sociedad se construye, sí puede considerarse como uno de los elementos más importantes -- para la identificación y la estructuración de la misma, sin olvidar por otro lado que en el plano económico, el trabajo

supono para el hombre el nexo natural con su propia condición de consumidor que determina el nivel de vida .( 18)

La estructura social está extraordinariamente influenciada por la intensidad y clase de trabajo de sus componentes, hasta el punto que fija la posición del individuo en la estructura de la sociedad y su relación con la misma (esto se debe a que la sociedad contemporánea es industrial). "Los logros y posición social asociados con la ocupación intervienen significativamente en la forma como nos juzgamos y juzgamos a los demás". ( 19)

Por lo anteriormente expuesto el hombre encamina la mayor parte de sus esfuerzos a mejorar su consideración social y aumentar y hacer que tengan más importancia los papeles que desempeña, de entre los cuales muchas ocasiones suele ser el más importante el papel profesional, el cual absorbe más tiempo que ningún otro tipo de actividad.

En una sociedad, orientada hacia el trabajo es natural que las ocupaciones sean también instrumento de movilidad social, es decir, el individuo al mejorar su ocupación mejora su posición social.

El tipo de trabajo determina también el estilo de vida del sujeto, el horario en que la persona realiza las diferentes actividades que lleva a cabo durante el día depende y varía con el tipo de trabajo y el status ocupacional del trabajador.

---

18) RIALP S.A. edit. op.cit., 644.

19) KASTENBAUM, Vejez Años de Plenitud, 26.

La ocupación suele determinar también el tipo de distracciones— a que se dedica un individuo y las personas con quienes las comparto— (la gente que trabaja en grupo busca generalmente distracciones de ca— rácter menos activo y social que las actividades que atienden normal— mente).

La propia vida de familia depende de la ocupación, de hecho en — estudios realizados se ha comprobado que la clase media goza de una — vida familiar más completa y atienden más a sus hogares por que dis— frutan de recursos y tiempo libre a la vez que poseen valores.

Las amistades por su parte también dependen y quedan determina— das en gran parte por el trabajo.

En resumen se afirma que:

El trabajo y la ocupación de un individuo desempeñan un pa— pel importante en su posición social, sus valores y actitu— dos y el tipo de vida que despliega. Todos estos factores — contribuyen a determinar la ocupación y a su vez, vienen — afectados por ésta porque la ocupación de un individuo no re— presenta simplemente su manera de ganarse la vida, sino tam— bién un tipo de vida, un papel en la sociedad.(20)

Todo lo anteriormente señalado lleva a considerar al tiempo li— bre (lo contrario del trabajo ) como un desperdicio indigno por lo que tan pronto como el tiempo libre recibe su denominación opcional, que — es la falta de empleo, se ve inmediatamente que el trabajo es una cosa sumamente deseable y en el ambiente tecnológico actual esencial para — la felicidad, esto a su vez trae como consecuencia el rechazo a la ju—

bilación .

Es importante aclarar que el sobrevalorar al trabajo (como se hace en la sociedad actual) puede conducir a lo que se llama "religión del trabajo" o "laborismo" que es llevar al trabajo a la categoría de fin absoluto "causa suprema", a perder de vista que tan solo es un instrumento un medio que tiene que servir al hombre; el trabajo es para la vida y no la vida para el trabajo, hay personas que — dan tanto de sí a su trabajo profesional que no tendrán mucho que — ofrecer probablemente en cualquier otra actividad, esto refleja una actitud de desequilibrio aunque también puede manifestar mucha responsabilidad y deseos de potenciar los propios recursos humanos.

El círculo natural que debe existir entre el hombre y su trabajo profesional muchas veces sufre una desviación por las condiciones imperantes del trabajo; la gente se queja de que tenga que trabajar — ocho o más horas al día para su patrón, al servicio de los intereses de éste y ejecutando siempre el mismo trabajo, que se concibe solo — como medio para ganarse la vida en tales circunstancias. En muchas — ocasiones el trabajo desempeñado no ofrece la posibilidad de desarrollar la creatividad de las personas (sobre todo el trabajo demasiado mecánico) esto aunado a que la persona no siempre desarrolla otros — intereses aparte de su trabajo ocasiona que sea incapáz de invertir el tiempo libre que trae consigo la jubilación.

Frente a estos problemas la filosofía del estado es proteger — al individuo, pero no se ha satisfecho la necesidad que todo hombre tiene de ser creador y social, no se ha sabido fomentar la participación del individuo en las actividades creadoras de la comunidad, situación que constituye un sentimiento necesario y vital de satisfacción.

### 1.3 Generalidades de la Jubilación.

Una vez determinada la naturaleza del trabajo y la importancia de esta actividad en la actualidad con base en los valores y actitudes de la sociedad contemporánea, a continuación se analizarán los siguientes puntos:

- 1) Concepto de Jubilación.
- 2) Antecedentes de la Jubilación en México, que permitirá dar una visión de como se ha desarrollado la asistencia social en México.
- 3) Aspectos legales de la jubilación, con el propósito de conocer las leyes que la rigen y determinan, bajo las cuales se presenta esta prestación, porque ésta es jurídicamente enmarcada y reconocida dentro de un sistema de seguridad social.

#### 1.3.1 Concepto de Jubilación.

El vocablo jubilación deriva de la palabra latina IUBILATIONIS que significa "Acción y Efecto de Jubilar o Jubilarse", así mismo la palabra jubilar viene de IUBILARE que significa eximir del servicio por razones de ancianidad o imposibilidad física a la persona que desempeña o ha desempeñado algún cargo, otorgándosele pensión vitalicia o recompensa por los servicios prestados (García Rojas, Sanchez, -- 1977).

En la sociedad actual hablar de ancianos es referirse a todos aquellos que han dejado su vida activa para convertirse en jubilados.

sean o no pensionados, e incluso si la persona a pasado ya los sesenta y cinco años de edad pero continúa siendo laboralmente activa no es considerada ni social ni económicamente anciana; de aquí se concluye que la jubilación es considerada como el inicio de la vejez. Esto es discutible, ya que debido a que el derecho a la jubilación se puede alcanzar al cumplir treinta años de servicio, quien entre a trabajar muy joven por ejemplo a los quince años de edad, alcanzará la jubilación a los cuarenta y cinco años y a esta edad una persona no pueda ser considerada anciana. Por otro lado hay personas de sesenta y cinco años o más que continúan manteniéndose laboralmente activas y más sin embargo ya se encuentran en la etapa de la ancianidad y no pueden dejar de ser consideradas como tales ya que el envejecimiento es un proceso que no puede detenerse.

Además se ha comprobado que la edad cronológica, en muchas ocasiones no va de acuerdo con la edad biológica (hay personas que tienen ochenta años y más sin embargo física y mentalmente son como de sesenta años y viceversa).

La jubilación ha sido estudiada por varios autores más sin embargo, no existe uniformidad conceptual sobre esta prestación de provisión social.

A continuación se presentan algunas definiciones de jubilación:

Rafael Bielsa, jurista argentino dice que: "La jubilación consiste en la continuación por parte del Estado de la remuneración correspondiente al funcionario que cesó en el ejercicio de sus funciones por inhabilidad o incapacidad física, habiéndose cumplido las condiciones legales". (21)

---

21) cfr. GARCIA ROJAS. "La Jubilación". En de Senescencia, 6

Hauriou afirma que: "La jubilación es una indemnización a título de sueldo diferido y basado sobre retenciones, servida bajo forma de renta vitalicia, al funcionario que está colocado en la situación de retiro". (22)

Royo Villanueva jurista español al referirse al carácter de la pensión señala que:

Es una continuación de estipendio, por considerarse que el funcionario no resulta suficientemente retribuido con el sueldo y no ha podido asegurarse la subsistencia propia para la vejez, ni prevenir económicamente la contingencia de su muerte para prever las necesidades de la familia. (23)

Finalmente Rafael Cárdenas Valencia dice que: "La jubilación es un derecho que la ley otorga al trabajador público que separado de su empleo o función por haber cumplido las condiciones o requisitos que ella misma establece continúa percibiendo durante su vida una cantidad periódica en dinero". (24)

Haciendo un análisis de las definiciones anteriores y reuniendo los diversos elementos que en ellas se dan se encuentra que:

La jubilación es un derecho y no un privilegio otorgado por el Estado al trabajador, quien para poder disfrutar de éste debe estar separado del servicio ya que este derecho le ha sido concedido por ley para protegerlo en su vejez o inhabilitación, es por esto que se

---

22) cfr. GARCIA ROJAS op. cit., 6

23) ibidem, 6

24) ibidem, 6

considere a la jubilación como una prestación de seguridad social. Esto no significa que la jubilación solo deba ser considerada desde un punto de vista jurídico, el retiro es algo más que una prestación de seguridad social debe ser también visto desde un punto de vista social y psicológico ya que por ser un cambio radical ocasiona una serie de desajustes psicosociales (analizados en el Capítulo II).

En cuanto a las condiciones que hay que cumplir para que se pueda ejercer el derecho a la jubilación, éstas no son uniformes en todos los países; numerosos regímenes de seguridad social adoptan una edad cronológica arbitraria de cincuenta años en algunos países y sesenta en otros, la mayoría de las veces se sitúa alrededor de los sesenta y sesenta y cinco años como límite para el otorgamiento de la jubilación. En cuanto a los años de servicio prestados varía entre los veinticinco y los treinta y cinco años.

Hasta aquí la jubilación se ha contemplado como un derecho, pero también es una obligación por parte del patrón quien conforme a lo estipulado en los contratos colectivos debe seguir satisfaciendo sus salarios a los trabajadores que le han servido en lapsos de tiempo determinados en dichos contratos, lo que debe entenderse como una compensación por el desgaste orgánico sufrido por el trabajador a través de los años de servicio; dicha compensación se denomina pensión y es equiparable a una renta vitalicia.

Definitivamente la jubilación ha sido objeto de mayor atención en los países llamados desarrollados (\*) sin embargo en los países en donde la producción de materias primas sigue constituyendo la

---

\*) Ver anexo 1, p. 251.

principal fuente económica, la urbanización continúa desarrollándose rápidamente y la estructura demográfica evoluciona hacia un aumento en la población avanzada, no es objeto de atención, como sucede en México en donde si bien actualmente el problema de los jubilados no se presenta aún como apremiante no hay razón para esperar que lo sea y prestarle atención ya que es mejor prevenir que corregir; y aún más aunque la población anciana y jubilada se presente como una minoría en relación con la población infantil y juvenil, constituyen también un grupo social que tiene todo el derecho de que sus necesidades sean atendidas y satisfechas por la sociedad y sus autoridades.

### 1.3.2 Antecedentes de la Jubilación.

En general, se puede afirmar que en el proceso de desarrollo del ser humano existen diferentes fases a saber: fase de crecimiento, de plenitud y de deterioro y no en todas ellas el hombre puede hacer de todo; es decir, para cada etapa de la vida se dan actividades que son más convenientes con base en las características físicas, psicológicas y sociales del individuo. Por tal motivo en las diferentes civilizaciones o culturas se da un cambio de actividad adaptando las diferentes tareas o funciones a las capacidades del individuo, pues la colaboración de todos era necesaria sobre todo en las sociedades pobres al borde de la miseria.

La jubilación propiamente dicha surge como producto del capitalismo (\*).

(\*) Aunque la jubilación, es producto del capitalismo se ha extendido a cualquier sistema de producción.

Lo importante de la producción industrial es la fuerza de trabajo del individuo y no el individuo en sí; la fuerza de trabajo es lo que el empresario compra, cuando ésta pierde vigor ya no le interesa adquirirla y es aquí donde se inserta la jubilación.

Es conveniente aclarar que el establecimiento de la jubilación-- como derecho no tiene una relación proporcional al sistema de pensiones, este último fue establecido posteriormente quedando entonces el jubilado reducido a depender de la protección familiar, de la asistencia pública y con frecuencia quedaba en la absoluta pobreza.

Ahora bien puesto que el presente trabajo se ubica en México, se expandrán los antecedentes de la jubilación de este país.

En la época prehispánica los antiguos mexicanos generaron y practicaron algunos principios de seguridad social. Las características de una política de protección a las clases -- desvalidas sin constituir un modelo acabado de seguridad social demuestra la preocupación, el interés y la existencia de algunas incipientes instituciones encargadas de aplicarlo, Moctezuma consideraba que era deber del Estado mirar -- por los impedidos y ancianos y construyó en Culhuacan un -- hospital y hospicio originando así la seguridad social.(25)

En la época colonial las formas de protección y asistencia a las clases desposeídas fueron influenciadas por la importación de sistemas político-culturales y sociales que trajo consigo la dominación -- española.

En aquella época los montepíos realizaron una labor semejante a la que hoy se conoce como pensión. La primera pensión fue otorgada a

---

25) ROBLEDO, Seguridad Social, 123

Bartolomé de las Casas por los servicios que prestó a la comunidad y al rey, dicha pensión tenía carácter vitalicio.

Con el inicio de la vida independiente de México empieza a recorrerse el largo camino para la institucionalización de las prestaciones sociales en el sector público, a veces bajo la idea de caridad y otras en concepto de montepío.

José María Morelos y Pavón el 14 de septiembre de 1813 en su documento "Sentimientos de la Nación" sienta las bases de un programa de seguridad social ya que se establecen principios de igualdad en el goce de bienes y servicios.

Con la Reforma y las leyes de este nombre y durante la revolución con su otra en favor del pueblo, se observa que la lucha por el bienestar social siempre ha estado presente en México.

En 1911 fue decretada la Ley de Educación Pública que contenía aspectos de la jubilación de maestros de la Ley de Pensiones Montepío y Retiros.

Posteriormente el gobierno de Yucatán promulgó leyes y decretos que culminaron en la Constitución de 1917 que en el artículo 123 legisla todo sobre materia laboral, aquí se considera la necesidad de fomentar la organización de instituciones para promover la previsión social.

En 1930 se establece que las prestaciones sociales médico-asistenciales del ISSSTE deben ser pagadas por medio de la aportación de un porcentaje del sueldo del trabajador.

El 10. de agosto de 1925 el presidente Plutarco Elías Calles ex-

pide la primera Ley de Pensiones Civiles de Retiro y se crea aquí en México la Dirección de Pensiones Civiles.

Actualmente se cuenta con varias instituciones tanto públicas como privadas que se encargan de llevar a la práctica los postulados de la seguridad social.

Entre los organismos públicos gubernamentales o descentralizados cabe citar al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y al Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE); entre cuyas funciones tienen el otorgamiento de las jubilaciones o pensiones a los trabajadores que se encuentran en los supuestos consignados en las leyes respectivas. También se encuentra el derecho a la jubilación en algunos contratos colectivos.

### 1.3.3 Aspectos Legales de la Jubilación.

Juridicamente hablando el derecho social tiene su origen en el siglo XIX y fija toda su atención en el hombre, pero no con un enfoque individualista, sino contemplando los derechos de grupo en contraposición a los intereses particulares.

Históricamente el derecho social surge en una etapa de la civilización condicionada por la industria e impulsada por la ciencia moderna y los grandes descubrimientos de este siglo.

El derecho social se define como el orden de la sociedad en función de una integración dinámica teológicamente dirigida a la obten-

ción del mayor bienestar social de las personas y pueblos mediante la justicia social.

El derecho social tiene como fundamentos rectores la integración y la justicia social. Es a través del derecho de seguridad social que el derecho social atiende a la protección de jubilados con el fin de brindarles mayor bienestar social, biológica, económica y cultural posible.

La jubilación como se observa es la extinción del servicio activo o trabajo por razones de antigüedad en el mismo o ancianidad, asignándosele una pensión vitalicia en recompensa a los servicios prestados.

En cuanto a las aportaciones para la formación del fondo de pensiones la contribución es bipartita de trabajadores y patrones de acuerdo con tablas preestablecidas, exceptuando cuando el patrón es el gobierno federal que soporta la diferencia resultante del pago de las prestaciones y el costo total de la administración del régimen.

El derecho a la jubilación nace con relación al empleo, a partir del momento en que comienza a efectuarse los descuentos que la ley ordena al sueldo del trabajador para contribuir al patrimonio con que se pagan dichas jubilaciones.

Este derecho es una expectativa que se convierte en un derecho adquirido por el trabajador cuando ha cumplido con los requisitos legales: edad, antigüedad en el servicio o incapacidad física. Cuando el derecho a la jubilación de simple expectativa pasa a ser un derecho adquirido se constituye en el derecho del jubilado que es irrevocable, que pasa a formar parte del patrimonio del trabajador y que —

solo se suspende por causas determinadas en la ley.

Con base en lo anterior los caracteres esenciales de la jubilación desde el punto de vista legal son:

- a) La jubilación es personal: ya que constituye un derecho que no puede ser ejercido más que por el trabajador, ningún tercero puede solicitarlo.
- b) La jubilación no es renunciable: debido a que ésta no nace de la voluntad del trabajador sino de la ley.
- c) La jubilación es vitalicia: ya que debe ser pagada desde el día en que el trabajador cesa de trabajar en el servicio hasta su muerte.
- d) La jubilación no puede ser objeto de cesión: dado que ésta — tiene carácter de renta alimentaria por lo tanto es nula toda enajenación, cesión o gravamen de la pensión.
- e) La jubilación no puede ser objeto de embargo total: las pensiones tanto devengadas como futuras son inembargables y solo pueden ser afectadas para hacer efectiva la obligación de suministrar alimentos por mandato judicial, o bien para exigir el pago de adeudo con los organismos que la otorgan. (García Rojas, 1977).

Dentro del derecho social se puede considerar a la asistencia social que es aquella rama del derecho social cuyas normas integran la actividad del Estado y particulares con el fin de procurar una — condición digna, decorosa y humana a aquellas personas, sociedades y estados que por estar imposibilitados para satisfacer por sí mismos — sus necesidades y procurar su bienestar social requieren de la atención del Estado y particulares entre sí, nacional e internacionalmente a fin de organizar sus actuaciones para el logro de mayor bienes —

tar social o integral en un orden de justicia social y dignidad humana.

En México son dos las instituciones de asistencia social que otorgan las pensiones de jubilación:

- 1.-El Instituto Mexicano del Seguro Social.
- 2.-El Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores al servicio del Estado.

1.-Instituto Mexicano del Seguro Social.

Con base en el Régimen de Jubilaciones y Pensiones del IMSS, el derecho a la jubilación se adquiere en dos casos:

- a) Derecho a la jubilación por edad avanzada: que se obtiene — cuando el trabajador cumple sesenta años de edad y tiene mínimo diez años de servicios.
- b) Jubilación por años de servicio: que el trabajador obtiene — siempre y cuando haya cumplido treinta años de servicios sin límite de edad. (\*)

2.-Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores al servicio del Estado.

En el sistema de seguridad social de los trabajadores al servicio del Estado, el Régimen Legal de los Jubilados y Pensionados, con contenido de el artículo 72 al 94 de la Ley del Instituto de Seguridad al Servicio de los Trabajadores del Estado, se establecen dos casos-

---

\*) Ver anexo 2, p. 258

en que la jubilación puede obtenerse:

- a) Tiene derecho a la jubilación el trabajador con treinta años o más de servicios e igual tiempo de contribución al Instituto cualquiera que sea su edad.
- b) Tienen derecho a pensión por vejez los trabajadores que habiendo cumplido cincuenta y cinco años de edad tengan quince años de servicios como mínimo e igual tiempo de contribución al Instituto.

Para poder dar el monto de la pensión se toma en cuenta el promedio de los sueldos de los cinco años inmediatos anteriores y la pensión se dará a partir del último día de sueldo recibido. ( \* )

#### 1.3.4 Jubilación y Sociedad.

Cada hombre representa en su existencia diversos papeles, es miembro de una familia, ocupa un puesto profesional, desarrolla diferentes actividades sociales etc.; esto es producto de que el hombre es un ente social por naturaleza.

El rol profesional en muchas ocasiones se constituye como el más importante de los desempeñados por la persona; esto aunado a los valores que reinan en la sociedad contemporánea y a la concepción que en ella se tiene del trabajo, convierte a la jubilación en el más grave reto planteado a un hombre de la tercera edad.

---

\* ) Ver anexo 2, p. 258

La jubilación se define como: "El hecho de interrumpir de una manera por lo general brusca la actividad laboral o profesional desarrollada durante toda la vida o una parte importante de ésta por causa-- de la edad". (26). Como se observa el elemento definitorio esencial-- en la jubilación es la edad y no la condición física o psíquica del trabajador.

Cuando una persona se jubila en ella se concreta la contradicción existente en la sociedad entre lo ideológico y lo real, es decir, por un lado se le dice al jubilado que ha llegado la merecida hora -- del descanso, que ha trabajado lo suficiente y que ya ha dado a la sociedad lo que tenía que brindar, toca ahora el turno a los jóvenes; el jubilado hace esfuerzos por creer esto, pero la sociedad educa al hombre en ciertos valores y con base en ellos, el jubilado sabe que se lo aparta del mundo de los que valen; porque la sociedad ha hecho creer al hombre que vale por lo que produce.

El sistema socioeconómico operante descuida la educación del hombre productivo y no lo prepara por lo tanto para la etapa siguiente-- al trabajo, es decir, la jubilación esto provoca serias crisis cuando la persona económicamente activa deja de serlo.

Se considera que el retiro es un desgarramiento, una ruptura con:

- 1) La vida activa.
- 2) La organización de la jornada.
- 3) Las condiciones de la vida económica y financiera.
- 4) Se impone un cambio radical en los hábitos de vida.

---

26) CASSALS, op.cit., 70.

- 5) Se da una atrofia en las relaciones sociales debido a que:
- a) Disminuyen los contactos con los colegas de trabajo.
  - b) Se patentiza el sentimiento de inseguridad por ya no ser miembro de la sociedad trabajadora.

Esto surge porque en el sistema social operante el trabajo es— el eje de las relaciones de cada individuo, fija a su vez su posi— ción en la estructura social y su relación con la sociedad.

Abandonar por lo tanto, el trabajo en una sociedad que se rige por criterios de producción equivale a una muerte social, que se define como: "Una existencia que se reduce a actos reflejos destinados al mantenimiento del cuerpo, al inmovilismo, al aislamiento, donde el porvenir equivale al revés de lo que sucede en toda existencia social a la presencia de la muerte".(27)

A su vez Levi Strauss afirma que:

...cuando un grupo proclama solemnemente la muerte social de un individuo, éste aterrorizado se impone conductas auto destructivas como el aislamiento, el ayuno, la apatía. Esta conducta agravada por los fenómenos de stress, perturba el organismo y lo lleva a la muerte real. La integridad física no resiste la disolución de la personalidad social.(28)

Las diferencias en la estimación social se deben no tanto a la edad de los sujetos, sino más bien al valor profesional de éstos, por que para la sociedad el valor máximo es la productividad. El rendi—

---

27) LARA MORENO op.cit., 79.

28) cfr. ibidem., 77.

miento es lo más importante, cuando algo o alguien no resulta rentable se le retira de la esfera social activa. Pero como los principios de moral vigentes impiden su total eliminación física se los mantiene en una situación de consumo mínimo vital. Compatibles con dichos principios el sujeto recoge con la jubilación lo que él mismo ha invertido monetariamente de acuerdo con el sistema de capitalización en que se basan fundamentalmente las actuales pensiones (Canal Ramírez, 1981).

Todo esto se debe a una falta de confianza en la gente mayor y — lo que disminuye dicha confianza es la imagen negativa del retiro, — que consiste en concebir al jubilado como alguien que ha dejado de — contribuir al mercado de la economía y que con su vida laboral se ha ganado el descanso y la inactividad; esto se ha repetido tanto que el mismo jubilado ha terminado por creer que su papel constructivo en la sociedad ha concluido.

Es conveniente hacer notar que la reacción de los individuos ante la jubilación varía según la clase social a la que pertenezca, ya que el ritmo de envejecimiento y la desvalorización de la persona mayor guarda relación con las categorías socioprofesionales.

Definitivamente, los valores, necesidades y organización de la sociedad siempre han influido en el trato dado al anciano. En las comunidades no históricas (pueblos que no han pasado a la historia por la inexistencia de textos escritos) el anciano era eliminado (se le abandonaba o se le mataba) porque lo más importante era sobrevivir y — cuando el hombre se debilitaba a causa de la edad representaba un estorbo, tal es el caso de los Yakutas Siberianos y los Ojibwas entre otros,

En un caso contrario están los Dúchkesa, quizá esto se debía a

dos cosas:

- 1) Los padres tenían un trato más delicado hacia los hijos y estos correspondían a este aprecio no abandonándolos nunca.
- 2) Era posible alimentar a jóvenes y viejos, no se imponían por lo tanto los motivos de supervivencia.

Los Incas representan un ejemplo interesante que no se adecúa a ninguno de los dos modelos descritos anteriormente. Ellos poseían una estructura social que hacía útiles a las personas desde los cinco años y aunque la etapa principal de la vida era la de los guerreros, aún a los ochenta años realizaban tareas domésticas y artesanales; es decir, en esta cultura la gente mayor era bien aceptada.

En la sociedad china, que era relativamente estática y jerarquizada, el varón de más edad era quien mandaba a la familia (según la reglamentación de Confucio). La organización social del trabajo estaba basada en cultivos intensivos, por lo tanto exigía más que fuerza experiencia y ésta aumentaba con la edad. Lao-Tse enseñaba que a los se sen ta años el hombre podía liberarse de su cuerpo por el éxtasis y convertirse en un santo. La edad, era pues entre los chinos signo de prestigio, una coquetería y la forma suprema de la vida.

Existen pueblos sin embargo, en donde hay una disociación entre la ideología oficial y la realidad, como en el caso de los judíos donde teóricamente se habla de respeto a la vejez pero poéticamente se le humilla con respecto a la juventud.

Los griegos representan otro ejemplo de lo anterior; los ancianos formaban las comisiones de notables con un papel más honorífico que real. En Esparta los viejos guerreros pasaban a ser los defensores del orden interno de la comunidad, aunque eran considerados de ---

segunda categoría porque el guerrero joven era la figura principal. Si bien los viejos conservaban la propiedad hasta la muerte, individualmente la vejez era aborrecida porque para el varón envejecer representaba perder el acceso a los placeres de la vida.

En la Roma primitiva, se marginaba a los ancianos o bien se les eliminaba, pero a medida que se fueron consolidando las instituciones el Pater Familia consolidó su poder. Tanto en la familia como en el Estado los viejos eran los primeros pero en la literatura y cultura popular la vejez era despreciada.

En la edad media los valores que predominaban son el económico y la juventud. Los invasores Bárbaros eran básicamente guerreros y despreciaban a los ancianos que eran considerados minusválidos. Los viejos estaban excluidos de la vida pública, eran los jóvenes los que dominaban; se llegó a dar el caso incluso de Papas de dieciséis años como Juan XII.

La sociedad se regía por la fuerza de las armas y no por las instituciones estables, el caballero era el héroe. En el campo el padre perdía su autoridad al envejecer y era suplantado por el hijo mayor que tomaba posesión de las propiedades. Exaltar estos valores es dejar marginados a los que ya no pueden ser héroes ni pueden defender a nadie y necesitan su dinero para vivir los pocos días que les quedan.

El avance de la burguesía y de su incipiente capitalismo ocasiona un cambio en el sistema de valores dando importancia a los contratos y escrituras comerciales y no a las armas. Esto influye en la mejora de la situación de las personas mayores mientras fueran ricas, ya que por su acumulación de riquezas podían llegar a ser muy poderosas, pero eran criticados y calificados de avaros.

Para el anciano pobre la situación era muy diferente, se caracterizaba por su invalidez, dependencia, pasividad y miseria económica. Se observa que el valor predominante era el dinero.

En los siglos XVIII y XIX gracias a la higiene, la medicina y la mejor alimentación aumentó la población mundial; esto beneficio preferentemente a las clases adineradas, ya que el trabajo, la miseria y la fatiga provocan un desgaste en las personas antes de llegar a una edad avanzada. Lo anterior da pie a dos categorías de ancianos:

- a) Ancianos ricos: En una economía basada en el lucro y en las inversiones, la estructura familiar y el abuelo en su cúspide — era importante, ya que no se trataba de una lucha de generaciones sino de unirse contra los otros grupos sociales. La experiencia es una acumulación de conocimientos y vivencias, la vejez por lo tanto constituía un valor, y aunque honrada no era amada.
- b) Ancianos pobres: El avance de la producción capitalista suponía en las fábricas ritmos de trabajo muy fuertes a niños y adultos por lo que muchos morían a una edad prematura y quienes lograban llegar a una edad avanzada morían en la miseria.

Como se observa hay un hecho que es determinante en casi todas — las culturas, sobre todo en las más pobres y es que el viejo es el improductivo y por ello hay que sacrificarlo para no poner en peligro a la comunidad como grupo. Aún en aquellas culturas en que el anciano — es respetado, ésta consideración no implica que la vejez sea querida — o aceptada.

Es importante tomar en cuenta que es en los viejos pobres en quienes se recrudecen los efectos de la imagen negativa de que goza la tercera edad en la sociedad.

Pero algo que es claro y que hay que difundir es que pese a la —  
 imágen de que goza el anciano y el jubilado en la sociedad no es ver—  
 dad:

...que la vejez signifique inutilidad o achaques. hay mi—  
 llones de ancianos que no se doblegan al paso de los años—  
 los hay físicamente recios que más que necesitados de una—  
 tutela piadosa lo están de una actividad que ajustada a la  
 fuerza de su edad los libere del ocio que deprime, que los  
 ayude a robustecer su fé en sí mismos y en la comunidad, —  
 que les brinde la satisfacción de saberse responsables de—  
 una labor determinada que los haga sentir que son eslabo—  
 nos de la cadena de esfuerzos que impulsa al desarrollo —  
 del país.(29)

El hombre jubilado tendrá pues que librar la batalla decisiva pa—  
 ra lograr su reincursión social, pero cuenta con muchos y poderosos —  
 recursos para ganarla, siempre y cuando conozca bien el problema y —  
 adopte una actitud positiva para resolverlo adecuadamente.

---

29) COSACOV "Legislación del Cambio Social". En de Senescencia órgano  
 cultural dignificador de la vejez,4.

## CONCLUSIONES.

El trabajo no sólo es aquella actividad realizada a cambio de una remuneración económica, su significado es mucho más amplio, es aquella labor a través de la cual el hombre se relaciona con la realidad; es ocasión y medio de desarrollo personal y de servicio a otras personas, para la realización de valores y para el desarrollo de virtudes.

Es posible afirmar que el trabajo es uno de los medios a través del cual se satisfacen más necesidades, desde las llamadas básicas, necesidades de afiliación, afecto y realización hasta necesidades psicológicas como de autoridad y pertenencia.

La contrapartida del trabajo es la jubilación, esta es una prestación de seguridad social, un derecho otorgado por ley al trabajador para protegerlo en su vejez o inhabilitación.

La concepción que se tenga de estas dos realidades (trabajo y jubilación) depende de los valores que rigen a la sociedad y las actitudes que dichos valores desarrollan en los miembros que la componen.

Los valores que predominan actualmente son: La productividad, la belleza física, el trabajo bien remunerado, el dinero y el vigor de la juventud. Con base en estos valores el trabajo se constituye como una de las realidades de mayor significación en la actualidad, a través de él se mide el valor del individuo, se le asigna una posición en la estructura social, se establecen las relaciones sociales y se determina el programa vital.

Al mismo tiempo sustentándose en dichos valores se considere —

que el hombre conforme va alejándose de su juventud va perdiendo vigor, aptitudes, productividad y capacidad para el trabajo.

En este marco se presenta la jubilación, por lo tanto esta es considerada en la sociedad contemporánea generalmente como sinónimo de inutilidad y obsolescencia; concepción por demás errónea porque el hombre es creativo por naturaleza y hasta su muerte, además el ritmo del proceso de envejecimiento (inevitable en todo ser vivo) es individual. Por otro lado si bien es cierto que el hombre se ve disminuido en ciertas capacidades conforme van pasando los años, se agudizan otras por lo tanto el hombre jubilado no puede ni debe ser considerado un ser achecoso e inútil, ya que éste pueda seguir contribuyendo al desarrollo de la comunidad.

Es necesario por lo tanto, concientizar tanto al jubilado como a la sociedad de lo dicho hasta ahora, para erradicar el prejuicio consistente en considerar a la jubilación como sinónimo de inutilidad, originado por los valores predominantes en la actualidad, las actitudes que sustentan dichos valores y por la deficiente o errónea información que se tiene acerca de la jubilación y sus posibilidades.

## CAPITULO II: PROBLEMÁTICA DEL ANCIANO JUBILADO.

Hasta el momento se han analizado varios puntos a saber:

En primer lugar se estableció que el trabajo es sumamente importante en la vida del hombre, ya que es un medio para desarrollar valores y crecer en virtudes. Es una actividad a través de la cual el hombre satisface una serie de necesidades tanto básicas como superiores y aún más pasando al plano sobrenatural el trabajo es un medio de santificación. En síntesis el quehacer laboral desde la perspectiva individual como social es altamente valorado.

Con base en los valores de la sociedad contemporánea el trabajo se constituye como un medio por el cual se mide el valor y se determina el lugar que el hombre tiene en la sociedad; también con base en estos valores se considera que la jubilación marca el inicio de la vejez o tercera edad.

Todo esto ocasiona que al llegar el cese de las actividades laborales, en el jubilado se produzcan una serie de efectos físicos, psicológicos y sociales; por tal motivo se considera importante analizar en el presente capítulo, quien es el anciano y los aspectos fisiológicos de la ancianidad así como los efectos psicosociales de la jubilación.

### 2.1 Concepto de Anciano.

Una de las características de la época actual son los grandes —

transformaciones, se vive en una etapa de cambios. El significado del envejecimiento ha sufrido también una transformación ya que la probabilidad de vida ha variado mucho en el último siglo y con ella ha cambiado el estilo de vivir.

Bellak (1979) afirma que al comparar a los ancianos de antes con los de ahora, éstos últimos no solo tienen veinte años más de vida — (estadísticamente hablando) sino que se hallan en un estado físico — mucho mejor, debido a que existe una buena alimentación, una vida más plena, mejor atención médica, etc. que llevan a que la gente de cincuenta o cincuenta y cinco años se sienta en mejores condiciones que antes.

Debido al creciente aumento de la longevidad (por el adelanto — científico) y a la posibilidad de conservar y preservar las facultades a través del ejercicio, cada vez es más difícil identificar al anciano como tal; a menos que la persona se encuentre ya en la decrepitud o senilidad, para lo cual no hay tampoco un límite estadístico — preciso porque hay decrepitos y seniles a los sesenta años y otros — que a los noventa y cinco años aún no lo son.

La ancianidad al igual que las otras etapas de la vida debe ser objeto de una atención por parte de los profesionales relacionados — con ella (psicólogos, pedagogos, médicos, etc.).

Es importante erradicar en la gente el temor a envejecer ya que desde los niños hasta los adultos la perspectiva de envejecer les asusta debido a que se vive en una cultura basada en la juventud.

En cuanto que es la vejez, no existe todavía una definición unánimemente aceptada, Beauvoir (1980) al respecto dice que la difícil-

tad de una definición se debe a que la vejez no es un hecho estadístico, sino que es la conclusión y prolongación de un proceso; Canal Ramírez (1981) añade que este proceso es el de la vida misma dentro de un desarrollo existencial cambiante.

Etimológicamente el término vejez procede del latín VELETUX que significa viejo. La vejez se puede definir como: "El período de la vida que sigue a la edad madura... (30)...siendo la última parte de un ciclo individual en el que se manifiestan síntomas de deterioro físico y mental".(31)

A continuación se presenta una gráfica en donde se observan las etapas de la vida y se ubica entre ellas a la vejez:



Es usual dar un nombre a los períodos de la vida del hombre más sin embargo es difícil expresarlos en cifras, de manera general y sin establecerlo como el único criterio, se presenta esta clasificación de las etapas de la vejez:

- a) Presenescencia: de los 50 a los 65 años.
- b) Senescencia: de los 65 a los 70 años.

30) LAROUSSE edit., Diccionario Larousse, 1053

31) ARCÉ CANO, Los Seguros Sociales en México, 244

- c) Senectud; de los 75 a los 85 años.
- d) Senilidad; más allá de los 85 años. (32)

Estas cifras son variables según los individuos, "La vejez comienza cuando íntimamente se lo siente..." (33) y nos demuestran que el hombre no entra brutalmente en un estado nuevo (la vejez) sino en una sucesión de estados de diferente equilibrio.

Definitivamente se conocen más los efectos del envejecimiento — que sus causas. El solo transcurso del tiempo no provoca lo que por — lo general se asocia con la idea de vejez; el inevitable y lento deslizarse de los mecanismos físicos hacia la muerte. "Existen muchas ideas sobre el envejecimiento humano y muchas son las formas en las que puede envejecer un ser humano".(34)

Existen algunos conceptos sobre el envejecimiento que se están — investigando, expuestos a continuación:

- a) La Teoría Genética.—Supone que cada célula humana recibe un — mensaje programado para madurar y eventualmente envejecer del DNA, el panorama de crecimiento celular que culmina en la madurez del cuerpo pareciera indicar que existe un programa genético de envejecimiento.
- b) Teoría del Ligamento cruzado.—Esta teoría se basa en el hecho de que los vasos sanguíneos, los huesos y la piel se tornan — más frágiles a medida que se envejece. Su flexibilidad se mantiene mediante largas filas de colágeno, a medida que se enve

---

32) FUENTES AGUILAR, Salud y Vejez, 26

33) CANAL RAMÍREZ, Envejecer no es deteriorarse, 42

34) BELLAK, Los Mejores Años de la Vida, 66

jece se van formando sustancias químicas entre las largas fibras de colágeno dando lugar a "ligamentos cruzados", éstos — disminuyen la flexibilidad de los órganos, especialmente de — los vasos sanguíneos.

- c) Teoría del Radical Libre.—Esta teoría sostiene que las sustan-  
cias conocidas como radicales libres son las que causan el en-  
vejecimiento de las células. El radical libre es un tipo de—  
molécula que tiende a reaccionar con cuanto se ponga en con-  
tacto.
- d) Autoinmunización.—Se piensa que algunas enfermedades relacio-  
nadas con el envejecimiento se producen cuando la natural in-  
munización del cuerpo ataca la estructura misma de las célu-  
las humanas, en ciertas circunstancias el cuerpo desarrolla —  
reacciones inmunológicas excesivas actuando en contra de los-  
propios tejidos del cuerpo (se cree que la artritis se produce  
así).
- e) Se atribuye el envejecimiento también, al agotamiento o dete-  
rioro cerebral, que se presenta más en quien no ejercita el —  
cerebro, esto se piensa porque las personas que realizan una-  
actividad cerebral son más longevas.
- f) Se habla también de la involución o sea el momento en que la-  
evolución biológica deja de ser progresiva y comienza la re-  
gresión.

Ninguna de estas teorías ha sido probada totalmente, y hasta la-  
fecha no se ha podido explicar porque el organismo envejece.

"El hombre es un conjunto de varias edades difíciles de alienar-  
y mantener sincronizadas".(35)

---

35) BELLAK, op.cit.,69.

A continuación se presentan las edades existentes en una persona:

- Edad Cronológica: Edad del calendario.
- Edad Biológica : Edad del organismo y sus funciones.
- Edad Psicológica: Edad del espíritu.
- Edad Mental: Edad del criterio y el entendimiento.
- Edad Social: Edad impuesta por la comunidad.
- Edad Cultural: Edad de los conocimientos.
- Edad Económica: Edad de los recursos para satisfacer necesidades.

Estas edades son diferentes en cada individuo; establecer un — equilibrio entre ellas no siempre depende de la persona, pero si esta un factor primordial en él; y puede moderarlo o rehabilitarlo ya que ella será la víctima o la beneficiada.

Por su parte Gellak ( 1979) habla de la edad subjetiva ( como siente el individuo ), la sensación subjetiva no coincide necesariamente con la edad biológica.

Por lo tanto la mera edad cronológica es una base pobre para — identificar a las personas ya que hay que tomar en cuenta varios factores.

La edad social que es aquella impuesta por la sociedad, es la — gran tirana del viejo en la historia y en la actualidad puesto que, la sociedad le asigna a éste una edad de la inutilidad. "No es la tercera edad la que hace vieja a la gente, sino el ambiente que le rodea, con el paso del tiempo el ser humano no se vuelve menos capaz sino — que es la mentalidad de la sociedad la que le otorga menos posibilidades". (36)

Es importante aclarar que hay diferencias en cuanto a la duración de vida y por lo tanto en cuanto a la vejez en función de variables como: sexo, clase social, profesión.

Las diferencias entre hombre y mujer se deben, a que ésta vive — más que el varón pero envejece más pronto y su longevidad es menos problemática psicológicamente, quizá por su mayor resistencia física y—moral; aunque independientemente de esto la vejez femenina es social—y económicamente más desamparada.

El nivel económico y social juega un papel determinante en la — edad, tal como ocurre en todas las etapas de la vida. Los recursos financieros pueden facilitar en mucho la adaptación a los años del ocaso las clases acomodadas no solo viven más sino mejor.

Quien realiza tareas de ejecución se ve minado en sus facultades a edad más temprana que quienes ejercen tareas de organización y mando; de acuerdo con los datos de encuestas, un obrero manual empieza a tener menos valor laboral a partir de los cincuenta y un años, mientras que un alto funcionario, puede ejercer su profesión hasta los setenta años; esto se debe a que el trabajo en el primer caso es mucho más pesado físicamente hablando.

El hombre es un ser de cambios, pero cada uno cambia a su manera conforme a gran diversidad de causas de orden personal, ambiental, alimenticio, higiénico, emocional, cultural, moral y social; por lo — tanto establecer promedios estadísticos de edad en relación a la vida de cada uno es muy difícil.

Por todo lo anteriormente analizado se establece que la jubilación no marca el inicio de la vejez, es decir un jubilado no necesi—

riamente es un anciano y tiene muchas posibilidades y alternativas por delante.

"Me estoy volviendo viejo es en realidad una condición mental de ánimo que por su mera existencia puede producir algo semejante a la autohipnosis, afectando el funcionamiento mental y físico, el humor y la visión general de la vida todo lo cual puede interactuarse e influir de manera negativa". (37)

## 2.2 Aspectos Fisiológicos de la Ancianidad.

Como ya se mencionó anteriormente la declinación es acelerada o retardada por numerosos factores: salud, herencia, el medio ambiente, las emociones, los hábitos y el nivel de vida.

Según la Gerontología moderna alrededor del 75% de lo que ahora se llama "vejez" contemplada como un conjunto de incapacidades, se debe a las instituciones y a las actitudes no a la biología; y solo el 25% se debe a factores biológicos.

Si bien estadísticamente hablando, ciertas formas de enfermedades se encuentran con más frecuencia en la gente de más de mediana edad, muchas personas viven hasta los ochenta y noventa años gozando casi por completo de una salud razonable. Por otra parte individuos jóvenes desarrollan muchas de las enfermedades que se asocian con una edad cronológica avanzada. Se considera que dado el progreso continuo

de la medicina es altamente probable que las llamadas enfermedades de la vejez se generalicen menos.

De todo esto se concluye que envejecer no es síntoma de enfermedad sino una etapa más de la vida del hombre que va de acuerdo a su normalidad. No obstante existen al paso de los años una serie de modificaciones anatómicas y fisiológicas que se exponen a continuación.

#### El Cerebro y el Sistema Nervioso.

"El cerebro humano no se contrae de tamaño, ni se debilita ni pierde células ni se deteriora con el transcurso de los años, normalmente sigue funcionando bien por lo menos durante nueve décadas".(38)

Existen dos tipos de estados físicos en los que el cerebro realmente se deteriora con el paso del tiempo. Uno viene dado por las interferencias en el suministro de sangre que a él llega, éste suceso no perjudica tanto al intelecto como a las funciones localizadas en el cerebro presentándose trastornos en el lenguaje, parálisis etc.

La interferencia gradual debida a la esclerosis u obturación de las arterias es lo que produce los síntomas calificados normalmente de "debilidad senil" cuando son de origen físico.

La otra fuente de lesiones cerebrales, a edades avanzadas la constituye un grupo de enfermedades que consiste en la disminución y pérdida de células. Estos fenómenos hacen su aparición a los cincuenta y tantos años y se consideran como una enfermedad, los que se pro-

sontan después de esta edad han sido agrupados en lo que se conoce como "Debilidad Senil".

La mala nutrición puede causar dificultades en el funcionamiento cerebral y la acción nerviosa de todo el cuerpo. Una dieta pobre o — que no se asimila bien provoca el mal funcionamiento de la tiroides y ésta a su vez afecta a las células cerebrales.

#### Sistema Circulatorio.

Con el tiempo se puede presentar una insuficiencia circulatoria y respiratoria, lo que lleva a disminuir el esfuerzo físico.

"El corazón no cambia mucho, pero su funcionamiento se altera, — pierde progresivamente sus facultades de adaptación y debe reducir — sus actividades a fin de no abusar de él". (39)

A medida que se envejece el calcio y el colesterol se depositan en las paredes arteriales tornándose más rígidas y quebradizas, por — lo que cuando el corazón se contrae las arterias son incapaces de dilatarse como para acomodarse a la fuerza de la sangre, de modo que — sube la presión sanguínea.

También puede darse el caso que los nervios que transmiten los — impulsos que mantienen la regularidad del ritmo cardiaco puedan estar dañados por lo que se presentan distintos tipos de arritmias.

Las venas varicosas son otra afección frecuente en la vejez pro-

ducto de la disminución de la elasticidad de las paredes de las venas sin embargo la padece también mucha gente joven.

#### Sistema Respiratorio.

Los movimientos respiratorios decrecen y ocasionan un mal abastecimiento de sangre y oxígeno a los tejidos, se consume menos oxígeno y hay un estrechamiento respiratorio que produce mayor frecuencia de infecciones.

#### Sistema Endócrino.

Las glándulas endócrinas juegan un papel importante en muchos — procesos fisiológicos del organismo.

Con el envejecimiento, las glándulas sufren alteraciones en cuanto a la disminución de tamaño y número de células, por ejemplo, respecto a la actividad de la hipófisis, ésta no queda muy reducida con la edad, pero el volumen de la tiroides se reduce después de los cincuenta años.

Los intercambios metabólicos se hacen más lentos y la tasa de colesterol aumenta en la hipotiroides, la paratiroides disminuye su volumen y las suprarrenales experimentan una involución parcial.

#### Sistema Locomotor.

La atrofia muscular en el organismo es evidente, de tal manera — que a los ochenta y cinco años la fuerza muscular es de 50% menos que la fuerza inicial. Debido a la afección que sufren los músculos en — cuanto a su consistencia, tono y elasticidad.

### Aparato Digestivo.

Comienza en la boca y sigue por el esófago, el estómago y los intestinos. Las paredes del aparato digestivo tienden a dilatarse; primero las paredes se dilatan y tuercen, luego la fuerza de gravedad — forma bolsas en las zonas débiles y por último los sobrantes de comida y bacterias quedan atrapados en esos sacos. Cuando esto ocurre en el esófago, esas bolsas se denominan "divertículos esofágicos" que por lo general no traen problemas pero de vez en cuando se inflaman.

De hecho los problemas digestivos son comunes en la vejez, a medida que pasa el tiempo el estómago secreta menos ácido y pepsina, un os necesarios para el apetito y la digestión. Es común que la gente de edad tenga menos apetito lo cual desemboca en una dieta incompleta la mala alimentación también se produce cuando los cambios metabólicos en el proceso digestivo impiden la absorción adecuada de la comida.

A pesar de la ausencia de cantidades normales de ácido, las ulce res no son inusuales en la vejez, esto puede deberse a un suministro — insuficiente de sangre en las paredes del estómago.

En las personas de edad, una de las zonas más frecuentemente afectadas son el intestino grueso y en especial el colon. La formación de bolsas o divertículos en el intestino grueso aparecen en el 20% de la población de más de sesenta años, tal vez no causen ningún problema — pero a veces se inflaman y se infectan.

### Aparato Urinario.

Uno de los problemas que pueden presentarse en la incontinencia,

es decir la imposibilidad de controlar la orina.

La vejiga es un saco muscular que al envejecer pierde en parte su elasticidad, sus contracciones no son lo suficientemente fuertes como para expulsar toda la orina de una vez, al no vaciarse del todo vuelve a estar llena pronto habiendo entonces una urgencia frecuente de orinar; una vejiga nunca del todo vacía tiende a infectarse.

#### Esqueleto.

En cuanto al esqueleto éste también se modifica. Los discos de la columna vertebral se comprimen y los cuerpos vertebrales se aplastan. La anchura de los hombros se reduce, la de la pelvis aumenta, el tórax tiende a adquirir una forma sujeta, sobre todo en la mujer...El esqueleto sufre de osteoporosis; la sustancia compacta del hueso se vuelve esponjosa y frágil. (30)

#### Piel.

Por deshidratación y como consecuencia de la pérdida de elasticidad del tejido dérmico subyacente la piel se arruga.

#### Sentidos.

Canal Ramírez (1981), afirma que la tercera edad agudiza los sentidos, no tanto cuantitativamente como cualitativamente,

En la tercera edad la vista y el oído se disminuyen, esta disminución ha comenzado desde el nacimiento, aunque alrededor de los cua-

---

40) BEAUVOIR, op.cit., 34.

enta y cinco años es cuando se hace manifiesta.

El oído también disminuye y su capacidad de discriminación declina llegando a veces a la sordera.

El tacto, el gusto y el olfato tienen menos agudeza que antes. El cabello se hace escaso y se torna blanco, los uñas se vuelven estriadas y quebradizas.

Es interesante observar la clasificación de las enfermedades a que los ancianos están propensos (41):

#### ENFERMEDADES MAS COMUNES EN LA VEJEZ.

PERSONAS HOSPITALIZADAS	C A U S A
11.2 %	ENFERMEDADES CARDIACAS Y OTRAS NO CLASIFICADAS.
7.4 %	ENFERMEDADES RESPIRATORIAS.
7.2 %	ENFERMEDADES DIGESTIVAS.
5.5 %	FRACTURAS Y DISLOCACIONES.

Finalmente se verá que para preservar la salud tanto física como mental del anciano, varios autores recomiendan tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- Dieta adecuada.
- Disminución de la tensión física y emocional.
- Relaciones sociales satisfactorias.
- Ejercicio.
- Realizar alguna actividad.
- Diversiones adecuadas.

41) BIZE, Una Nueva Vida la Tercera Edad, 156.

### 2.3 Aspectos Psicológicos del Anciano Jubilado.

La jubilación se presenta como el más grande reto que un hombre de la tercera edad debe superar, ya que representa un cambio radical en la vida del individuo.

No solo significa el paso del trabajo al no trabajo, situación que por sí misma implica una desadaptación ya que el trabajo es sustituido por un exceso de tiempo libre; sino que dado los valores de la sociedad actual el trabajo y la productividad son la medida con la cual se determina el valor del individuo. Es el trabajo el eje de las relaciones sociales y lo que brinda al hombre una posición en la sociedad.

Con la jubilación y la consecuente pérdida del trabajo, el hombre "pierde" en cierto sentido su posición en la sociedad y lo que genera a cambio es el ser considerado social y económicamente un anciano, situación bastante difícil debido a la imagen negativa que tiene el hombre de la tercera edad en la actualidad por los prejuicios que giran en torno a él, en su mayoría falsos.

Todo esto ocasiona que la jubilación produzca en el retirado una serie de repercusiones y desajustes en el plano psicológico.

Cabe decir que el hecho de que exista una edad fija para la jubilación, llega a influir positivamente en cuanto que impide que se dé una implicación personal, es decir, el individuo cree que se jubila porque tiene la edad y no porque está deteriorado en sus facultades físicas y psíquicas, aunque desafortunadamente esto no ocurre con frecuencia.

La actitud con la que se enfrenta el sujeto ante la jubilación puede variar desde:

- Una actitud sumamente positiva, porque se trate de una meta lujosamente acariciada, que en este caso se espera alcanzar lo más pronto posible (Davidson y Kunze, 1965).
- Una actitud sumamente negativa que se podría describir como el temor de estar de sobra, a "no ser útil ya", "el principio del fin" (Stauder, 1965).

Investigaciones realizadas, confirman que inmediatamente después del alejamiento de la vida profesional es cuando más negativa se torna la actitud respecto a la jubilación, sin embargo después de algunos años se puede transformar en positiva.

Existen una serie de factores que influyen en la actitud que se tenga frente a la jubilación como: Estado de salud, diferencias individuales, situación profesional específica, situación económica y si el sujeto se desenvuelve en un medio urbano o rural (Lern, 1980).

En cuanto al estado de salud, Straib (1967) afirma con base en investigaciones, que aquellas personas que se jubilan voluntariamente presentan índices de mortalidad más altos, probablemente porque dentro de éste grupo se incluye un gran número de personas que se retiraron por mala salud.

Gerts (1968), por su parte confirma lo anterior y añade que un sujeto en buenas condiciones de salud no acepta fácilmente la jubilación porque al serle posible volver a su antiguo trabajo (por estar sano) se siente mal al no poder hacerlo.

Por otro lado un individuo que tiene problemas de salud ve redu-

cidas sus posibilidades y alternativas para ocupar su tiempo libre y esto le repercutirá psicológicamente.

En cuanto a las diferencias individuales, éstas cuentan mucho en la reacción que se tenga frente a la jubilación, lo que para una persona puede ser rechazo o exclusión, para otra puede ser una oportunidad de evitar responsabilidades.

El estilo de vida del individuo lo puede mantener estrechamente unido con la sociedad o bien llevarlo a una rápida separación (Kastenbaum, 1980).

Definitivamente existe continuidad en la forma en que los individuos enfrentan sus problemas vitales, ya que utilizan métodos similares en la madurez y en la ancianidad. Con base en esto se pueden hacer algunas generalizaciones y decir que si la persona ha sido optimista durante toda su vida, es posible que continúe siéndolo frente a los problemas que se le presenten en los años avanzados, entre ellos la jubilación; por el contrario quien no se condujo bien en la madurez, no sería difícil que necesitara un apoyo especial para adaptarse a la jubilación.

Cuanto más elevado es el nivel intelectual del individuo, más ricas y variadas seguirán siendo sus actividades durante la jubilación, esto es muy importante, porque se ha comprobado que el exceso de tiempo libre es más peligroso para las personas de edad que para los jóvenes, cuanto más tiempo tienen son menos capaces de ocuparlo.

También existen diferencias entre hombre y mujer respecto a la actitud que se tenga frente a la jubilación. A juicio de Townsem:

"La mujer en contraposición con el hombre, experimenta toda acti

vidad fuera de casa como una posibilidad de mejorar la economía doméstica y de tratar con otras personas; y no como el principal medio de ganar dinero, consideración, relaciones, en fin de justificar la vida como sucede en el hombre". (42). La jubilación lo que hace es volverla a su primera ocupación, ama de casa, por lo tanto continúa manteniendo su rol de expectativas de comportamiento claramente definidas.

En cambio el hombre sufre con el cese de la actividad laboral — una pérdida de rol, ya que la misión del jubilado no está claramente definida en la sociedad, esto llevará al hombre a experimentar inseguridad y por lo tanto una situación de crisis.

Hay motivos específicamente vinculados a la profesión que pueden dar lugar a una actitud negativa al respecto, todas las investigaciones existentes permiten reconocer una mayor disposición al retirarse antes de tiempo en los obreros y una actitud más bien de rechazo entre los empleados. Se ha demostrado que cuanto mayores son los esfuerzos físicos en la actividad correspondiente tanto más positiva es en general la actitud a la jubilación.

Las investigaciones realizadas por Havighuist (1954) y Herón — (1963) dan a conocer que los obreros desean con mayor intensidad la jubilación que quienes ejercen las llamadas profesiones liberales, pero que al año de jubilación los obreros se muestran mucho menos adaptados e intentan reintegrarse a la vida profesional. En cambio las personas que se dedicaron a profesiones liberales se encuentran mejor adaptadas, esto se debe a que saber en qué ocupar el período de jubilación, es signo de inteligencia (definitivamente no solo es la inte-

---

42) LEFH, Psicología de la Senectud, 241

ligencia un factor importante, sino también los recursos, la preparación alcanzada para vivir la jubilación etc.).

El abandono brusco de una actividad produce una sensación de aburrimiento que pone en peligro la integridad psíquica y física de la persona. Tal situación repercute especialmente en los obreros manuales "...a quienes la jubilación afecta, ya en un estado físico más deteriorado, el desgaste previo, la inactividad y el aburrimiento los conduce a la muerte en unos pocos años" (43).

En cuanto a la situación económica Fuentes Aguilar (1978) afirma que en condiciones normales la mayoría de los senectos viven del producto de su vida de trabajo anterior. Si el anciano recibe una pensión elevada o todavía está en condiciones de trabajar puede satisfacer sus propias necesidades, para esto es apenas posible para la mayoría de los pensionados.

En cuanto a la pensión de jubilación está determinada por el sueldo base y no por la suma total de percepciones, no tienen derecho a obtener el reajuste automático de acuerdo con los aumentos percibidos por los trabajadores de la rama ocupacional a la que pertenecieron, esto genera problemas económicos. No es posible pues suprimir la angustia existencial del jubilado, sin antes liberarlo de su angustia económica, difícilmente un hombre dejará de trabajar con gusto si piensa que su nivel de vida bajará al jubilarse.

Finalmente se analizará que diferencias existen entre la actitud presentada ante la jubilación en un medio rural y un urbano; Lert (1980) comenta al respecto que los problemas relativos al alejamiento

de la vida profesional son mucho más intensos en un medio urbano que en el campo, esto se debe a que en la familia tradicional del campo el "jubilado" (\*) conserva su lugar dentro de ella ejerciendo sus funciones de jefe de familia, bajo cuya responsabilidad se realizan las actividades económicas y sociales del núcleo familiar.

El campesino anciano es quien recomienda qué se debe sembrar y cuando, el momento de levantar la cosecha, autoriza los matrimonios de los hijos, aconseja sobre los problemas de la familia y la comunidad; todo esto se debe a que se reconocen su experiencia y sabiduría.

En cambio en la ciudad la jubilación del señor de la casa modifica el modo de vida de la familia en general, la ama de casa teme que su esposo se jubile porque habrá un descenso en el nivel de vida, — preocupaciones de dinero, estará él todo el tiempo en casa, etc.

En general el jubilado se considera en desventaja frente a su mujer y con frecuencia también frente a sus hijos mejor adaptados — que él a la vida moderna y cuya posición es mejor a la suya.

Se puede decir por lo tanto que la diferencia entre el campo y la ciudad respecto a la jubilación, es que en el primero el hombre nunca pierde su papel determinado dentro de la comunidad, en cambio en la ciudad la jubilación trae consigo la pérdida de un papel y la búsqueda de un rol de sustitución.

---

\*) De hecho no hay una jubilación propiamente dicha, sino un cambio de función, de hacer las cosas pasan a dirigir las.

# ESTA TESIS NO DEBE SALIR DE LA BIBLIOTECA

79

Otro aspecto que repercute en el jubilado es el exceso de tiempo libre al que se enfrenta de pronto.

Al jubilarse lo esencial es mantenerse ocupado, se tenga o no — una pensión económica, ya que cuando una persona carece de un rol de sustitución corre el peligro de aislarse; trayendo como consecuencia melancolía y pérdida de interés por la vida, este estado hace propensa a la persona para contraer enfermedades, lo cual se agrava porque se considera que vejez es sinónimo de enfermedad (por esto hay personas mayores que gozando de buena salud física, se consideran enfermas)

El ocio permanente vuelve a la gente pesimista. Estudios realizados permiten conocer que el hombre sin trabajo (entiéndase trabajo — como cualquier actividad sistemática realizada y no el llevado a cabo necesariamente en una empresa, oficina, etc.) envejece más rápida y — prematuramente.

El tiempo libre puede ser agradable para el individuo o una — fuente de tedio, el llenar los ratos de ocio con actividades recreativas, educativas, cívicas o religiosas permite encontrar un propósito para seguir viviendo.

Los diferentes factores que determinan la actitud presentada — frente a la jubilación influirán también en el grado en que se presentan en la persona los efectos psicológicos causados por el cese — de la actividad laboral.

Dichos efectos psicológicos son los siguientes:

-Neurósis de la desocupación.

-Depresión.

-Ansiedad.

-Sentimiento de inutilidad.

-Soledad.

-Tristaza.

Los cuales serán analizados a continuación.

#### Neurosis de la Desocupación.

Este es un efecto psicológico causado por el abandono del trabajo, estudiado profundamente por el psiquiatra Victor Frankl (1980) - quien explica lo siguiente: Todo hombre tiene una misión en la vida,, el tener conocimiento de cual es esa misión y luchar por cumplir con ella, es lo que va a dar sentido a su existencia.

Los valores creadores y su realización ocupan el primer plano - en la misión de la vida del hombre y el campo para la realización de estos valores coincide en general con el trabajo profesional; esto - ocasiona muchas veces que se considere que una profesión determinada es el único medio a través del cual el hombre logra su realización, pero no es así, ya que el trabajo puede representar en general el espacio en que la peculiaridad del individuo se enlaza con la comunidad cobrando con ella su importancia y su valor, pero este sentido y este valor corresponden en cada caso a la obra (como una obra en función de la comunidad) y no a la profesión concreta en cuanto tal; no es por tanto una profesión determinada la que brinda al hombre la posibilidad de realizarse.

Lo visto anteriormente lleva a comprender el porqué la pérdida del trabajo conduce a lo que se conoce como neurosis de la desocupación cuyo síntoma principal es un estado de apatía, ya que el hombre jubilado va perdiendo progresivamente el interés y va disminuyendo - su iniciativa. La gente jubilada experimenta la vaciedad de su tiempo

como un vacío interno de su conciencia; se siente inútil al carácter de trabajo por no tener nada que hacer, considera que su vida carece de sentido, por tales motivos la desocupación puede dar paso a procesos neuróticos.

La vida del jubilado justifica a sus ojos el vivirla como algo provisional, para él, el destino de desempleado le descarga de la responsabilidad ante los demás y ante sí mismo; los fracasos en cualquier campo de su existencia los atribuye a su destino.

Las repercusiones de la neurósis de la desocupación no son tan solo económicas sino también vitales, la pérdida de la estructura anterior a que conduce la vivencia de falta de sentido y contenido en la vida, se traduce en muchas ocasiones en manifestaciones de decadencia orgánica, un ejemplo de esto es el descenso psicofísico que bajo la forma de vejez se produce con gran rapidez en los jubilados; ante todo esto es importante hacer notar que no todo individuo en una situación de paro forzoso está irremediabilmente condenado a ser víctima de una neurósis de la desocupación ya que puede decidir entre:

- Dejarse formar y moldear psíquicamente y categóricamente por el destino social.
- O bien esforzarse por imprimir al destino social la huella de su propio carácter.

La gente que al quedarse sin trabajo logra libremente hacer a un lado la neurósis de la desocupación es porque ha sabido dar a su vida un sentido. Ha comprendido que el sentido de la existencia no se reduce al trabajo profesional, ya que la capacidad de trabajo no es todo, ni razón suficiente para infundir sentido a la vida del hombre, porque puede tener ésta capacidad de trabajo y sin embargo - llevar una vida carente de sentido o por el contrario puede darse al

caso de que un hombre a pesar de hallarse incapacitado para trabajar cepa dar un sentido a su vida.

Por lo tanto no hay que identificar la profesión con la misión del hombre en la vida, ya que al hacerlo lleva al desocupado al doloroso sentimiento de que es un ser inútil y superfluo en el mundo.

Lo más indicado en una neurósis de la desocupación es hacer un análisis de la existencia, que señale al sujeto el camino hacia su libertad interior, luchando incluso contra el destino social; y lo conduzca a aquella consecuencia de la responsabilidad con base en la cual podrá infundir un contenido y un sentido a su vida por difíciles que sean las condiciones en que se desenvuelva.

"No debemos darnos por contentos con lo ya alcanzada ni en los valores de creación ni en los de conciencia, cada día, cada hora — plantea la necesidad de nuestros hechos y abre la posibilidad de — nuestras vivencias ".(44)

A juicio de varios autores consultados, otros de los efectos — que se pueden presentar con frecuencia en los jubilados son:

#### Depresión.

La cual surge por que el jubilado se encuentra desubicado al ya no tener una posición definida en la sociedad, carece de un grupo —

---

44) FRANKL, Psicoanálisis y Existencialismo, 100

con el cual identificarse y se enfrenta a un exceso de tiempo libre con el cual no sabe que hacer, por tales motivos su vida se enfrenta ante un vacío, en este caso la familia constituye un punto vital que puede influir en el jubilado dependiendo de la dinámica familiar de dos maneras:

- O bien lo ayudan a superar esa depresión.
- O bien lo lleva a hundirse más en ella orillándolo incluso a la muerte.

Otro factor que juega un papel importante es el dedicarse a una actividad que permita al jubilado reubicarse en la sociedad; dicha labor no tiene porque ser una continuación de la actividad laboral realizada, sino por el contrario puede ser algo que el jubilado siempre haya deseado hacer sin haber podido lograrlo por falta de tiempo; el jubilado debe tener siempre presente que la jubilación es una nueva etapa en la vida del hombre.

#### Ansiedad.

Esta puede ocasionarse por diversas causas previamente analizadas: Inseguridad económica, el que la persona se sienta marginada, el sentimiento de inutilidad, etc.

#### Sentimiento de Inutilidad.

Muchos autores concuerdan en afirmar que el sentimiento de inutilidad se presenta en el jubilado porque por lo general el hombre dedica gran parte de su vida a una actividad determinada, y no desarrolla otros intereses, por lo tanto al verse libre de su trabajo y carecer de una actividad que lo sustituya se sienta inútil y esto lo lleva a experimentar una ausencia de sentido en la vida.

### Soledad.

El hombre es un ser social por naturaleza, por lo tanto necesita mezclarse y relacionarse con los demás seres, desafortunadamente la gente mayor tiende a aislarse, o bien es aislada por los demás debido a los valores y actitudes imperantes en la sociedad actual. Esto provoca en la persona un sentimiento de soledad con graves repercusiones afectivo-emocionales.

El enfrentarse al retiro laboral puede producir un sentimiento de decadencia y una angustia generalizada, esto lleva al jubilado a frecuentar su antiguo trabajo para convivir con sus excompañeros y recordar su tiempo de activo.

### Tristeza.

Una de las características constantes en el plano mental del hombre que envejece es la pérdida de la alegría.

"La tristeza de las personas de edad no es provocada por un acontecimiento o por circunstancias singulares; se confunde con el tedio que los correa, con el amargo y humillante sentimiento de su inutilidad de su soledad en el seno de un mundo que únicamente siente indignación por ellos" (45).

Los efectos psicológicos de la jubilación guardan una estrecha relación con los efectos sociales de la misma, que serán analizados en el siguiente inciso.

---

45) BEAUVOIR op. cit., 240.

## 2.4 Aspectos Sociales del Anciano Jubilado.

Desde un punto de vista optimista se podría considerar que la jubilación, es decir, el cese de las obligaciones cotidianas que constituye la relación laboral, implica un bienestar para el trabajador. Pero... la situación no es tan simple ya que intervienen infinidad de factores.

El alejamiento de la vida profesional supone algo más que el cese de una actividad mas o menos valorada, entre otras cosas implica la adopción de un nuevo rol con otras expectativas de comportamiento, una modificación del curso cotidiano de la vida, sujeto antes al ritmo de la actividad profesional, una reestructuración del campo social incluyendo una modificación de los contactos familiares, supone ciertos ajustes en la economía personal y un desplazamiento de los compromisos e intereses individuales del mundo del trabajo al del tiempo libre.

La jubilación es un conflicto social ya que por el solo hecho - de cumplir cincuenta y cinco, sesenta o sesenta y cinco años (en ocasiones menos si es que el sujeto se jubila por años de servicio) y después de haber prestado un servicio a la comunidad a través de la ejecución del trabajo, ésta se priva de los beneficios de un trabajador que por lo general se encuentra aún capacitado para seguir laborando.

Lara Moreno (1982) afirma que las diferencias en la estimación social que se da a cada individuo se deben no tanto a la edad de éste sino al valor profesional que se le concede, de ahí que el cese de la actividad laboral tenga gran importancia e impacto en la esfera social del sujeto ya que según lo anteriormente mencionado deja de ser

valorado socialmente.

"El individuo que pierde junto con su oficio el status social— se siente dolorosamente reducido a nada. Se hunde en el abatimiento— o si es un privilegiado para consolarse de no ser trata de parecer. Está ávido de funciones, de papeles, de títulos, de honores". (46)

Por ser el trabajo el eje de las relaciones sociales, la persona jubilada tiene que hacer una reorganización de éstas para compensar su salida del mundo profesional. Esta reorganización es diferente para cada persona y estará en función de la estructura familiar — y social a la que pertenezca, así como de los recursos y aptitudes — de que disponga en el momento de la jubilación.

Los problemas de la inserción social son más relevantes que — otros para el hombre de la tercera edad, porque afectan a la totalidad de la persona y la ponen en entredicho en cuanto apta o no para seguir perteneciendo activamente al grupo.

"...el jubilado que de pronto ha dejado su trabajo, sus amigos, su actividad, debe comenzar una nueva etapa caracterizada por la — centuación de sus relaciones familiares y por un cambio con su grupo de pertenencia debido a su tendencia al aislamiento y al predominio de una actividad pasiva...." (47 )

Con la jubilación se da una peligrosa atrofia en las relaciones sociales debido a que:

---

46) BEAUMOIR op. cit., 255.

47) LARA MORENO, Triunfar en la Tercera Edad, 83

- a) Disminuyen los contactos con otros colegas de trabajo.
- b) Se patentiza el sentimiento de inseguridad por ya no ser — miembro activo de la sociedad trabajadora.
- c) Se impone un cambio radical de los hábitos de vida.

A través de estudios se ha determinado que la variedad y consistencia de la red de relaciones sociales, tras el retiro depende de: los bienes entendidos como recursos y de las potencialidades entendidas como hábitos de acción (aptitudes). Ambos deben de complementarse ya que los bienes no son suficientes, pues pueden paralizarse por una avaricia cautelosa que tema utilizarlos y las potencialidades a su vez necesitan recursos para desenvolverse.

Un análisis sociológico de la conducta de los jubilados realizado por la Caisse de Retraite et de Prevoyance Interprises de Putaux — (Francia 1977) determina que según la naturaleza y el nivel de los — recursos materiales e intelectuales heredados de la vida activa, las relaciones sociales del individuo se clasifican de la siguiente manera:

Relaciones extensas      Dedicación al ocio cultural.  
                                  Relaciones sociales extensas manifestadas  
                                  en las relaciones familiares.  
                                  Relaciones sociales extensas manifestadas  
                                  en actitudes de reivindicación.

Relaciones indirectas. . . .

Relaciones restringidas.

Relaciones sociales extensas.

Se refieren al intercambio de contactos caracterizado por una — apertura al mundo exterior, con una participación efectiva en la acti

vidad social del entorno, se manifiesta en:

- a) Dedicación al ocio cultural: Las relaciones sociales extensas del jubilado manifestadas en la dedicación al ocio cultural— se caracterizan, en que las relaciones sociales ocupan un papel central, ya sea relacionándose directamente con las personas, o bien en el seno de clubs, asociaciones o agrupaciones. Estas relaciones se complementan con viajes, asistencia a cursos, conferencias, visitas culturales, etc.
- b) Relaciones sociales extensas manifestadas en las relaciones familiares: Se caracterizan porque las relaciones profesionales son reemplazadas por una intensificación de las relaciones en el seno familiar. La condición necesaria para una reinserción social de este tipo es que el jubilado tenga por lo menos un hijo que se encuentre en una cercanía espacial con éste.
- c) Relaciones sociales extensas manifestadas en actitudes de reivindicación: Se caracteriza por una organización colectiva — de los jubilados para intervenir en la vida política y defender sus derechos, dado que esto se hace a través de grupos y asociaciones se corre el peligro que el jubilado adquiera una postura negativa con respecto al resto de la sociedad.

Relaciones sociales indirectas.

Este tipo de relaciones se presentan cuando el jubilado se convierte en simple espectador, su existencia está ligada a la utilización de medios de comunicación masiva (T.V., Radio, Revistas, Periódicos), esta actuación bloquea socialmente porque no contribuye a la — sociedad.

### Relaciones sociales restringidas.

Se caracterizan por una postura de aislamiento; se presentan — cuando el jubilado se ve carente de recursos (buena salud, bienes — materiales y culturales y posibilidades) y por tal motivo se repliega sobre sí mismo y no conserva más relación con el exterior que la co— rrespondiente al mantenimiento de su ser biológico.

Uno de los problemas fundamentales que confrontan los jubilados es el relativo al uso o aplicación del tiempo libre y junto a éste — debe subyacerse la actitud ante el ocio, que si no se enfoca desde un punto de vista positivo y productivo, puede conducir a la persona a — una concentración en sí misma que la lleve a experimentar depresiones, preocupaciones y aún a vivencias hipocondríacas, debido a una autoob— servación constante es decir, a encontrar vacío de contenido vital a— causa de la ausencia de un programa de actividades y recreaciones.

Es por ello que el tiempo libre y el ocio deben ser debidamente planificados y organizados para que el jubilado antes de llegar al re— tiro pueda sentirse inmerso en una mejor organización del bienestar — social. Esto es justo lo que se busca alcanzar a través de la educa— ción para la jubilación; Que el individuo establezca un nuevo plan de vida, que le permita realizarse plenamente al llegar a esta etapa de— su existencia.

En cuanto a las actividades de los jubilados tomando como paráme— tros:

- Producción y consumo.
- Trabajo y no trabajo.
- Relación del individuo jubilado con su existencia biológica, — con la organización social y con una estructura dinámica que —

permita su incorporación al sistema productivo.

Se obtiene una tipología de las actividades de los jubilados en función de la estructura socioeconómica (48):

TIPOLOGIA DE LAS ACTIVIDADES DE LOS JUBILADOS.

TIPOLOGIA DE LAS PRACTICAS DE JUBILACION EN FUNCION DE SU RELACION CON LA ESTRUCTURA SOCIOECONOMICA			
NATURALEZA DE LA ORIENTACION SOCIAL	RELACION CON LA EXISTENCIA BIOLÓGICA	RELACION CON LA ORGANIZACION SOCIAL	RELACION CON UNA ESTRUCTURA DINAMICA
	I	II	IV
PRODUCCION		JUBILACION – CREATIVIDAD	JUBILACION REIVINDICACION
	JUBILACION – INACTIVIDAD	III	V
		JUBILACION – DIVERSION	
CONSUMO		o JUBILACION – FAMILIA	JUBILACION – PARTICIPACION PASIVA

Tipo I: Jubilación-Inactividad.

El no trabajar se traduce para el individuo en una expulsión de la sociedad, el campo social se encuentra reducido al extremo y lo biológico domina al conjunto de conductas. Los comportamientos cotidianos serán exclusivamente formados por actos reflejos destinados a mantener la vida (alimentarse, dormir, etc.).

48) FUENTES AGUILAR op. cit., 230.

#### Tipo II: Jubilación-Creatividad.

Aquí se da el paso del desarrollo de una actividad productiva-institucionalmente definida, a una nueva forma de actividad creadora socialmente reconocida. Dicha actividad creadora emana de antiguos - intereses que toman la jerarquía de actividad en el momento de la - jubilación, sustituyendo al trabajo.

#### Tipo III: Jubilación-Familia y Jubilación-Diversión.

La jubilación-familia corresponde a un conjunto de actitudes tradicionales en donde, el jubilado al ya no participar en la producción colectiva encuentra apoyo en la familia y a través de ella se apropia de valores sociales, culturales y de bienes familiares.

La práctica jubilación-tiempo libre se basa en el consumo. En - este caso el paso del trabajo al no trabajo consiste en abandonar el papel de productor para reforzar el papel de consumidor.

#### Tipo IV: Jubilación-Reivindicación.

Esta práctica se basa en la relación establecida entre el ser - biológico y el ser social buscándose transformarla. Esto es una consecuencia del rechazo que sufren los ancianos en el sistema socioeco-nómico operante. El hecho de ser eliminados de la producción después de haber cumplido sus deberes con la sociedad y haber ganado el derecho al reposo, es una marginación injusta; la reivindicación se apoya en la toma de conciencia del hecho de que los jubilados deben repre-sentar un grupo solidario, que tiene intereses propios y manifiesta-la voluntad de defender como una comunidad sus derechos contra el restato de la sociedad.

### Tipo V: Jubilación-Participación Pasiva.

Esta práctica se caracteriza porque se da una adhesión a la sociedad que se manifiesta por una intensa participación, pero ésta no constituye una contribución a la actividad colectiva, ya que el jubilado ha sido excluido del mundo del trabajo y no puede representar - su integración más que por el consumo. A nivel de actividades cotidianas esta práctica se manifiesta concretamente por una gran atención a los medios masivos de comunicación y por una aceptación tácita del status que la sociedad impone a las personas senectas.

En cuanto a la familia, ésta juega un papel importante, respecto a la esfera social del jubilado; debido a que la familia constituye la forma de sociedad más corriente y simple. En los lazos familiares se mezclan el afecto, la solidaridad y los intereses económicos - esto puede servir de protección a quienes llegan al retiro o viceversa dependiendo de qué tan fuertes o débiles sean esos lazos de afecto y solidaridad, en una palabra de cómo sea la dinámica familiar.

Quizá por su situación física y psíquica el jubilado frecuentemente mantiene relaciones de dependencia hacia el núcleo familiar, o hacia algún miembro en especial de éste. La familia en este caso juega un papel vital, ya que le impone restricciones al sujeto jubilado que provocan gradualmente que se vaya sintiendo marginado para realizar las actividades que antes desempeñaba, aumentando esto la dependencia con respecto a la familia, porque significa una disminución - en el autodomínio de la persona.

En cuanto a cómo funciona la solidaridad familiar respecto al - jubilado, Lara Moreno (1982) afirma que la lógica de las relaciones familiares puede funcionar de dos maneras con base en los recursos -

del jubilado.

-Las relaciones familiares de los jubilados que poseen un capital importante están en función de "rentabilizar" ese capital en forma de intercambios sociales.

-Las relaciones familiares de los jubilados cuyo capital es muy pequeño, o no disponen de él, están basadas en la ayuda mutua — padres-hijos.

Los padres que disponen de un capital podrán mantener relaciones sólidas con sus hijos, porque aunque éstos ya sean independientes, los padres pueden seguir ejerciendo su dominio a través de regalos — y ayudas ocasionales, de esta manera aunque retirado el padre sigue — conservando su liderazgo.

Sin embargo, contrariamente a lo que podría pensarse con los hijos de padres de escasos recursos económicos los que más se prestan a ayudarlos. Esto pone de manifiesto que en las clases populares, o de nivel socioeconómico más bajo, son las dificultades las que tienden a unirlos más. Por otra parte, estas familias por lo general conservan modos de vida tradicionales como sería el caso de las reuniones periódicas (comidas, juegos, etc), en las que se vive un ambiente de afecto y cordialidad en el cual el jubilado se siente más protegido.

Después de analizar los efectos psicológicos y sociales de la jubilación, podría llegar a pensarse que ésta es un acontecimiento terrible en la vida del hombre, postura bastante radical, negativa y falsa, ya que estos efectos psicosociales pueden evitarse llegando entonces a ser la jubilación una época plena de realización, que brinde la oportunidad de iniciar una nueva vida y desarrollar otros intereses — a través de una preparación previa, consistente en la elaboración de un plan de vida para aplicarse llegado el momento, cuando el hombre — se desvincule de las actividades laborales y todo el tiempo le pertenece.

neza.

"Si se quiere dominar con probabilidades de éxito las exigencias que el retiro plantea, es preciso que el futuro jubilado muestre una actitud positiva ante su nueva vida y tenga ideas muy claras acerca del aspecto que en su futura situación va a asumir". (49)

Es importante que el jubilado se concientice que hay pocas situaciones (por no decir ninguna) que no conlleven ciertas dificultades, privaciones y dolores, en cualquier etapa de la vida. La edad y sus problemas son una de esas situaciones simplemente.

Es importante asumir una postura realista, y aceptar que si bien la tercera edad representa algunos problemas para el individuo, también tiene diversas ventajas; en virtud de una experiencia mayor la gente grande tiene una perspectiva más amplia, lo cual le permite ver su vida con cierta satisfacción y adquirir serenidad.

Estudios experimentales dicen que las funciones mentales no declinan con la edad, y aunque la rapidéz de las respuestas físicas sí se va disminuida se compensa por la experiencia adquirida.

Los biólogos están de acuerdo en que no habiendo enfermedades mentales o físicas graves la edad no tiene porqué ser lo que a menudo se teme, el impedimento para una existencia plena y feliz.

---

49) PYKE, Como disfrutar una larga Vida, 125

## CONCLUSIONES.

Se considera en la sociedad actual que la jubilación, determina el inicio de la tercera edad o vejez, no obstante es erróneo afirmar categóricamente que todo jubilado es un anciano. Debido a que el proceso de envejecimiento que principia desde el nacimiento del individuo, tiene un ritmo y características que varían considerablemente de sujeto a sujeto, porque intervienen un sinnúmero de factores físicos, psicológicos y sociales; por todo esto no es sólo la edad cronológica la única determinante con base en la cual se puede situar al hombre en una determinada etapa de la vida, hay que analizar también la edad mental, social, etc.

Gracias a los adelantos de la ciencia moderna se ha logrado aumentar el nivel de vida no sólo cuantitativamente sino también cualitativamente es decir, en la actualidad el hombre tiene la posibilidad no sólo de vivir más sino de vivir mejor. Si el individuo observa -- las normas de higiene y salud (lo cual es necesario en cualquier etapa de la vida) y se conserva activo (lo que es posible porque no necesariamente va a sufrir los padecimientos analizados previamente) podrá mantener la comunicación con sus semejantes (condición indispensable para su salud física y psíquica ya que no debe olvidarse que el hombre es un ser sociable por naturaleza) y a través de todo esto se sentirá productivo y valioso; tendrá en síntesis siempre un motivo -- para vivir.

Si bien se analizaron una serie de desajustes psicosociales causados por la jubilación, no debe entenderse que todo jubilado necesariamente va a experimentarlos, el grado de intensidad de dichos desajustes depende de las características personales y del estilo de vida.

La inutilidad, la insatisfacción, la soledad, la carencia de un sentido en la vida, no son características propias de la tercera edad el hombre puede experimentarlas en cualquier etapa de la vida cuando no ha sabido valerse de los medios más adecuados que lo perfeccionen, lo hagan crecer y lo conduzcan a la felicidad.

La jubilación es un cambio en la vida del sujeto y como todo — cambio requiere de una adaptación y reorganización del plan de vida, es a través de la educación (preparación para el retiro) que el hombre podrá lograr con éxito asimilar el cambio causado por la jubilación y de esta manera vivir plena y satisfactoriamente.

## CAPITULO III: EDUCACION, EMPRESA Y JUBILACION.

A lo largo de la presente investigación se han destacado entre otras cuestiones, la importancia del trabajo en la vida del hombre; no sólo como medio de satisfacción de necesidades (físicas, psicológicas, etc.) sino como una oportunidad de desarrollo de valores (libertad y amor) así como virtudes entre las que se destacan la justicia, la templanza, la fortaleza, entre otras. Es a través del trabajo que se determina el papel del hombre dentro de la sociedad y la relación de ésta con sus semejantes y con el mundo que le rodea.

De lo anteriormente mencionado se concluye que el trabajo juega un papel muy importante en la vida del hombre y por tal motivo la jubilación, cesa de la actividad laboral, origina numerosos conflictos no sólo desde el punto de vista económico (a causa de la reducción de ingresos) sino también desde el punto de vista físico, psicológico y social; en gran parte estos conflictos son ocasionados por la imagen negativa reinante en la sociedad con respecto a la jubilación, estos prejuicios se originan por una falta de información o bien una deformación de ésta que hacen más difícil la adaptación a ese cambio que implica la jubilación.

Es importante resaltar que el jubilado cuenta con un medio de ayuda muy poderoso para vencer esta difícil batalla a la que debe enfrentarse. Dicho medio es la educación, a través de la cual todo hombre logra responder satisfactoriamente a las nuevas situaciones que tiene que afrontar ubicándose en su realidad y partiendo de sus posibilidades y limitaciones, para fijar metas y objetivos cuya realización infundirá sentido a su vida.

La educación debe acompañar al hombre en todas las etapas de de-

sarrollo y la etapa de trabajo no es una excepción; todo empleado tiene derecho a recibir de la empresa a la que presta sus servicios, una capacitación a través de la cual se pretenda lograr el mejor desempeño y la máxima productividad del trabajador quien gran parte de su vida presta sus servicios a la organización.

A través de este capítulo se pretende analizar la función educativa dentro de la organización y con base en esto determinar que tan viable es que la empresa misma, así como capacita al trabajador activo, brinde al individuo la preparación para la jubilación, vital para el logro de una vida plena de aquellas personas que no por el hecho de retirarse de la vida profesional se retiran de la sociedad, estos sujetos pueden y deben continuar contribuyendo al desarrollo de sí mismos, de su familia y de la comunidad a la que pertenecen.

### 3.1 Concepto de Educación.

Etimológicamente la palabra educación tiene varias acepciones:

Educación significa "conducir", llevar a un hombre de un estado a otro, de una situación a otro.

También significa "sacar de" "extraer de" con base en esto la educación es: "La acción de sacar algo de dentro del hombre". (50)

Estas definiciones hacen referencia a la situación interior del hombre y ven a la educación como un proceso y un movimiento.

Existe otra significación de la educación desde el punto de vista vulgar, de esta manera la educación se concibe como una cualidad adquirida por la cual el hombre se adapta a determinados usos sociales, es decir la educación se considera como algo adquirido por el influjo externo que ejercen sobre el sujeto el trato social y los establecimientos educativos; la educación en este caso es una influencia externa.

Ambas perspectivas (la etimológica y la vulgar) tienen validez y engloban el significado de la educación, de tal manera que el aceptar una u otra genera corrientes pedagógicas fragmentarias.

La idea de educación siempre se relaciona con la idea de perfección; ya que la educación es una modificación del hombre que no tiene sentido, si no es un cambio hacia la perfección.

La educación por lo tanto es una perfección humana, es decir una perfección que viene de la voluntad del hombre, y es por lo tanto voluntaria e intencional (es decir para que algo sea educativo ha de ser deseado por una voluntad y sometido a actividad constante).

La idea de perfección se relaciona con algunas otras ideas a saber:

- a) Se relaciona la perfección con el fin del hombre, se diría entonces que todo lo que es preparar al hombre para el cumplimiento de su destino es perfeccionarle y la educación acerca al hombre a esta perfección.
- b) La idea de perfección también se relaciona con el concepto de

formación, esta es dar forma a lo informe o nueva forma a lo ya formado. Al hablar de educación como formación se concibe como medio de dar formas más perfectas al educando y esto es llevarlo a la perfección.

- c) El concepto de perfección también está ligado al de bien ya que ambos hacen referencia a lo que concierne a la naturaleza de un ser.
- d) También la educación se ha concebido como una organización que es igualmente dentro de la perfección ya que esta realiza el orden.

Lo visto hasta aquí, lleva a la siguiente definición de educación:

"Perfeccionamiento intencional de las potencias específicamente humanas".(51)

La educación ha sido objeto de múltiples enfoques críticos con base en distintos puntos de vista filosóficos, y la influencia de las condiciones socioculturales de cada época. Los criterios dominantes actualmente son el sociológico y el biopsicosocial. Desde el punto de vista sociológico la educación es un proceso que realiza la conservación y la transmisión de la cultura con el fin de asegurar su continuidad. Desde el punto de vista biopsicosocial la educación tiene por finalidad llevar al individuo a realizar su personalidad, teniendo en cuenta sus posibilidades intrínsecas.(52)

La educación es un proceso que busca capacitar al individuo para actuar conscientemente frente a nuevas situaciones de la vida, aprovechando su experiencia anterior y teniendo en cuenta la integración,-

---

51) GARCIA 102 op.cit.,25

52) NERICI, Hacia una Didáctica General Dinámica, 19.

la continuidad y el progreso social, todo ello de acuerdo a la realidad de cada sujeto para que sean atendidas las posibilidades del individuo y de la comunidad.

La educación es por lo tanto dinámica, no es simple adiestramiento que prepara para repetir, ya que los hechos de la vida no se repiten. Cada vez se presentan al individuo situaciones nuevas e inciertas, que lo obligan a tomar conciencia de la problemática presente para resolverla con eficacia y de manera satisfactoria tanto para el individuo como para la sociedad.

La educación es también acumulativa ya que los esfuerzos del pasado no deben perderse, deben contribuir a resolver las dificultades presentes.

A través de la educación se busca que el individuo se integre a la sociedad como una persona que comprende y ama a su medio y a sus semejantes y que comparte con los demás ideales, aspiraciones y esfuerzos.

Nerici (1973) afirma que la educación debe ayudar al hombre a ser lo que realmente él es, lo cual solo es posible al enfrentarlo objetivamente al sujeto con su realidad humana para encaminarlo a realizarse dentro de sus posibilidades, sin comparaciones que exalten o disminuyan pero sí con estímulos apropiados que propicien la competencia consiguismo.

La educación es un proceso que alcanza todas las manifestaciones de la vida humana, incluso se puede entender como una forma de vida que prepara para un modo de vivir más perfecto.

A continuación se presentan las distintas implicaciones de la —

educación.

### EDUCACION

Educación Especial: Perfección de todas las manifestaciones de la naturaleza humana. Actualización operativa de la cultura:

Intelectual  
Técnica  
Estética  
Moral  
Religiosa.

Educación existencial: Capacitación para responder a todas las exigencias de la vida. Humanización de la vida.

- Satisfacción de todas las necesidades humanas:

Biológicas	Seguridad
Psicológicas... ..	Dignidad
	Comunicación

- Posibilidades de actividad:

Juego  
Lucha  
Estudio  
Trabajo

- Factores Formativos:

Humanos  
Técnicos

- Ambitos:

Familia  
Profesión  
Amistad

Educación Personalizada: Desarrollo de la persona como principio consistente de actividad. Realización personal:

Singularidad	A las cosas
Autonomía	A las personas
Apertura ... ..	A la trascendencia

La vida humana se puede entender como una realidad en la cual —

hay necesidades que satisfacer y posibilidades que deben hacerse realidad. La educación prepara al hombre para vivir cada vez más humanamente, lo capacita para responder a todas las exigencias de la vida, lo hace apto para satisfacer todas sus necesidades y desarrollar todas sus posibilidades a través del conocimiento de lo que debe hacer, por que debe hacerlo y como debe hacerlo.

Con base en lo anterior la educación puede ser considerada como:

"Un proceso de expansión en cuanto que tiende a actualizar las virtudes del individuo en todos sus aspectos; y un proceso de autolimitación en cuanto que a través de la educación se busca también que el hombre se haga consciente de sus limitaciones". (53)

Dado que el hombre es una unidad que da sentido a todas las manifestaciones de la vida humana, en el proceso educativo, por lo tanto no se trata de sumar distintos tipos de capacitación o desarrollo, sino de integrar en un sujeto sus distintas posibilidades y neutralizar sus deficiencias para dar a su vida un sentido único, profundo y permanente. O sea, que la educación independientemente de lo antes dicho, debe ser integral.

Hay que tomar en cuenta en la vida que todos somos educandos y educadores al mismo tiempo. Educandos en cuanto que sufrimos la influencia de otros y educadores porque a su vez ejercemos influjo en otros, incluso, se puede continuar siendo educador después de la muerte; de ahí la importancia de desarrollar las potencialidades al máximo, de ser siempre un ejemplo para los demás y vivir dignamente cada etapa de la vida.

En conclusión la educación de hoy tiene como tarea propia:

...preparar hombres que sepan trabajar y que sean capaces de trascender del trabajo mismo para encontrar su propia dignificación humana. Hombres capaces de vivir en comunidad sin convertirse en masa, de participar en la vida y en los problemas de la sociedad de hoy, de acuerdo a su propio criterio y haciendo uso de su libertad personal. Y junto a la vida personal y de trabajo la educación tendrá también que desarrollar y fortalecer la capacidad del hombre para su vida de amistad y familia. (54)

### 3.2 Educación y Pedagogía.

Los pensamientos referentes a la educación son tan antiguos como la cultura, nacen en el ámbito religioso de las remotas civilizaciones orientales, aparecen en el comienzo de la filosofía occidental y constituyen el origen de la Pedagogía, la cual no obstante su antigüedad - tuvo que recorrer un largo camino hasta constituirse como ciencia; es decir como un conjunto sistemático de verdades demostradas acerca de la educación.

" En la actualidad la Pedagogía se constituye como una ciencia - con territorio propio, objeto preciso y métodos peculiares". (55)

La Pedagogía es considerada como una ciencia especulativa porque investiga el proceso educativo para conocerlo, pero no se trata de un conocer por conocer, sino que verifica sus ideas en la práctica ya que a través de esas nociones pretende descubrir las normas que dirigen -

---

54) NERICI op.cit., 30.

55) LARROYO, La ciencia de la Educación, 46.

a la educación, por lo que también es considerada una ciencia normativa.

Debido al carácter práctico de la Pedagogía se le define no solo como ciencia sino también como arte de la educación.

"... como arte es la habilidad para educar. Como ciencia es la — sistematización fundamental de los hechos, principios y valores que rigen a la educación humana". (56)

García Hoz (1960), considera una Pedagogía General que es esencialmente analítica, porque estudia de un modo aislado los distintos fenómenos educativos o las distintas formalidades de la educación, para aplicar los conocimientos adquiridos ulteriormente. A su vez habla de una Pedagogía Diferencial que es sintética y estudia no los fenómenos pedagógicos aislados sino su actuación conjunta en una determinada situación o en determinado tipo de sujetos.

La Pedagogía General y Diferencial se complementan y aunque no se puede atribuir de un modo absoluto a la primera la teoricidad y a la segunda la practicidad, si se pueda afirmar que las cuestiones especulativas se dan con más facilidad en la Pedagogía General mientras que los problemas prácticos suelen presentarse con mayor frecuencia en la Pedagogía Diferencial.

Dentro de la Pedagogía Diferencial se aplican los conocimientos relativos de la educación a una realidad determinada o unidad pedagógica (niño, joven, adulto, viejo) donde la educación pueda realizarse en

su totalidad.

Entre los criterios que se utilizan en la Pedagogía Diferencial-para definir a la unidad pedagógica se encuentran:

#### Diferencias Individuales.

Entre las cuales se consideran:

- a) Diferencias de sexo:Se habla entonces de una Pedagogía varonil y - de una Pedagogía femenina.
- b) Diferencias de edad:Cuyas divisiones se determinan con base en las distintas etapas de desarrollo del hombre a saber:Educación preescolar,primaria,media,universitaria,de la edad adulta,de la vejez; en donde se ubica la educación para la jubilación objeto de estudio de la presente investigación.
- c) Diferencias de personalidad:Considerandose dos aspectos;cuantitativo, en donde se ubica la educación del individuo normal y anormal-(superdotado y subnormal) y cualitativo, con base en aptitudes, condicionamientos y diferencias específicas del individuo.

#### Estímulos Educativos Sociales que Actúan Sobre el Hombre.

Considerandose entre estos:

- a) Pedagogía Familiar:Ya que en la familia se inicia la vida y la educación del hombre.
- b) Pedagogía Escolar o Institucional:Que se ocupa de la educación en las instituciones escolares de cualquier grado.
- c) Pedagogía Ambiental:Que se refiere a la acción educativa de los influjos del ambiente.

Con base en todo lo mencionado hasta ahora se puede definir a la Pedagogía como:

" La ciencia cuyo objeto es elaborar una doctrina de la educación, a la vez teórica y práctica, como la doctrina de la moralidad, de la que es una prolongación y que no sea exclusivamente ni ciencia, ni técnica, ni arte, ni filosofía, sino todo eso junto y ordenado según articulaciones lógicas". (57)

El objeto formal de la Pedagogía es la educación y su fin es el hombre perfecto, este fin se divide jerárquicamente en:

- a) Fin inmediato: El desarrollo armónico.
- b) Fin mediato: El logro del conjunto armónico y perfecto del hábito.
- c) Fin último: El hombre perfecto.

Una vez definido el marco de la Pedagogía se puede situar a la vejez y a la jubilación dentro de éste, ya que la vejez (cuyo inicio se considera al comenzar la jubilación) es una etapa más en la vida del hombre, que ocupa un lugar claro y específico dentro de la Pedagogía Diferencial.

A través de la educación y en específico de la Pedagogía Diferencial, se pretende desarrollar la personalidad del hombre, a lo largo de toda su vida. El individuo siempre puede superarse más, la educación es por tanto un proceso permanente que se inicia desde el nacimiento y concluye con la muerte.

La labor del pedagogo en lo referente a la educación para la vejez consiste principalmente en:

- Concientizar al anciano de su importante función personal y social de contribuir a la formación de niños y jóvenes transmitiendo la experiencia y sabiduría que ha adquirido al paso de los años.
- Mostrar nuevas situaciones interesantes para el hombre de la tercera edad, a través de las cuales encuentre nuevos motivos para vivir productivamente.
- Orientar y motivar al anciano hacia una vida plena de satisfacciones y alegrías.

Una condición importante para que la educación de la vejez logre los objetivos antes mencionados, es que dicha formación se inicie antes de esta etapa de la vida, ya que para la buena salud mental de las personas de la tercera edad es indispensable que se desarrollen al máximo durante toda la vida las posibilidades y aptitudes individuales.

Retomando todo lo mencionado hasta ahora se concluye que, la educación es un proceso permanente en el hombre que se inicia con la vida misma y finaliza al concluir ésta, no es por lo tanto propia del niño o del joven, la educación debe estar presente en todas las etapas de desarrollo del hombre porque a través de ella el individuo logra una vida más humana, ya que lo capacita y hace apto para satisfacer sus necesidades y desarrollar sus posibilidades.

El hombre es un ser de cambios y uno de éstos es justamente la jubilación que se presenta acompañada de numerosas perturbaciones en todos los ámbitos; social, psicológica y físico que solo podrán superarse a través de la educación porque ésta enfrenta al hombre con su realidad y lo conduce al camino de realización dentro de sus posibilidades.

des y limitaciones.

Dicha educación para la jubilación es denominada "Preparación para el Retiro" y es el arma más poderosa con que cuenta el projuvillado para salir vencedor en esta batalla decisiva cuyo triunfo lo conducirá a disfrutar una vida de jubilado plena y realizadora.

Por lo tanto son la educación y la ciencia que se encarga de su estudio la  pedagogía, dos grandes aliadas del hombre en cualquier etapa de su vida desde la infancia hasta la vejez que lo conducen a la perfección y por lo tanto a la felicidad.

### 3.3 Importancia de la Preparación para el Retiro.

El progreso de la legislación social, la elevación del nivel de vida y la complejidad creciente de las actividades comerciales, industriales y profesionales han facilitado e incluso obligado a prolongar la preparación necesaria para ingresar a la vida laboral pero a su vez han contribuido también a demostrar la conveniencia de adelantar la edad del retiro en la mayor parte de los trabajos (Super, 1932).

El promedio de vida del hombre aumenta persistentemente a causa del progreso de la medicina, esto lo capacita para tener una vida activa prolongada pero paradójicamente la edad del retiro tiende a disminuirse cada vez más.

Mientras que en otras épocas el paso a la vejez representaba la-

llegada al punto más alto dentro de la estructura de la sociedad, actualmente esta situación se plantea de un modo distinto, el abandono del puesto de trabajo supone automáticamente la descalificación social, ya que se pierde el principal rol por el que se mide hoy a una persona, produciéndose así una " muerte social ".

El trabajo, actividad que ocupaba la mayor parte del tiempo del individuo, al darse la jubilación, ya no absorbe ni la más mínima porción de su vida, por lo que ahora se está obligado a ocupar el tiempo con otras actividades. El problema de emplear el tiempo libre se recrudece sobre todo en aquellos individuos que poseen una menor formación y en consecuencia menos recursos intelectuales y estéticos para encontrar nuevas actividades que sustituyan al trabajo.

Al mismo tiempo la pérdida del trabajo significa una disminución en los recursos económicos. Antes del retiro, el trabajador cuenta con algunos medios de protección contra el descenso del poder adquisitivo del dinero, en virtud de los aumentos de salario. Al separarse del mundo productivo su ingreso queda en manos del plan de pensiones, dicho ingreso es bajo por el resto de su vida, lo cual representa un problema porque el proceso inflacionario no se detiene; la situación es peor para los jubilados del sector privado, en donde la empresa y el propio individuo mientras era productivo pensaron que el ingreso que obtendría por su jubilación era adecuado para satisfacer sus necesidades pero no consideraron el cambio inflacionario. En la actualidad esta situación se traduce en un resultado concreto, a medida que transcurren los meses el poder adquisitivo del jubilado disminuye constantemente.

La disminución en la economía del jubilado no solo repercute en el aspecto material ya que los ingresos económicos no son solo fuente

del confort sino de la seguridad psicológica de una persona en el interior de su grupo como consecuencia de esto se produce un aislamiento.

La pérdida de la categoría, de dinero, de antigüedad, de prestigio y autoridad es dura de soportar después de haber ocupado un puesto de trabajo por el que se mantiene la participación en la vida misma de la comunidad, no se puede culpar a un hombre o mujer por sentirse deprimido al ser excluido del verdadero funcionamiento del Estado. A mi modo de ver se siente la insatisfacción no tanto por las deficiencias físicas y materiales sino principalmente por la forma en que son excluidos de la corriente principal de la vida diaria... (58)

Como las ocupaciones son tan variadas al igual que el proceso de decadencia de cada individuo, el retiro significa algo diferente para cada persona; algunas veces representa una actividad mal acogida, otras supone libertad para realizar todo lo que antes no se ha podido hacer por falta de tiempo. La jubilación obliga a modificar los hábitos y — las rutinas de toda una vida, a cambiar la imagen del propio yo que se ha mantenido estable tantos años y abandonar el papel que se ha estado representando durante tanto tiempo.

Por todo lo mencionado es necesaria una preparación para el retiro, la cual a juicio de muchos autores que han tratado el tema del envejecimiento ha sido descuidada. Así como el resto de la naturaleza — que requiere tiempo para ir formando a través de diversas etapas previas una plenitud definitiva, el hombre debe buscar el desarrollo en todos los momentos de su vida y encaminarse hacia la consecución de — una vejez plena. Actualmente se da una supervaloración de la juventud como imagen definitiva y suprema del hombre que triunfa en la vida,

---

58) MAGNUS, Como disfrutar una larga vida, 180.

por ello no se le concede valor a las etapas siguientes de desarrollo sobre todo a la tercera edad a la que se le contempla con aprehensión y se busca que pase desapercibida.

" Declarar útil y valiosa solo la primera mitad de la vida es un error imperdonable al que puede atribuírsele buena parte del desequilibrio actual de nuestra cultura ". (59)

Todo esto muestra una paradoja en la sociedad contemporánea, por un lado se da un ansia de vivir y por otro se pone poco cuidado en asegurar salud y un patrimonio.

Al igual que en la juventud y en la edad adulta la tercera edad necesita de una determinada educación que le prepare para nuevos comportamientos y tareas adecuadas para disfrutar lo que puede ser una vida de plenitud y madurez.

La jubilación, es la primera ocasión de la vida del hombre en que no se le impone lo que debe hacer, es el momento de dedicarse a actividades con total libertad y absoluta responsabilidad.

El hombre jubilado que conozca bien sus posibilidades pueda disfrutar de una vida plena si programa con suficiente antelación, los hábitos y proyectos necesarios para disfrutar de la libertad e independencia tan merecidamente ganadas. Elaborar un programa para después de la jubilación y comenzar a realizarlo antes de que esta se presente - definirá el rumbo de la vida y evitará que el individuo se sienta per-

---

59) LARA MORENO op.cit., 16.

dido en el tiempo y en el medio que la rodea.

Lara Moreno (1982), afirma que para adaptar un programa de vida, - para después de la jubilación se debe partir de la base de que la calidad de la tercera edad dependerá sustancialmente de la preparación-educativa que llevará a asumir esta etapa de la vida y a continuar - con actividades y distracciones que potencien la personalidad.

El proceso de la preparación al retiro debe iniciarse entre los cuarenta y cuarenta y cinco años debido a que es en este momento cuando se comienzan a experimentar los primeros síntomas del advenimiento de la decadencia. En este momento se debe enseñar a conservar el máximo de capacidad durante el mayor tiempo posible. Hay que demostrar que es necesario ser flexibles y ayudar a comprender al individuo la naturaleza de los cambios, que irremisiblemente tienen que suceder.

Si consiguen comprender el ajuste al que se ve obligada la gente de edad, los problemas que hay que resolver para realizarlo y las soluciones que pueden contribuir a ayudarles en este proceso sabrán modificar su concepto de sí mismos, sustituir el papel que han estado desempeñando durante toda su vida por otro y cambiar incluso su manera de vivir cuando llegue el momento. (60)

Cuando se ha dejado para última hora trazar un programa que llene el tiempo de ocio con ocupaciones interesantes y hasta absorbentes resulta difícil gastar el capital de tiempo, ya que el disfrutar de todas las cosas bellas de la vida requiere de un conocimiento de ellas y de una habituación.

---

60) SUPPER, Psicología de la Vida Profesional, 219.

La conferencia general de la Organización del Trabajo convocada en Ginebra el 4 de junio de 1980, respecto a la preparación para el retiro afirma que : Deberían ponerse en práctica programas de preparación para el retiro con la participación de las organizaciones representativas de empleadores, de trabajadores y otros organismos interesados. Tales programas deben permitir a los interesados hacer planes para su jubilación y adaptarse a esa nueva situación proporcionándoles información sobre:

- a) Ingresos y prestaciones a la vejez.
- b) Posibilidades y condiciones de continuación de una actividad profesional especialmente a tiempo parcial.
- c) El envejecimiento individual y los medios de prevenirlo.
- d) Utilización del tiempo libre.

Los problemas y conflictos que acarrea consigo la jubilación trascienden del ámbito personal para ser de todo un grupo social, de aquí que su solución exige una doble tarea; la de los propios interesados por que les afecta directamente y la de la sociedad en cuanto que una parte muy importante de ella queda comprometida.

"La prevención es siempre preferible a la intervención y una adecuada política de preparación al retiro disminuye evidentemente los gastos sociales que una nación dedica a la atención de las personas mayores" (Consejo de Europa, 1977).

Sin esta preparación preventiva se presentarán grandes sorpresas en su mayoría desagradables y entonces solo quedará como recurso la medicina curativa siempre más costosa y traumatizante que el esfuerzo preventivo. La observación anteriormente hecha se refiere tanto a los trastornos físicos como psíquicos y sociales que se presentan a consecuencia de las dificultades y problemas de un cambio como la jubila-

ción.

#### 3.4 Preparación para la Jubilación en México.

Una vez analizada la importancia y necesidad de la preparación para la jubilación se procederá a brindar una visión general de lo que se hace en México respecto a esto.

En el país son impartidos tres cursos de preparación al retiro por las siguientes instituciones; El primero de ellos es elaborado por el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), el segundo por el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y un tercero realizado por el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

Existe además una asociación; DIVE (Dignificación de la Vejez) que si bien no ha elaborado ningún curso cuyo objetivo sea la educación para el retiro, ha planeado diversas actividades en pro de la integración social del jubilado.

A continuación se presentan las características y generalidades de los tres cursos mencionados y del DIVE.

##### Instituto Nacional de la Senectud (INSEN).

El Instituto Nacional de la Senectud fue creado por decreto presidencial el 22 de agosto de 1979, siendo presidente de la república el Lic. José López Portillo. Tiene calidad de organismo descentraliza-

do; su finalidad es brindar protección, ayuda, atención y orientación a la población senecta, así como acciones asistenciales al gobierno -- federal.

Para efectos prácticos los programas del INSEN se han agrupado -- por el servicio que prestan clasificándose en:

- Económicos.
- Sociales.
- Educativos.
- Psicológicos.
- Investigación.

Dentro de los programas educativos cuenta con el curso de: "Pre- paración al Retiro" que tiene dos modalidades; una fundamentada en la corriente psicoanalítica y otra basada en el análisis transaccional.--

La existencia de este programa se justifica por lo que a conti- nuación se expone:

La vivencia del envejecimiento generalmente es importante -- porque provoca en algunas personas depresión, sentimientos de minusvalía, miedo a la dependencia, síntomas hipocondría cos y conductas egocéntricas, como un medio para demandar -- la atención de las personas que viven con ellas y de esta -- manera aliviar sus tensiones. El envejecimiento trae consi- go, además de la disminución de las capacidades biológicas-- y en ocasiones la disminución de la habilidad productiva, el menoscabo de los ingresos y la sensación de pérdida del es- tado económico, social adquirido y del prestigio ganado.(61)

---

61) INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD, Acción y Proyección del INSEN, 15.

Al romperse el equilibrio por las razones anteriormente expuestas el individuo deberá plantearse alternativas que le permitan reorganizar su existencia logrando así satisfacción ya que en la sociedad actual, aún en condiciones óptimas de salud durante el proceso de envejecimiento se presentan estados de aflicción, ansiedad y angustia.

El objetivo del curso es:

Proporcionar a las personas de edad avanzada en especial a las que están próximas al retiro laboral, la información y orientación jurídica, psicológica y biológica, necesarias que les permitan estructurar su plan de vida futuro y aceptar como natural su proceso de envejecimiento.

La organización e impartición de los cursos de Preparación al Retiro para grupos de personas de edad avanzada hacen posible la consecución de el objetivo de este programa. (\*)

Este curso es impartido tanto en el Distrito Federal como en el interior de la república y por lo general a instituciones u organismos del sector público.

A través del análisis de su contenido se encontró lo siguiente:

- a) La información manejada en este curso va dirigida más a la preparación a la vejez que para el retiro.
- b) Se da por hecho que todo jubilado es un anciano, situación que no -

---

\*) Ver Anexo 3, p. 263

siempre se presenta.

- c) Abordan en puntos que serían esenciales en una preparación para la vejez, pero no en una educación para el retiro, como: la dieta más adecuada para una persona de edad, las diversas enfermedades más frecuentes en la vejez y como evitarlas, entre otros.
- d) El tema de jubilación, considerado como una tensión psicosocial de la vejez, se trata en un pequeño apartado en donde se menciona que la actitud frente a este suceso varía de una persona a otra dependiendo a su vez, de la actitud que se haya tenido frente al trabajo; además se señala la necesidad de planear la jubilación, pero no se ahonda más en las consecuencias negativas (desajustes psicológicos, sociales y biológicos) que puede acarrear el no llevar a cabo dicha planeación, en la influencia de los valores sociales en la actitud frente a la jubilación, en el verdadero significado del retiro, la naturaleza del trabajo, etc. temas necesarios para que el sujeto logre una visión realista de la jubilación.

Los puntos positivos para la preparación para la jubilación expuestos en este curso son:

- e) Tratan todos los cambios biopsicosociales que se presentan en la persona al paso de los años, lo cual es muy positivo porque es necesario que el individuo los conozca y se prepare para afrontarlos, además con base en lo anterior se puede hacer una planeación más realista de las futuras actividades.
- f) Hablan de la ocupación del tiempo libre, dando diferentes alternativas en cuanto recreación, deporte, educación, etc. siendo esto importante porque uno de los problemas más serios a resolver por el ju-

bilado es el saber invertir su tiempo en actividades interesantes para sí mismo, el no hacerlo causa problemas de índole psicológico-físico y social.

- g) En cuanto al aspecto económico orientan a la persona en la mejor administración de sus recursos, situación necesaria porque con el retiro se da por lo general una disminución de los ingresos.

La evaluación de este curso se orienta a la valoración de la planeación, realización y evaluación del curso y del instructor; y no al aprovechamiento del contenido del curso por parte del participante.

Instituto de Seguridad y Servicios Sociales  
de los Trabajadores del Estado (ISSSTE).

El programa elaborado por esta institución justifica su existencia en la toma de conciencia de que entre los derechohabientes del ISSSTE se cuenta con una población importante de pensionados y jubilados. Por otro lado si bien actualmente México se encuentra saturado de personas jóvenes, en un futuro tendrá una alta población de personas ancianas o próximas a la vejez; la interrogante es: ¿Qué hacer con todos estos sujetos retirados físicamente, pero materialmente todavía productivos y con un cúmulo de experiencias para transmitir a quienes comienzan su vida económicamente activa?

Este programa a cargo de la Jefatura de Servicios de Medicina Preventiva y su departamento de Promoción de la Salud, está dirigido a los derechohabientes en general, pero principalmente a los que se aproximan al retiro y tiene el siguiente objetivo general:

Proporcionar los elementos teórico-prácticos necesarios para lo-

gear una vejez ocupada y con sentimiento de utilidad y así mejorar la salud mental de los derechohabientes pensionados o jubilados. (\*)

A través de este programa se busca orientar al sujeto para transmitir sus experiencias técnicas de trabajo, para lograr una mejor redistribución del tiempo alcanzando una vejez mejor y más aceptada.

El presente programa se orienta más a lo que es en sí una preparación para la jubilación, haciendo hincapié en la necesidad de que se mantenga ocupado al jubilado y de lo valioso que puede ser éste para la sociedad al transmitir sus experiencias a las generaciones jóvenes.

Por medio del estudio de su contenido se logra una visión más realista de la jubilación a través del conocimiento de lo que es el retiro, la pensión y sus beneficios así como el papel del jubilado en la sociedad y en su familia.

Los beneficios de este curso son disfrutados solo por los derechohabientes del ISSSTE. Su evaluación se lleva a cabo tomando en cuenta el alcance cuantitativo de las metas y en base al logro de los objetivos, cuantificables a largo plazo por mediciones posteriores entre los asistentes a las unidades.

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

La información sobre el curso elaborado e impartido por esta institución fue negada por ser considerada confidencial.

---

\*) Ver Anexo 4 de esta tesis, 265

## Dignificación de la Vejez (DIVE).

Es una asociación civil de voluntarios que propugnan la dignificación de la vejez en el presente y futuro de todos los mexicanos.

El objetivo general de la asociación es el siguiente:

"México y los ancianos mismos. Salvación del subdesarrollo mediante el aprovechamiento de la experiencia y sabiduría de la vejez que se concretará con el consejo de los ancianos". (62)

Su objetivo global se caracteriza en dos aspectos: Educativo y - Asistencial Educativo.

El objetivo educativo en cuanto a jubilación pretende, que se -- convenza a todos que al llegar al retiro o al envejecimiento, no se -- detiene la vida, sino que por el contrario es la hora para los más pla-- centeros y más valiosos proyectos, puesto que en esta etapa se ha de -- alcanzar la cumbre de la anhelada superación. Para lograr esta meta -- proponen que las empresas gubernamentales y privadas den cargo de ase-- soros a los mejores jubilados para aprovechar la pericia de quienes -- trabajaron allí durante treinta años.

Se busca en general hacer pãrticipar a las gentes mayores en las-- actividades de la comunidad.

En cuanto al objetivo de asistencia educativa entre otras cosas-- busca lograr que les concedan a los jubilados tanto del sector pùbli--

---

(62) GODOY, Al Atardecer, 71

ca como del privado pensiones acordadas con el alza de precios y que -- proliferaron las balsas de trabajo para senectos tanto de las zonas urbanas como rurales.

El DIVE cuenta además con un departamento de pensionados, con diversos objetivos y tareas. (\*)

El DIVE educa a los jóvenes para su vejez, ya que prefiere prevenir que remediar. El INSEN en cambio ve el dolor presente y asiste y orienta a los ancianos de hoy que sufren por no haberse preparado para esta etapa de la vida.

Si bien es digno de ser reconocido el esfuerzo y la labor realizada por estas instituciones en pro del anciano en general y del jubilado específicamente, los beneficios de estos cursos solo llegan a un determinado porcentaje de la totalidad de los jubilados existentes en México; por tal motivo se consideró importante determinar a través de esta investigación la posibilidad y viabilidad de que sea en la empresa misma en donde se proporcione la oportunidad a los prejubilados de participar en cursos de esta naturaleza que les permitan prepararse para vivir digna y plenamente la jubilación.

### 3.5 Educación y Trabajo.

La educación como se mencionó anteriormente es propia del hombre

---

\*)Ver Apéndice 5 de esta tesis, 267

desde que nace hasta que muere y lo lleva a un desarrollo integral.

Dentro de la empresa dicha educación toma la forma de capacitación y desarrollo de personal y su objetivo es lograr el máximo desarrollo del individuo como persona y como trabajador para alcanzar un alto grado de productividad.

Ahora bien, la vida de trabajo no es eterna dentro de la empresa (aunque el individuo puede mantenerse activo durante toda su vida) ya que ésta es interrumpida por el fenómeno de la jubilación.

Lo que se busca a través del desarrollo de estos incisos es determinar hasta que grado la organización, al capacitar al sujeto para hacerlo crecer como trabajador puede, a su vez preparar a sus empleados para esta etapa que puede ser de dicha o tristeza; La Jubilación, haciendo uso de sus propios recursos y sin que esto implique un gasto excesivo.

Considerando la naturaleza de dicha preparación es claro que esta debe ser una función más de el área de recursos humanos, que abarca la capacitación y desarrollo de personal, por esta razón se expone, a continuación el concepto, proceso y departamento de capacitación, - lo que permitirá determinar si es posible o no incorporar una preparación para el retiro en la misma empresa.

### 3.5.1 Concepto de Capacitación.

El hombre es un ser biopsicosocial y espiritual cuya finalidad-

es actualizar sus potencialidades y perfeccionarse tanto en su dimensión personal como social; para lo cual requiere de la educación a través de la cual podrá conocerse a sí mismo, a la sociedad, a la naturaleza, a la técnica, etc.

El objetivo primordial de la educación es por lo tanto ayudar a la persona brindándole conocimientos y desarrollando su personalidad para que el sujeto actualice sus habilidades y logre su perfeccionamiento (Silicco, 1982).

En segundo término debe ser una preocupación en materia de educación el preparar al hombre para que lleve una vida normal, útil y de servicio a la comunidad, es decir, guiar el desenvolvimiento de la persona humana en la esfera social despertando y fortaleciendo el sentido de su libertad, de sus obligaciones, derechos y responsabilidades.

Al contemplar el panorama nacional e internacional se observa la existencia de dos grandes enemigos del hombre, de su avance moral, social, técnico y profesional, a saber:

- 1) La Ignorancia: Considerada como una falta total o parcial de conocimientos sobre cualquier aspecto, que aleja al hombre de toda ubicación en el ámbito social y en el campo del conocimiento, donde está situado dicho hombre. Los resultados de la ignorancia son funestos: Frustración, enfermedad, alienación y lo más grave una deformación de la naturaleza humana.
- 2) La Obsolescencia: Que es la situación resultante de poseer un conocimiento atrasado, inservible.

El mundo actual se caracteriza porque en él se presentan una se--

rie de cambios constantes y de adelantos, sobre todo en el aspecto tecnológico que dan cobida a la ignorancia y a la obsolescencia, esta situación lleva a que la función educativa sea más necesitada. Sociólogos y filósofos de la administración han coincidido en afirmar que de do las necesidades de un auténtico desarrollo integral del ser humano y la sociedad cambiante, la educación debe ocupar un primer plano en los objetivos tanto nacionales como internacionales, oues lo gran mayoría de los problemas morales, sociales, políticos y económicos son problemas de educación y esta es la clave para solucionarlos. Se requiere pues, de un medio eficaz para atacar la ignorancia y la obsolescencia dentro de las organizaciones y ese medio es la capacitación.

La capacitación se define como:

El proceso mediante el cual se llevan a cabo una serie sistematizada de actividades encaminadas a proporcionar conocimientos, desarrollar habilidades y mejorar actitudes en los trabajadores, con el propósito de conjugar por una parte la realización individual que se reflejará en ascensos dentro de la jerarquía de la organización, con el correlativo mejoramiento y por la otra con la consecución de los objetivos de la empresa. (63)

Aunado al concepto de capacitación está el de adiestramiento y desarrollo, dado que en muchas ocasiones estos tres términos se confunden, se considera pertinente aclarar en que consiste cada uno:

- Adiestramiento: "Se entiende como la habilidad o destreza adquirida por regla general en el trabajo preponderantemente físico". (64)

---

63) CALDERÓN CORDOVA, Manual para la Administración del Proceso de Capacitación, 127.

64) SILICED, Capacitación y Desarrollo de Personal, 13

-Capacitación: "Tiene un sentido más amplio. Incluye el adiestramiento, pero su objetivo principal es proporcionar conocimientos sobre todos los aspectos técnicos del trabajo".(65)

-Desarrollo: "Tiene aún mayor amplitud. Es el progreso integral del hombre que abarca la adquisición de conocimientos, el fortalecimiento, de la voluntad y la disciplina del carácter".(66)

Estos tres aspectos constituyen lo que es la función educativa en la empresa. Uno incluye al otro siendo de más baja jerarquía el — adiestramiento, posteriormente la capacitación y de más alto rango el desarrollo.

El capacitar y adiestrar a los trabajadores en México, no es una actividad nueva, se tienen antecedentes de ésta desde la época de la colonia.

El método de instrucción para el trabajo originalmente consistía en que una persona experimentada en determinado oficio, instruía a un aprendiz en dicha labor con el propósito de impartirle conocimientos y desarrollar habilidades.

A fines del siglo pasado e inicios del actual el crecimiento de la industria provocó que la actividad de capacitar la mano de obra se formalizara debido a la demanda de obreros calificados.

Por esto fueron apareciendo diversas disposiciones legales con -

---

65) SILICEO, op. cit., 13

66) GUZMAN VALDIVIA, Problemas de la Administración, 69

con el objeto de reglamentar la capacitación y el adiestramiento.

En 1870 el Código Civil incluye un capítulo destinado al aprendizaje.

En 1931 la Ley Federal del Trabajo destinó su título 3o. al contrato de aprendizaje.

En 1970 con la nueva Ley Federal del Trabajo se estableció en la fracción XV del artículo 132 la obligación patronal de capacitar a -- los trabajadores.

En 1977 el gobierno mexicano eleva a rango constitucional el derecho obrero a la capacitación y adiestramiento. (67)

El país necesita mayor productividad, una mayor calidad de vida. uno de los factores para el incremento de la productividad es la eficiencia en el trabajo que se logra a través de la capacitación y el adiestramiento. Así mismo, uno de los factores para el bienestar social de los trabajadores es tener una vida más digna que se logra al mejorar su condición y propiciar cambios económicos mediante una formación integral.

La capacitación y el adiestramiento resultan por lo tanto beneficiosos tanto para el patrón como para el trabajador; para el primero -- porque al incrementarse la productividad se mejoran los niveles de calidad y aprovechamiento de los recursos, y para el empleado por que se le brinda la oportunidad de mejorar su nivel de vida al tener acceso a

---

67) DIRECCION DE CAPACITACION Y ADIESTRAMIENTO, Manual de Capacitación y Adiestramiento, v. gr. 21 a 23.

mejores condiciones de bienestar.

Dentro de este marco se establecen los objetivos de la capacitación a saber:

- a) Actualizar y perfeccionar los conocimientos del trabajador así como las habilidades en su actividad y proporcionar la información sobre la aplicación de nueva tecnología.
- b) Preparar al trabajador para ocupar una vacante o puesto de nueva creación.
- c) Prevenir riesgos de trabajo.
- d) Incrementar la productividad. (68)

La capacitación tiene diferentes modalidades a saber; en principio deba ser la empresa quien se encargue de la formación de sus trabajadores a todos los niveles mediante planes y programas elaborados de común acuerdo con estos por la Dirección General de Capacitación y Productividad; esto es válido para las empresas paraestatales, del sector público y privado.

Cuando la empresa carece de recursos propios calificados en la materia (instructores) y de experiencia, puede utilizar alguna de las tres modalidades siguientes:

---

68) TRUEDA URBINA, Ley Federal del Trabajo, 340.

-La asociación con otras empresas (ya sea a nivel regional o a nivel de rama industrial) para realizar conjuntamente programas de capacitación y adiestramiento para su personal.

-La contratación de servicios externos especializados en la materia.

-La utilización de los servicios públicos ya existentes. (69)

A su vez dentro de la empresa se van a dar tres tipos de capacitación (Calderón, 1982):

- a) Capacitación para el Trabajo: Dirigida al trabajador que va a desempeñar una nueva función ya sea por ser de nuevo ingreso o por haber sido reubicado dentro de la misma organización, su objetivo es proporcionar al personal la capacitación adecuada al puesto que vaya a ocupar.
- b) Capacitación en el Trabajo: La conforma una serie sistemizada de actividades encaminadas a desarrollar habilidades y mejorar actitudes de los trabajadores en la labor que realizan; en ella se conjugan la realización individual con la consecución de los objetivos de la institución.
- c) Desarrollo: Comprende la formación integral del individuo y específicamente las acciones que puede llevar a cabo la organización para contribuir a esta formación, incluye:

---

69) GOMEZ "Reflexiones del Sistema Nacional de Capacitación y Adiestramiento". En Revista Interamericana de Educación de Adultos, v.gr.

-Educación formal para adultos; son las acciones llevadas a cabo por la organización para apoyar al personal en su desarrollo en el ámbito de la educación escolarizada.

-Integración de la personalidad; la forman los eventos organizados para desarrollar y mejorar las actitudes del personal hacia sí mismos y hacia su grupo de trabajo.

-Actividades recreativas y culturales; son las acciones que proporcionan a los trabajadores el esparcimiento necesario para su integración con el grupo de trabajo y con su familia, así como desarrollar su sensibilidad, su creación intelectual y artística.

La capacitación en la empresa debe ser en la medida y dosis necesarias al empleado, al funcionario y al ejecutivo una visión universal básica y orientar los programas haciendo hincapié en los puntos específicos y necesarios para desempeñar eficazmente su puesto.

La capacitación es un medio para encausar al personal de una empresa logrando un verdadero dominio e integración en la misma, siempre y cuando la educación impartida sea integral, pues solo así se ubicará y desarrollará al empleado cualquiera que sea su nivel y puesto de trabajo como miembro responsable de la sociedad a la que pertenece.

### 3.5.2 El Departamento de Capacitación y su ubicación en la Empresa.

No existe un modo único de conceptualizar la función de capacitación y adiestramiento dentro de una organización.

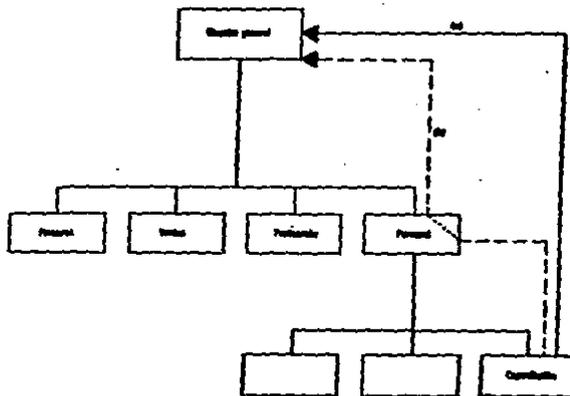
El presente trabajo se basa en el enfoque de Calderón (1982) - quien parte de un "Análisis de Sistemas". En este concepto enmarca la capacitación y adiestramiento como un conjunto de elementos que trabajan agrupadamente para el objetivo general de una organización.

Dentro de este enfoque se considera a toda organización como un macrosistema con insumos que se procesan y convierten en bienes y servicios para la satisfacción de las necesidades que le dieron origen; la organización está integrada por varios sistemas a saber:

- 1.- Relaciones Externas: Vincula a la empresa con su medio ambiente.
- 2.- Dirección: Coordina, impulsa y vigila a la empresa.
- 3.- Tecnología: Precisa qué y cómo hacer.
- 4.- Finanzas, Control: Capta, distribuye y controla los recursos monetarios.
- 5.- Recursos Materiales: Provee y conserva los bienes muebles e inmuebles y distribuye los materiales necesarios para el cumplimiento de las funciones.
- 6.- Relaciones Laborales: (recursos humanos) conjunto de estructuras y procedimientos por medio de los cuales se establecen y aplican normas de trabajo y readoptan decisiones en torno a la distribución de los beneficios de la producción.

7.- Mercados: Hace llegar los productos de la empresa a los consumidores finales.

DEPARTAMENTO DE CAPACITACION EN LA EMPRESA.



FUENTE: CAPACITACION Y DESARROLLO DE PERSONAL, 1988, 29.

El subsistema de capacitación tiene relación con los siguientes subsistemas:

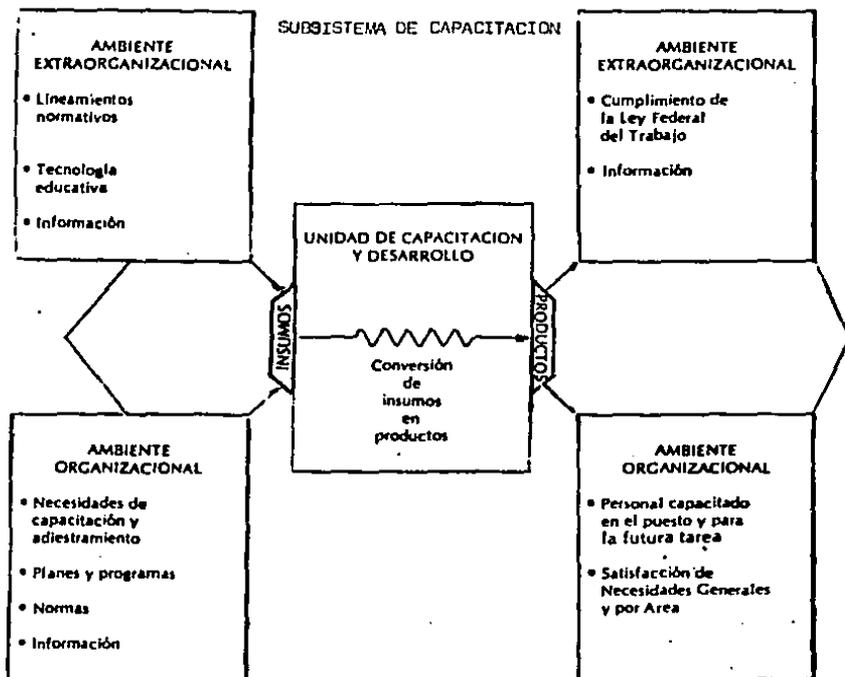
- 1) Planeación y Organización
- 2) Empleo
- 3) Remuneraciones
- 4) Relaciones Laborales
- 5) Prestaciones y Servicios
- 6) Comportamientos Humanos
- 7) Información

El subsistema de capacitación va a recibir información (insumos) de parte del ambiente organizacional, necesidades de capacitación y -adestramiento, normas particulares etc.; de los anteriores subsistemas

y de la organización en general; finalmente del ambiente extraorganiza-  
cional: Lineamientos normativos (Dirección General de Capacitación y  
Productividad), tecnología educativa, información.

El resultado del proceso de capacitación y adiestramiento es:

- 1) Hacia el ambiente extraorganizational: Cumplimiento de la Ley Fede-  
ral del Trabajo e información.
- 2) Hacia el ambiente organizacional: Personal capacitado en el puesto  
y para la futura tarea, satisfacción de necesidades generales por  
área. Como se muestra en el siguiente cuadro:



FUENTE: MANUAL PARA LA ADMINISTRACION DEL PROCESO DE CAPACITACION DEL PERSONAL 1982, 19.

El subsistema de capacitación forma parte del sistema de administración de recursos humanos y es una de sus más importantes unidades de trabajo. La actual administración de personal como doctrina y como práctica debe comprender las siguientes funciones:

- Reclutamiento
- Selección
- Introducción
- Inventario de los recursos humanos
- Evaluación del colaborador
- Capacitación
- Desarrollo de los recursos humanos
- Planeación de vida y carrera. (70)

Para que la administración de personal pueda cumplir con las funciones antes mencionadas es necesario que se dé:

- Comunicación abierta oportuna y eficaz
- Planeación en equipo
- Diagnóstico de la empresa
- Evaluación del potencial
- Administración de los recursos humanos
- Planeación de vida y carrera.

En cuanto al departamento de capacitación su objetivo es:

"Capacitar, mantener actualizado y desarrollado al personal tanto operativo como directivo, para que coadyuve con su mayor desempeño

o alcanzar los fines de la organización".(71)

Las funciones que deben llevar a cabo para el cumplimiento del - objetivo antes mencionado son:

- a) Integrar grupos de planeación, programación y control para la elaboración de programas de capacitación.
- b) Investigar y diagnosticar necesidades de capacitación y desarrollo.
- c) Operar los programas de capacitación y desarrollo que respondan a las necesidades previamente diagnosticadas.
- d) Evaluar los cursos impartidos de capacitación.
- e) Dar seguimiento a los programas para mantener un sistema permanente de capacitación.
- f) Mantener actualizado al personal sobre las innovaciones en materia de capacitación y desarrollo.

El departamento de capacitación se sustenta en cuatro puestos a saber:

1.-Jefe de Capacitación y Desarrollo; que puede ser desempeñado por:

- a) Licenciado en Pedagogía o Psicología.
- b) Licenciado en Relaciones Industriales.
- c) Licenciado en Administración de Empresas.

---

71) CALDERON CORDOVA op. cit., 27

Las funciones realizadas dentro de este puesto son: Planear, programar, controlar y evaluar el sistema de capacitación.

2.-Analista; que puede ser desempeñado por:

- a) Pasante o titulado en Pedagogía o Psicología.
- b) Pasante o titulado en Relaciones Industriales.
- c) Pasante o titulado en Administración de Empresas.

Las funciones realizadas dentro de este puesto son: Programar, -- controlar, aplicar y evaluar sistemas de capacitación y desarrollo -- así como actividades de instrucción.

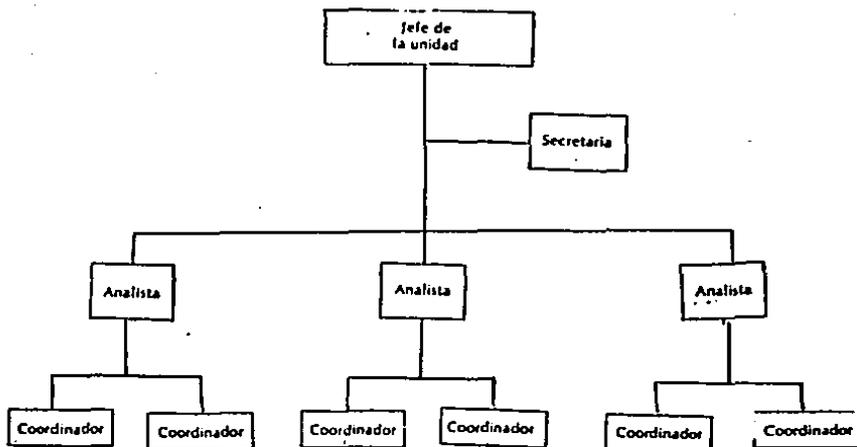
3.-Coordinador; que realiza actividades de apoyo y coordinación para los programas de capacitación.

El requerimiento del puesto en cuanto a escolaridad es: Educación media superior.

4.-Secretaría.

A continuación se presenta el organigrama del Departamento de Capacitación y Desarrollo.

## ORGANIGRAMA DEL DEPARTAMENTO DE CAPACITACION Y DESARROLLO.



## 3.5.3 El Proceso de Capacitación.

La capacitación consiste en una actividad planeada y basada en necesidades reales de una empresa y orientada hacia un cambio en los conocimientos, habilidades y actitudes del colaborador.

Hay que destacar dos puntos básicos en materia de capacitación:

- 1.-Las organizaciones en general deben dar las bases para que sus colaboradores tengan la preparación necesaria y especializada que les permite enfrentarse en las mejores condiciones a su tarea diaria.

2.-La capacitación es el mejor medio para alcanzar los niveles de moti-  
vación y productividad.

Se debe tener presente que para que la capacitación sea realmente un medio eficaz, tiene que ser un sistema ordenado que se aplique a -- solucionar los problemas de la organización y alcanzar los objetivos -- de la empresa. Para poder cumplir con lo anterior, la capacitación ti-  
ne que apoyarse en una cuidadosa y continua investigación (no debe ser int-  
uitiva) y debe perseguir básicamente, generar, incrementar y modifi-  
car los conocimientos habilidades y actitudes de todo el personal de-- la organización.

Dentro del proceso administrativo de la capacitación se identi-  
fic-an las siguientes fases:

#### Presentación del Proyecto.

Consiste en la presentación del planteamiento general del proble-  
ma, el objetivo del futuro programa de capacitación y los procedimien-  
tos para la consecución de éste.

En esta primera fase se establece el compromiso formal entre el -- área usuaria y el departamento de capacitación de la empresa para la-- consecución del programa.

#### Presentación del Programa.

Se inicia con una apropiada y eficiente detección de necesidades, dichas necesidades se definen como:

"Aquellas temas, conocimientos y habilidades que deben ser apre-

dados, desarrollados y modificados, para mejorar la calidad del trabajo y la preparación integral del individuo en tanto colaborador en una organización".(72)

Una vez detectadas las necesidades el departamento de capacitación deberá establecer clara y objetivamente su misión en relación al problema tratado es decir, objetivos generales, metas, políticas, la filosofía y valores que influirán en las acciones a realizar.

Como producto de todo lo anterior se da el establecimiento del programa de capacitación que se define como: "Parte de un plan que contiene en términos de tiempo y de recursos y de manera pormenorizada las acciones de capacitación y adiestramiento." (73)

Un programa está a su vez constituido por cursos que se definen como: "El conjunto de actividades de enseñanza-aprendizaje para la adquisición o actualización de las habilidades y de los conocimientos relativos a un puesto de trabajo".(74)

#### Operación de los Programas.

"Son las actividades que permiten la aplicación del programa y el logro de los objetivos del mismo".(75)

La operación es una de las fases más importantes en el proceso de

---

72) SILICEO op. cit., 58

73) UCECA, Manual de Capacitación, 29

74) ibidem., 50

75) FERRER, Tópicos para Instructores de Empresa, 59

la administración de los programas, ya que es la ejecución la que dará la imagen de acción del departamento de capacitación y desarrollo.

#### Control del Programa.

Consiste en una serie de acciones evaluatorias que coadyuvan a eliminar al máximo posible los problemas de la operación de los programas.

Dentro de esta serie de acciones evaluatorias se pueden considerar; el folleto del programa, el protocolo de inauguración y clausura, el control de asistencia, informe de actividades del curso etc.

#### Evaluación.

Esta fase del proceso de capacitación y desarrollo se define como: "La forma de medir la eficacia y resultados de un programa educativo y de la labor del instructor, para obtener la información que permita mejorar habilidades y corregir eventuales errores".(76)

#### Seguimiento.

Esta acción pretende evaluar el grado de permanencia de la acción capacitadora y detectar acciones futuras.

Dicho seguimiento se efectuará a través de el establecimiento de un sistema de intercomunicación posterior al curso entre el tercero y cuarto mes con el fin de investigar directamente si se registran com-

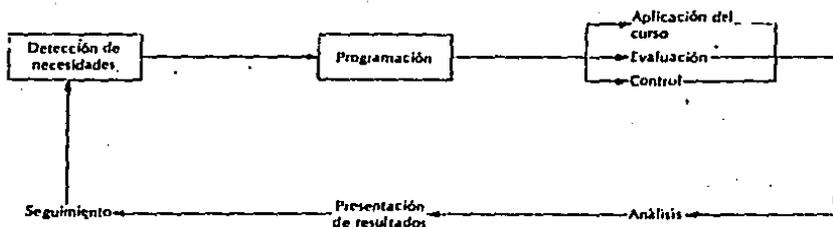
---

76) SILICEO op. cit., 105

bias en la personalidad del sujeto.

Esta última fase concluye con la presentación de resultados del programa que marca el fin del proceso administrativo de la capacitación; que se presenta a continuación en forma esquematizada:

#### PROCESO DE CAPACITACION.



Es importante resaltar el papel que juega el instructor para la consecución del éxito en toda programación de capacitación; ya que pueden existir las mejores condiciones para la instrucción (edificio, mobiliario, equipo, instrumentos, métodos, etc.) pero si el instructor falla y no es aceptado todo inútil y con toda seguridad habrá un fracaso.

En conclusión la función educativa de la empresa no debe limitarse a impartir conocimientos, sino que debe perseguir como objetivo esencial: la formación cultural e integral del capacitando.

Una vez que se ha analizado que es la capacitación, la integración del departamento de capacitación y su ubicación en la empresa y el proceso a través del cual se lleva a cabo dicha función; se puede afirmar que la preparación para la jubilación puede ser integrada como un objetivo más de la función educativa de la empresa, la cual es

llevada a cabo por el área de administración de recursos humanos.

Dicha función se puede manifestar en tres modalidades: Adiestramiento, capacitación y desarrollo.

Dado el objetivo de la preparación para la jubilación, esta puede insertarse en lo que es desarrollo de personal, ya que a través de ella se pretende el crecimiento integral del prejubilado brindándole así la posibilidad de adaptarse y triunfar en la nueva vida que implica la jubilación.

Específicamente dentro de lo que es desarrollo de personal, la preparación para el retiro se ubicaría dentro de la integración de la personalidad, a través de la cual se busca mejorar las actitudes del sujeto hacia sí mismo. (\*)

Entre las funciones de la actual administración de personal se encuentra: La planeación de vida y carrera que se define como:

"Una actitud, arte, disciplina de conocernos a nosotros mismos, detectar nuestras fuerzas y debilidades y proyectar autodirigiendo nuestro destino hacia un funcionamiento pleno de capacidades, motivación y objetivos que animan nuestra vida personal, familiar, de trabajo y social".(77)

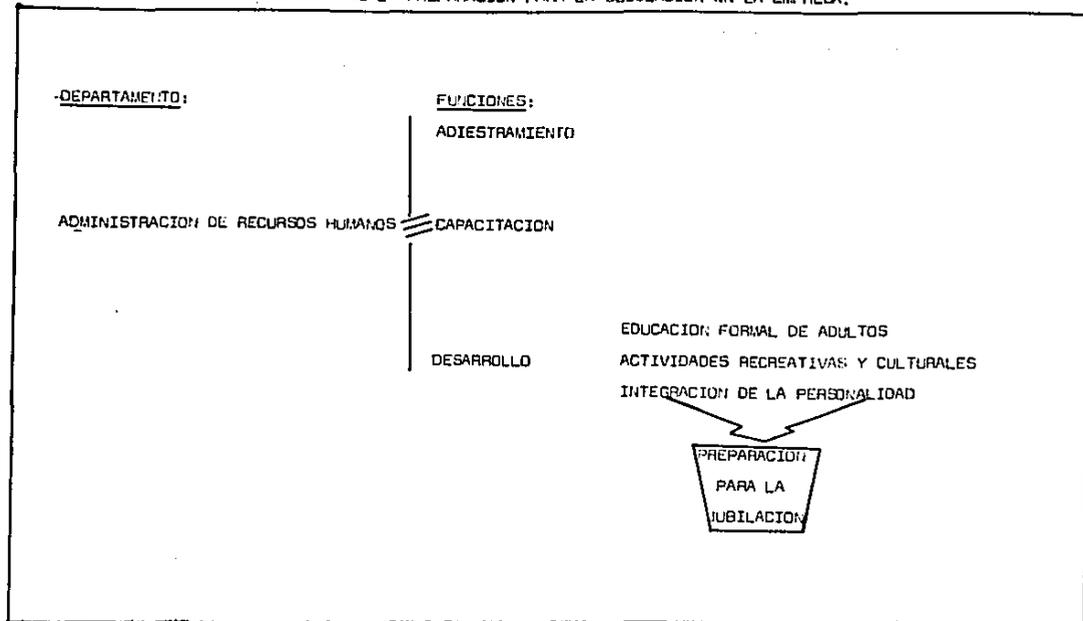
Una planeación de vida es lo que se busca que realice el prejubilado ya que la finalidad de la preparación para el retiro es enfrentar al futuro jubilado con su realidad, conscientizarlo de sus posibi-

---

\*) Ver cuadro: Ubicación de la Preparación para la Jubilación en la empresa, 143

77) CASARES ARANGOIS, Planeación de Vida y Carrera, 45.

UBICACION DE LA PREPARACION PARA LA JUBILACION EN LA EMPRESA.



lidades, limitaciones, intereses, motivaciones etc. y que con base en esto fije objetivos y metas a alcanzar en la etapa de la vida poste--rior a la jubilación; y así mismo que determine las actividades y accio--nes, que lo conducirán a realizar dichos objetivos con lo que conseguirá dar un significado y un sentido a su vida.

Con todo lo previamente analizado se puede afirmar que está al --alcançe de la empresa proporcionar a sus trabajadores una preparación para el retiro.

### 3.6 Educación para la Jubilación.

Una vez que se ha analizado lo que es la capacitación y el dese--rollo de personal y obtenido información sobre la necesidad naturale--za y proceso de la capacitación; y con esto la posibilidad de que la --educación para la jubilación sea impartida dentro de la empresa. Se --determinarán cuales son los objetivos de la educación para la jubila--ción y los elementos que deben tomarse en cuenta para proporcionarla.

#### 3.6.1 Objetivos de la Educación para la Jubilación.

Como se ha manifestado en numerosas ocasiones en esta investiga--ción la jubilación se presenta acompañada de una serie de cambios que afectan a todas las esferas de la vida del individuo. En primer lugar es necesario reorganizar la jornada diaria ya que los horarios de tra--bajo, descanso etc. idénticos durante años, al cambiar radicalmente --

la situación de vida resulten inadecuados trayendo como consecuencia una perturbación en el equilibrio físico y psicológico de la persona, por lo tanto deben ser modificados.

En referencia a las condiciones de la vida social se produce tanto una ruptura en las relaciones profesionales como un cambio en la naturaleza de dichas relaciones (porque el jubilado ya no comparte -- los mismos problemas o aspectos de trabajo con sus excompañeros) se presenta también dentro de la esfera social una modificación radical en las relaciones hogareñas con el otro cónyuge, porque ahora se cuenta con más tiempo para convivir lo que ocasiona una perturbación en el equilibrio afectivo.

En la esfera económica también aparecen modificaciones, el individuo de productor y consumidor se convierte solo en consumidor en estado puro, esto ocasiona un desequilibrio en las relaciones del jubilado con la sociedad en general.

Con respecto a el aspecto financiero se presenta una disminución en los recursos económicos que repercute en la vida fisiológica y psicológica del individuo.

En cuanto a la vida cultural y el ocio, el retirado pasa de una situación con poco tiempo para dedicar a las distracciones, a otra con mucho tiempo libre que si no se sabe utilizar repercute también en el equilibrio del sujeto.

Es importante aclarar que gran parte de los desajustes producidos en la persona a consecuencia de la jubilación son causados por la influencia que ejerce la imagen deteriorada que tiene el retirado en la sociedad contemporánea; dicha imagen se basa en los valores actuales y en los prejuicios que se tienen respecto a la jubilación.

Con base en todo lo anteriormente expuesto se puede establecer -- que los objetivos de la educación para la jubilación deben ser los si- guientes:

**Objetivo General:**

Proporcionar al prejubilado los elementos teórico-prácticos nece- sarios para el logro de una vida plena en los aspectos: Fisiológico, --- psicológico y social.

**Objetivos Particulares:**

- 1) Presentar al prejubilado un análisis de las repercusiones biopsico sociales que trae consigo el retiro, con base en los valores de la sociedad contemporánea.
- 2) Dar a conocer a las personas próximas al retiro el verdadero signi- ficado de la jubilación.
- 3) Concientizar a los próximos jubilados de la necesidad de mantener una ocupación durante el retiro.
- 4) Proporcionar las múltiples alternativas que trae consigo la jubilación.
- 5) Orientar al prejubilado en el desarrollo de un plan de vida futuro.

Es conveniente aclarar que éste último objetivo es justo el que marca la diferencia entre el curso que se propone en el presente tra- bajo y los ya existentes.

El llevar a cabo la educación para la jubilación dentro de la ---

propia empresa no solo enaltecería la imagen de la organización ante sus empleados, ni respondería únicamente a la realización de valores como el agradecimiento, la lealtad, etc. hacia aquellos que han dejado treinta años de su vida en una organización contribuyendo al logro de los objetivos de la empresa.

Aún atendiendo a razones puramente materiales, a la empresa le beneficia el proporcionar este tipo de preparación a sus empleados, ya que a través de estudios se ha comprobado que conforme se va acercando la fecha de jubilación, la productividad del trabajador decrece debido a que frente a ellos el futuro se presenta incierto.

A partir de tres a cinco años antes de su jubilación, los - ejecutivos, supervisores y empleados, en la mayoría de los - casos tiende a disminuir el rendimiento y eficacia en sus puestos de trabajo y en función de la amenaza que el cambio y su retiro trae consigo, se obstaculizan muchos de los nuevos retos que las personas y las empresas perciben. (78)

---

78) CASARES ARANGOIS op.cit., 56

### 3.6.2 Elementos Requeridos en la Educación para la Jubilación.

Como se ha expresado anteriormente a lo largo de la presente investigación, el retiro hace pasar al hombre de la vida profesional, durante la cual el trabajo se concibe como la virtud cardinal, al estado de descanso obligatorio ya sea libremente consentido o impuesto; esta situación produce una perturbación del equilibrio mental y fisiológico (que difiere en grado de una persona a otra según las características individuales de cada sujeto).

Esto ocasiona que la mayoría de los retirados perciban a la jubilación como un cambio negativo, es ilustrativo de este hecho un estudio psicofisiológico realizada en París mediante encuestas aplicadas a 264 personas (129 hombres y 135 mujeres) los resultados de este estudio aportan los siguientes datos:

- Una cuarta parte percibía a la jubilación como un cambio positivo e incluso como algo a lo que ya se han acostumbrado.
- El 10% manifestaba una opinión mitigada.
- El 42.9% consideró a la jubilación como un cambio negativo. (79)

De este estudio también se encontró que las tres grandes causas de insatisfacción son:

- Los motivos de orden económico.
- Las insatisfacciones ligadas a la ociosidad.
- Las insatisfacciones ligadas a la soledad.

Todo cambio en la vida definitivamente exige adaptarse a una situación y como tal supone problemas, demanda cierto ajuste y reorientación; exige abandonar comportamientos, obligaciones y derechos anteriores y así asumir nuevos deberes, tareas y derechos.

El éxito en la adaptación al cambio que supone el retiro depende de la actitud que se tenga frente a la jubilación y del grado de preparación alcanzado para vivirla.

Decisivamente la idea de que la vida no vale la pena cuando se ha dejado el trabajo es absolutamente falsa; y ha sido refutada por numerosos estudios que revelan que no necesariamente los jubilados pueden y deben permanecer retirados y alejados de la sociedad, sino que por el contrario, necesitan continuar activos en campos relacionados con inclinaciones que han tenido durante toda su vida, o bien cultivando nuevas aficiones o volviendo a aquellas que antes no pudieron realizar.

Lo importante es tener presente que el objetivo de la jubilación es:

"Seguir rindiendo pero sin tener que hacer tanto como en la primera parte de la vida y con más oportunidades de hacer lo que a uno le interesa en vez de lo que le interesa a la empresa". (80)

Una estrategia defensiva para la jubilación consiste por tanto en:

- Tomar conciencia de que no se trata de volver a hacer lo que se hacía antes o de un descenso de la actividad anterior, sino más bien -

de una segunda y distinta vida.

- Tener preparado con anticipación lo que se va a hacer (se considera que la edad idónea para iniciar la preparación para la jubilación es a los cuarenta y cinco años aproximadamente) y comenzar a practicar dicho programa también mucho antes de que se presente la jubilación.
- Si se tienen problemas lo más recomendable es no enfrentarse a ellos solo, ya que una operación a nivel grupo llevada a cabo por personas jubiladas o a punto de jubilarse tiene más amplia base que el esfuerzo individual.

Un eficaz medio que contribuye a la mayor adaptación de la persona a la nueva vida que implica la jubilación y así mismo brinda orientación e información al futuro jubilado para establecer su propio y personal programa de vida al darse el retiro, son los cursos de preparación para la jubilación.

Respecto a estos cursos es importante aclarar que no sólo deben orientar al jubilado para que éste logre la satisfacción de las necesidades primarias (casa, vestido y sustento) sino que fundamentalmente se debe buscar que a través de ellos el jubilado se considere a sí mismo y busque ser un hombre con posibilidades de continuar realizándose y actuando como factor dinámico de sí mismo participe y agente de su destino, así como miembro activo de la sociedad a la que pertenece.

Para tal efecto Lara Moreno (1982) sugiere que la temática de los cursos debe girar en torno a tres focos de interés:

- a) Salud

b) Recursos.

c) Integración social.

### Salud.

El tema de salud ofrece la posibilidad de disipar aquellos malos entendidos, cuyas consecuencias pueden ser temibles. Es importante deshacer el equívoco por el que se piensa que jubilación es sinónimo de envejecimiento y a su vez este es una enfermedad.

Al hablar de salud se muestra como el retiro no es sinónimo de envejecimiento; ya que la jubilación es un hecho cronológico fijo mientras que el envejecimiento es un proceso continuo cuyas manifestaciones son distintas según los individuos, se debe informar también sobre la importancia de la salud para el mantenimiento de una vida social activa y para el desarrollo de una actividad que sirva de terapia ocupacional. Dentro del tema salud no deben perderse de vista los aspectos psicológicos que tienen gran incidencia en la persona.

Es muy importante en el marco de la preparación al retiro llamar la atención sobre las investigaciones recientes según las cuales las aptitudes intelectuales y psicosomáticas no disminuyen forzosamente en función de la edad, sino que con ejercicio cotidiano y cuidando la condición física del sujeto pueden conservarse en buenas condiciones permitiendo una vida satisfactoria. No debe olvidarse que la disminución de las facultades físicas, la lentitud de reacción son compensadas con frecuencia por la experiencia, habilidad, rectitud de juicio que caracterizan a las personas mayores.

En cuanto a la salud, es importante que se abandonen los hábitos perjudiciales y sustituirlos por hábitos saludables, dentro de estos —

puoden contarse los siguientes:

- Cambio de hábitos alimenticios con resultados positivos, en cuanto a la dieta lo más idónea es que ésta sea personal ya que cada organismo tiene sus peculiaridades.
- Cese de la automedicación y de la excesiva dependencia de medicinas.
- Vacunación a tiempo contra los resfriados y la gripe.
- Aceptación de regímenes eficaces sobre todo cuando lo reclama una deficiencia funcional.
- Programa de ejercicio físico desarrollada con fidelidad e incluso participando en actividades de grupo. (81)

En fin, no se debe jugar con la salud porque es en la tercera edad en donde se sufren las consecuencias de una vida desordenada.

En cuanto a la preparación psicológica se debe partir de la base de que la jubilación es un acontecimiento en el que hay que reflexionar seriamente ya que todo lo nuevo requiere esfuerzo, todo esfuerzo requiere entrenamiento y todo entrenamiento debe ser progresivo y por lo tanto debe programarse algunos años antes de que llegue la jubilación; el sujeto debe cuestionarse sobre los siguientes aspectos:

- ¿Cómo veo mi retiro?
- ¿En qué situación económica me encontraré?

---

81) LARA MORENO, Triunfar en la Tercera Edad, 146.

- ¿Me gustan las actividades manuales o prefiero las de oficina?
- ¿Soy feliz cuando tengo muchas relaciones sociales?
- ¿Me gusta asumir responsabilidades?
- ¿Considero detenerme a hacer algo por los demás?
- ¿Cómo concibo mi familia mi retiro?
- ¿Debo tener actividades externas en lugar de pasar en casa todo el día?
- etc.

El plantearse estas preguntas contribuirá a determinar las aspiraciones futuras y los gustos. Con base en esto se puede preparar un programa equilibrado para la jubilación teniendo a la vista:

- Una actividad individual y otra colectiva.
- Una actividad al aire libre y una diversión interior.
- Un desgaste físico y una distracción de descanso. (82)

En cuanto a los hobbies siempre hay que tener presente que: "Son buenos si representan una parte de la personalidad que no ha sido expresada antes, pero para la mayoría de la gente es mejor un trabajo que incida sobre la sociedad". (83)

Lo que debe evitarse es el ocio que difícilmente permitirá realizar una vocación, o descubrir nuevas posibilidades.

Es importante tomar en cuenta que:

---

82) BIZE op.cit., 208.

83) COMFORT op.cit., 180;

"Existe una estrecha relación entre la salud y la vida activa, - sin salud las actividades para participar en la vida activa de la comunidad disminuyen o desaparecen y sin amistades, compañeros y un propósito en la vida no se encuentra razón alguna para mantenerse en - buen estado de salud". (84)

En cuanto al aspecto intelectual es necesario ejercitar la mente ya que una mente ociosa se debilita, en cambio una mente curiosa y viva da confianza, optimismo, ganas de actuar, apertura a los demás, etc. La tercera edad es el momento de trabajar en un tema de cultura o algún - interés de tipo espiritual para mantener activo al cerebro.

#### Recursos.

Este capítulo tiene una doble vertiente: Recursos económicos y - recursos personales.

#### Recursos Económicos:

Es importante informar a las personas cercanas a la jubilación - acerca de como se determina y cual es el monto de sus futuras pensiones para la mejor inversión del patrimonio del que se dispondrá, los gastos que se han de considerar, los cuales se clasifican en dos categorías (Bize, 1973):

- 1) Las inversiones que deben efectuar dentro de las cuales se incluyen: Vivienda, automóvil, aparatos domésticos, etc.
- 2) Los gastos de consumo que incluyen la alimentación el vestua-

rio y el ocio. En ninguno de estos tres renglones se debe esce  
timar, ya que en cuanto a la alimentación es necesaria una dig  
ta adecuada y el ocio es indispensable para el equilibrio psí  
quico del jubilado, es decir hay que disponer parte del presu-  
 puesto para viajar, asistir a espectáculos, etc.

También hay que considerar que el presupuesto con el que se cuen  
ta puede ser incrementado a través de recursos suplementarios como -  
 son:

a) Las inversiones.

b) El trabajo suplementario: El cual debe ser adaptado a las ca -  
 racterísticas de la persona y en muchas ocasiones no solo re-  
 presenta un beneficio económico sino también psicológico por-  
 que provoca un sentimiento de utilidad y servicio en el jubi-  
 lano.

Recursos Personales:

Que son tan importantes como los económicos. Permiten una buena -  
 relación con los demás y un equilibrio y estabilidad en la persona.

Entre estos recursos, se puede contar:

- La cultura: El descenso de los ingresos que para la gran mayoría de-  
 los jubilados representa el paso al retiro puede ocasionar una dis  
minución en las salidas durante los fines de semana e incluso pue-  
 den repercutir negativamente en las salidas habituales a espectácu-  
 los artísticos. Esto puede compensarse fácilmente con un incremento-  
 de la actividad cultural, visitar museos, galerías de arte y ciertos-

espectáculos culturales que en México suelen ser accesibles en precio o bien gratuitos.

- La lectura; Que permite mantenerse al día porque proporciona información sobre grandes temas de interés tanto a nivel nacional como internacional y aún más, el jubilado ahora cuenta con suficiente tiempo para leer con detenimiento y atención, en una palabra, disfrutar - la lectura. Este caudal de información nueva obtenida a través de la lectura le permitirá a la persona el dominio de temas actuales, lo cual facilitará su comunicación con el resto de las personas.

- La música.

- etc.

#### Integración Social.

Dentro de este tema es necesario desarrollar todo lo relativo a las diversas relaciones que configuran el status del jubilado, posición que ocupa en la pirámide social, situación familiar, actividades asistenciales, sindicales, etc.

Un aspecto relevante en todas las etapas del ser humano pero sobre todo en la tercera edad por la tendencia al aislamiento es el de la comunicación. Paradójicamente a pesar de que vivimos en la era de las comunicaciones, el hombre actual tiene más problemas que nunca para comunicarse con sus semejantes más inmediatos, el hombre de la tercera edad siente más que nadie este problema ya que por su madurez está en una fase de la vida en la que le corresponde comunicar sus conocimientos y afectos, por lo tanto es importante (si aún no se tiene) desarrollar la inquietud por saberse comunicar activamente no limitarse

a ser receptor pasivo, es además importante que sea una comunicación - creativa que consiste en poseer la gracia, novedad y curiosidad que ca racteriza al buen conversador como emisor y como receptor.

La familia es un factor muy importante en la reintegración so - cial del individuo, ya que la armonía y el equilibrio en la esfera pri vada pueden amortiguar el efecto de los factores perturbadores profe sionales o no dejar que prevalezcan en las vivencias individuales.

Ante el problema de la reinserción social el club se presenta co mo una ayuda muy eficaz; este es un campo de actividad ideal para de - mostrar aptitudes, recursos y ampliar el campo de las relaciones perso nales.

Entre las causas de éxito de un club se pueden mencionar las si - guientes:

- 1.- En la mayoría de los casos obedecen a iniciativas de sus mismos - socios o éstos lo controlan como autogestores y también como autg animadores.
- 2.- Reciben la ayuda de un servicio social y cultural competente.
- 3.- Forman parte de asociaciones con las que las personas asumen res - ponsabilidades.
- 4.- Desarrollan un conjunto de actividades que potencian una reinser - ción dinámica y variada como son:
  - Invitación regular a personas de fuera del club a visitarlo o a dar conferencias o demostraciones en él.
  - Cuadro de actividades culturales desarrolladas a diversos nive

los.

- Programas de ejercicios físicos realizados en el interior (gimnasia, yoga, etc.) o en el exterior (marchas de oxigenación, etc.).
- Servicio de visitas a domicilio a miembros del club enfermos, a otras personas o visitas al hospital.
- Participación activa en el mantenimiento del club y sus instalaciones.
- Organización de viajes o programa de vacaciones.

Recomiendo estas características y otras más, el club funciona - bien porque tiene la capacidad de proporcionar aliciente a los más variados intereses.

Es importante aclarar que un club no puede limitarse a ser un lugar de distracción tan solo, ni un lugar de reunión de anti-jóvenes o anti-adultos, un club de jubilados debe estar preparado para recibir a adultos y a jóvenes y permitir encuentros intergeneracionales.

Incluso el organizar dicho club en caso de que no exista sería una excelente actividad, con gran proyección social.

El jubilado también podría dedicarse a prestar su ayuda a los servicios asistenciales de su lugar de residencia, a programas de extensión cultural, educativos (alfabetización), como voluntario en diversas instituciones.

El juego ya sea de salón o de exterior no solo puede ayudar a matar el tiempo, sino que tiene muchas ventajas entre ellas están las siguientes:

- Es una manera de hacer nuevas amistades.

-A través de él se conserva el espíritu de emulación y de competición.

-Preserva el gusto por superarse.

-Mantiene la deportividad.

-Desarrolla el espíritu de equipo.

"No dejamos de jugar porque envejecemos sino que envejecemos por que dejamos de jugar". (85)

Interesarse por las artes es otra alternativa ya que estas constituyen una excelente ocupación: La música, tocar un instrumento, dibujar, la escultura, el grabado, la cerámica, la fotografía, el bordado, la danza, etc.

Hacer colecciones de toda clase, puede constituir la base de ocupaciones agradables y equilibradas, de hecho todo hombre tiene la necesidad fundamental de reunir objetos.

Todas estas actividades cuando se practican con una misma constancia y dedicación tienen una virtud especial: La de apoderarse del interés y convertirse en auténticas nuevas vacaciones.

Uno de los criterios que pueden considerarse para la elección de la actividad a realizar por el jubilado puede ser inspirarse en los sueños profesionales no realizados, incluyendo una formación profesional nueva siempre que esta solución sea posible.

Otra alternativa consiste en que las personas que hayan experi -

---

85) BIZE op.cit., 208.

mentado un alto interés por su oficio o profesión anterior puedan dedicarse a actividades cercanas a éste, como por ejemplo ser supervisores o asesores en las empresas a las que prestaron sus servicios.

No se puede negar que el presupuesto de gran parte de los jubilados se ve reducido al separarse del mundo profesional, situación que los conduce a requerir trabajar nuevamente, es importante por lo tanto manifestar los resultados obtenidos en numerosas investigaciones respecto a las posibilidades de trabajo que existen más allá de los sesenta y cinco años, a saber:

1.- El empleo de las personas mayores ofrece ventajas como:

- a) Manifiestan mayor cuidado, regularidad y paciencia que garantizan una mejor calidad.
- b) Observan cierta preocupación por economizar las materias, tienen un mayor cuidado en el manejo de máquinas y herramientas y mayor estabilidad en la empresa.

2.- En cuanto a la tasa de accidentes de trabajo, es menos elevada en igualdad de circunstancias en los trabajadores mayores que en los jóvenes.

3.- La capacidad de trabajo permanece hasta una edad muy avanzada.

4.- En cuanto al rendimiento, estudios estadísticos han revelado que no parece que disminuya antes de los treinta o cuarenta años, después de esta edad se da una disminución lenta pero sin caída brusca. (86)

Es importante manifestar en cuanto a la preparación para la tercera edad, que no solo es organizar en forma dirigida las ocupaciones de las personas de edad con base en reglamentos que impongan una manera determinada de utilizar el tiempo:

Si bien la sociedad puede y debe modificar ciertas estructuras de la vida social y actuar sobre presenescientes y senescentes son también ellos mismos los que deben trabajar por crear más condiciones favorables de modo que el individuo que envejece pueda elegir la forma de vida más conveniente a su personalidad. (87)

---

87) DIAZ, La Última Edad, 199.

## CONCLUSIONES.

La educación es el perfeccionamiento de las facultades específicamente humanas: Inteligencia y voluntad (entre otras). A través de ella, el hombre es enfrentado con su realidad obteniendo un conocimiento de sí mismo, de sus posibilidades y limitaciones, situación que le permite salir airoso de todos los cambios que se presentan en su vida.

La educación es permanente, el hombre sin importar su edad siempre está abierto para adquirir nuevos conocimientos y para su crecimiento personal; porque la belleza, la bondad y el bien son infinitos la inteligencia y la voluntad nunca llegan a saciarse por lo tanto se puede afirmar que la educación nace con el hombre y concluye con su vida; la ciencia que se encarga del estudio de el fenómeno educativo es la pedagogía la cual dota de los conocimientos adecuados al pedagogo para conducir al hombre a su perfección.

La educación es vital para el hombre, este necesita de ella para lograr su realización y una vida más humana. Desde la infancia hasta la adultez el hombre cuenta con medios e instituciones que le proporcionan dicha educación.

Durante la vida activa el sujeto recibe esta educación en la empresa a través de la función de capacitación y desarrollo; pero al llegar a la tercera edad cuyo inicio se considera se da con la jubilación el sujeto se encuentra sólo y privado del tipo de educación adecuada que le permita realizarse dentro de sus posibilidades y limitaciones; aunque en México existen instituciones concretamente el INSENI, ISSSTE e IMSS, que tratan de ayudar a solucionar los problemas a los que tiene que enfrentarse el hombre de la tercera edad como es la jubilación, -

los servicios prestados por dichos organismos no benefician más que a una parte de la población de jubilados del país. Por tal motivo se propone que sea la empresa misma quien proporcione la educación para el retiro beneficiando así a un mayor porcentaje de personas, esto como ya se determinó no es una utopía puede ser una realidad, ya que la empresa cuenta con los recursos humanos suficientes, así como los recursos económicos para brindar la preparación para el retiro que permitirá evitar que la vida de quienes tanto han aportado a la organización sea inútil y pierda todo sentido al concluir la actividad laboral sino que por el contrario continúen desarrollándose y realizándose plenamente como personas y como miembros de una sociedad.

**CAPITULO IV: DISEÑO DE UN PROGRAMA PREJUBILATORIO:  
"JUBILACION PLENA A TRAVES DE LA PLANEACION DE VIDA"**

Con base en la información analizada a lo largo de esta investigación, se puede afirmar que la jubilación puede adquirir dos aspectos:

1) Puede ser la oportunidad de continuar desarrollándose en todos sentidos, avanzando así en el camino que conduce a la perfección a la cual debe tender todo hombre, a través de:

- a) Un redescubrimiento de sí mismo, de las propias capacidades, límites, aptitudes, intereses, vocaciones, etc.
- b) De seguir siendo ciudadanos responsables y activos que contribuyan al desarrollo de la sociedad a través de nuevos acci--ones y aportando los conocimientos y experiencias adquiridos-- al paso de los años sirviendo así de ejemplo y apoyo para las generaciones de jóvenes y niños.

2) O bien por el contrario la jubilación puede presentarse como un hecho desagradable y negativo en la vida del hombre causa de conflictos psicológicos, físicos y sociales, que pueden conducir a la --muerte misma y que se manifiestan por:

- a) La actitud negativa presentada frente al retiro debido a la--serie de prejuicios que giran en torno de este acontecimiento y que se sustentan en una información deficiente o deformada-- acerca del verdadero significado de la jubilación y sus posi--bilidades; así como en los valores que rigen a la sociedad --contemporánea que llevan a exaltar a la juventud, al dinero,

a la productividad y al trabajo; pero no en sentido amplio, es decir como aquella actividad indivisa entre la inteligencia,-- voluntad y cuerpo realizada con un fin determinado; sino como aquella actividad llevada a cabo en una institución u organización y cuyas funciones quedan delimitadas por un contrato.

- b) La incapacidad del sujeto para desarrollar nuevas actividades e intereses en las que puede invertir todo el tiempo libre del que ahora dispone, situación que lo conduce al tedio, al aburrimiento, a la apatía, al aislamiento y a la pérdida de un sentido para vivir.

Lo que marca la diferencia entre un aspecto y otro es el grado de educación y preparación alcanzada para vivir esta nueva etapa de la vida. Ya que a través de la educación y la ciencia que se encarga de su estudio, la Pedagogía, se busca desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales de cada persona, con base en las características individuales de cada ser y en general conforme a la naturaleza y fines del hombre.

A través de la educación se busca capacitar al individuo para -- actuar conscientemente frente a nuevas situaciones de la vida, como la jubilación, aprovechando su experiencia anterior y con base en el conocimiento de lo que debe hacer, porque debe hacerlo y como debe hacerlo.

Dicha educación para la jubilación como en todas las etapas de la vida del hombre, debe ser integral y no estar enfocada solo a la adquisición de conocimientos, sino a una modificación de actitudes y hábitos.

Definitivamente el tiempo libre del que dispone la persona al --

derse el retiro es mayor que en la etapa de trabajo, por lo tanto, es te se presenta como uno de los aspectos más apremiantes a resolver ya que si no se invierte el tiempo libre, en actividades de interés para el sujeto, puede convertirse en una fuente de tedio y aburrimiento — causu de desajustes psicológicos como: Neurósis de la desocupación, — ansiedad, depresión, sentimiento de inutilidad, así como desajustes — sociales y físicos.

Es importante que el jubilado desarrolle actividades que lo mantengan en contacto con la sociedad y que le permitan seguir siendo — útil, lo cual evitará que se aisle y que su vida social se vea dete-- riorada.

Debido a esto es conveniente que la preparación para la jubila-- ción no se oriente sólo a dar a conocer al prejubilado los diferentes aspectos que engloban a la jubilación, sino que lo concientice de la necesidad de mantenerse activo siempre; y que además se le asesore y oriente en la elaboración de un plan de vida que deberá poner en prác-- tica antes de que se presente la jubilación de tal manera que al dar-- se esta la persona no se encuentre de pronto con las manos vacías, si-- no que ya tenga definida su nueva vida con actividades sistemáticas y significativas como lo era el trabajo.

Por todo lo anteriormente expuesto se propone el siguiente curso de preparación para la jubilación titulado: "JUBILACION PLENA A TRAVES DE LA PLANEACION DE VIDA" considerando que este curso puede ser impar-- tido en la empresa misma haciendo uso de los recursos materiales y hu-- manos de los que dispone.

La presentación del curso antes mencionado, tiene dos partes: --

- a) Estructura del Curso: En donde se expondrán la justificación, los objetivos, el contenido, el desarrollo del curso, los elementos de operación y formas de evaluación.
- b) Aplicación del curso: En donde después de haber impartido el curso en alguna institución se establecerán las características generales de los participantes (población) se definirá el lugar de la presentación del curso, se dará a conocer el procedimiento y finalmente se expondrán los resultados obtenidos, tanto en el aspecto didáctico como en cuanto al aprovechamiento del grupo.

#### 4.1 Estructura del Curso.

##### Justificación.

Es evidente que la jubilación se presenta como un cambio radical en la vida del hombre originando alteraciones físicas, psicológicas y sociales que en la mayoría de las ocasiones, pueden paralizar y conducir al aislamiento y en no contados casos a la muerte, a sujetos sanos tanto física como mentalmente y por lo tanto capaces de una vida plena y realizadora. No es que la situación anteriormente expuesta se presente inevitablemente en todos los casos pero desafortunadamente si en la mayoría, esto se debe a un desconocimiento del verdadero significado de la jubilación; a la influencia de los prejuicios sociales que se desprenden de dicho desconocimiento con respecto al retiro así como a la ausencia de una planeación del curso que tomará la vida al concluir las actividades laborales; de esto se desprende la necesidad de elabo-

rar e impartir cursos que tengan como objetivo la preparación al retiro.

En el presente curso, se pretende no sólo proporcionar información al prejubilado acerca de los distintos aspectos que engloban a la jubilación (legal, psicológico, social, físico) sino que el objetivo principal es que con base en esa información, conscientizarlo de la importancia de planear su vida futura y orientarlo para que lleve a cabo dicha planeación, buscándose también el motivarlo para que ponga en práctica lo planeado a la mayor brevedad posible, lo cual es vital para evitar que la jubilación se presente como un duro golpe y lograr una rápida adaptación a la nueva vida. A través de este objetivo, se establece la diferencia entre el presente curso y los ya existentes; en los cuales sólo se proporciona información global sobre la jubilación pero no se orienta al prejubilado en la planeación de su nueva vida, lo cual permitirá minimizar o evitar los desajustes biopsicosociales consecuentes al retiro.

#### Objetivos del Curso.

##### A. Objetivo General:

Motivar al prejubilado a planificar su vida personal y actividades posteriores a la jubilación a través de:

- a) Promover una aceptación positiva y realista respecto a la jubilación.
- b) Descubrir intereses vocacionales y creativos que conduzcan a fijar nuevas metas en la vida.

### B. Objetivos Particulares:

- 1) Dar a conocer la importancia y necesidad del trabajo en la vida del hombre y el significado de este en la sociedad actual.
- 2) Presentar al prejubilado un análisis de las repercusiones biopsico sociales consecuentes al retiro en la sociedad contemporánea.
- 3) Analizar el verdadero significado de la jubilación.
- 4) Concientizar al prejubilado de la necesidad de tener una ocupación durante el retiro y de la importancia de empezar a practicarla con anticipación.
- 5) Proporcionar las múltiples alternativas y posibilidades que trae consigo la jubilación.
- 6) Orientar al prejubilado en el desarrollo de un plan de vida futuro.

### Contenido del Curso.

A continuación se presenta el contenido del curso; el criterio — tomado en cuenta para la clasificación y presentación de los temas es ir de lo particular a lo general, de tal manera que en lugar de partir de la conclusión final, a través del desarrollo de los temas se van — ofreciendo a los participantes los elementos que les permitan ir induciendo las conclusiones que les posibilitarán finalmente formarse un — concepto realista y positivo acerca de la jubilación; este procedimiento

to propicia una mayor participación de los asistentes al curso reduciendo esto en un mejor aprendizaje.

Por tal motivo el primer tema a tratar es: Necesidad del Trabajo en la Vida del Hombre; ya que esta actividad es la contrapartida de la jubilación y para comprender porque esta última pueda ser causa de desajustes biopsicosociales es necesario conocer la naturaleza del trabajo y el significado de éste en la vida del hombre, al mismo tiempo este conocimiento abrirá las posibilidades y alternativas del individuo en su vida de jubilado ya que a través de él comprenderá que el trabajo es una actividad inherente a la naturaleza del hombre, vital para su salud física y mental y con un concepto mucho más amplio que el que generalmente se le atribuye en la sociedad contemporánea; por tal motivo, concluirá que jubilación no es sinónimo de inactividad.

El hombre es un ser social por naturaleza y sus valores y actitudes individuales están influidos por los valores y actitudes de la sociedad por lo que posteriormente es importante desarrollar el tema: Jubilación y Sociedad; esto dará la posibilidad de que el prejubilado conozca los prejuicios existentes acerca de el retiro en la sociedad a la que pertenece que deteriora y toma negativa la imagen del jubilado lo cual influye en la aparición de los desajustes biopsicosociales.

El analizar la problemática del jubilado en la sociedad contemporánea hace necesario hablar acerca de: La Realidad de la Jubilación; en todos los aspectos (físico, social, psicológico, etc.) lo cual -- permitirá:

- Desvanecer los prejuicios existentes respecto al retiro.
- Prevenir al prejubilado acerca de los aspectos en los que debe poner atención como son, el tiempo libre, el ocio, etc.

-Analizar las múltiples alternativas y posibilidades que trae -- consigo la jubilación a la vida del hombre.

Los temas tratados con anterioridad prepararán y motivarán a los asistentes al curso para el tratamiento del cuarto y último punto: Planificación de Vida, lo cual permitirá cumplir el objetivo más importante del presente curso, que el prejubilado elabore un plan de vida cuya - práctica permitirá al individuo una vida de jubilado pleno y satisfactoria.

## CONTENIDO.

### INTRODUCCION.

#### I NECESIDAD DEL TRABAJO EN LA VIDA DEL HOMBRE.

- 1.1 Concepto de Trabajo.
- 1.2 Naturaleza del Trabajo.
- 1.3 Realización del Hombre a través del Trabajo.
- 1.4 Significado del Trabajo en la Sociedad Actual.

#### II JUBILACION Y SOCIEDAD.

- 2.1 Problemática del Jubilado en la Sociedad Contemporánea.
  - 2.1.1 Aspecto Fisiológico.
  - 2.1.2 Aspecto Psicológico.
  - 2.1.3 Aspecto Social.

#### III REALIDAD DE LA JUBILACION.

- 3.1 Aspecto Legal de la Jubilación.

- 3.2 Verdadero Significado de la Jubilación.
- 3.3 El Ocio y sus Repercusiones.
- 3.4 Alternativas y Posibilidades del Retiro.
  - 3.4.1 En el ámbito recreativo.
  - 3.4.2 En el ámbito social y cultural.
  - 3.4.3 En el ámbito de servicio.
  - 3.4.4 En el ámbito laboral.

#### IV PLANEACION DE VIDA.

- 4.1 Importancia de la Planeación de Vida.
- 4.2 Concepto y Objetivo de la Planeación de Vida.
- 4.3 Guía para el Programa de Planeación de Vida.
  - 4.3.1 Descripciones Vitales.
  - 4.3.2 Proyectando el Futuro.
  - 4.3.3 Elaboración de Metas y Estrategias.

#### Desarrollo del Curso.

La realización del curso será de doce horas divididas en cuatro días se presenta a continuación un esquema del programa del curso que indica como se desarrollará éste; el proceso que se sigue para la exposición de lo anteriormente mencionado es el siguiente:

Con base en cada objetivo particular, se determina el tema, metodología, actividad, técnica y tiempo a través de los cuales se logrará cada uno de estos objetivos.

## DESARROLLO DEL CURSO

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL
JULIO 27		Presentación del Curso.		-Presentación del Instructor. -Rompimiento de Tensión. -Dar a conocer objetivos, contenido, metodología y duración del curso. -Contestar cuestionario "Trabajo y Jubilación".		Rotafolios Programa del curso.	15'	15'
	Dar a conocer la importancia y necesidad del trabajo en la vida del hombre y el significado de este en la sociedad actual.	Concepto de trabajo. Naturaleza del trabajo. Realización del hombre a través del trabajo. Significado del trabajo en la sociedad actual.	Análítica y Sintética Activa Grupal	-Presentación de los objetivos de clase. -Exposición del instructor. -Participación del grupo a través de técnicas grupales  *DESCANSO*	Lluvia de ideas.	Rotafolios Pizarrón	15' 1:10	30' 1:40
					Phillips 6-6		10'	1:50

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL	
Julio 29	Presentar al pre-jubilado un análisis de las repercusiones biopsicosociales consiguientes al retiro en la sociedad contemporánea.	Problemática del jubilado en la sociedad contemporánea.	Analítica.	Exposición del Instructor.		Expositiva.	Acetatos.	1:10	3:00
		Aspecto fisiológico. Aspecto psicológico. Aspecto social.	Sintética.						
	Analizar el verdadero significado de la jubilación.	Aspecto legal de la jubilación.	Analítica	Presentación de los objetivos de clase.				15'	3:15
		Verdadero significado de la jubilación.	Sintética	Exposición				25'	3:40
Concientizar al pre-jubilado de la necesidad de tener una ocupación durante el retiro y de la importancia de empezar a practicarla con anticipación	El ocio y sus repercusiones.	Activa	del Instructor		Expositiva.	Rotafolios	25'	4:05	

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	-TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL
	Proporcionar las múltiples alternativas y posibilidades que trae consigo la jubilación.	Alternativas y posibilidades del retiro: En el ámbito recreativo, En el ámbito social y cultural, En el ámbito de servicio, En el ámbito laboral.	Grupal.	Determinación del grupo de las diferentes alternativas de la jubilación a través de una técnica grupal. Complementación del Instructor. Conclusiones	Corri- llos.	Hojas Plumas	35'	4:40
	Orientar al pre-jubilado en el desarrollo de un plan de vida futuro.	Importancia de la planeación de vida. Concepto y objetivo de la planeación de vida. Guía para el programa de planeación de vida.	Activa  Grupal	*DESCANSO* Exposición del Instructor.  Proyección de película. Técnica grupal.  Conclusiones	Expositiva.  Lluvia de ideas	Pizarrón.  Película - "Tu", Proyector Pantalla Pizarrón	10' 10'  20' 10'  10'	4:50 5:00  5:10 5:20  5:40 5:50  6:00

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL		
Agosto 5	Orientar al pre-jubilado en el desarrollo de un plan de vida futura.	Descripciones vi- tales	A C T I V A .	Presentación de -- los objetivos de -- clase. Resolución de cues- tionarios del plan de vida.		Rotafolio	5'	6:05		
						Cuestiona- rios:				
						¿Dónde es- tá usted?	15'			
						Autobio- grafía	15'			
						La línea -- de la vida	15'			
		Proyectando el -- futuro.	I N D I V I D U A L					Análisis -- cualitati- vo de la- situación- actual.	15'	7:05
								Perspecti- va desde la muerte.	15'	
								Metas en la vida	10'	
									10'	
									10'	
				* DESCANSO *			7:40			

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL
		Proyectando el futuro.	A C T I V A	Resolución de cuestionarias del plan de vida.		Cuestionarios Inventario de fuerzas Inventario de limitaciones. Cosas que me gustaría aprender a hacer. Cosas que quiero dejar de hacer. Cosas que me gustaría empañar a hacer. Reflexiones.	10' 10' 10' 10' 10' 10'	8:40

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL
Agosto 7	Orientar al pre-jubilado en el desarrollo de un plan de vida futura.	Elaboración de metas y estrategias.	A C T I V A	Resolución de cuestionarios del plan de vida.		Cuestionarios; Sueños Objetivos	10' 10'	9:00
		Elaboración de metas y estrategias.	E  I N D I V I D U A L	Presentación de los objetivos de clase.		Rotafolio	5'	9:05
				Resolución de cuestionarios del plan de vida.		Cuestionarios;		
						Jerarquización de objetivos. Plan de vida. Síntesis del plan de vida	20' 30' 40'	10:35
				* DESCANSO *		10'		

DIA	OBJETIVO ESPECIFICO	TEMA	METODOLOGIA	ACTIVIDAD	TECNICA	MATERIAL	TIEMPO PARCIAL	TIEMPO TOTAL
		F	A	Aclaración de dudas.			10'	
		I	C					
		N	T					
			I	Resolución del -- cuestionario; Trabajo y Jubilación.		Cuestionario Trabajo y Jubilación.	20'	
			V					
			A					
		D	Y					
		E		Conclusiones del curso.			20'	
		L						
		C						
		U	G	Evaluación del -- curso		Evaluación del curso.	15'	
		R	R					
		S	U					
		O	P	Clausura del curso.			10'	12:00
			A					
			L					

## Metodología y Técnicas.

Los métodos utilizados serán:

En cuanto a la participación de los asistentes al curso: Método Activo; ya que para el mejor desarrollo del curso es necesaria la participación y colaboración de los asistentes lo cual enriquecerá y complementará la exposición del instructor y al mismo tiempo permitirá un auténtico aprendizaje con lo que el logro de los objetivos será más eficaz.

En cuanto al trabajo del participante: Método Grupal y Método Individual;

a) Método Grupal: Debido a que el trabajo grupal favorece y asegura la participación de todos los asistentes al curso enriqueciendo con sus puntos de vista, conceptos, etc. a todo el grupo; con esto se logra además incrementar la motivación de los participantes debido a que se sienten comprometidos y responsables para el logro de los objetivos a través de la unión de esfuerzos.

b) Método Individual: Aplicado en la última parte del curso, elaboración de un plan de vida, debido a que éste es personal. A través de este trabajo cada participante debe explorar sus posibilidades y limitaciones para determinar con base en esto los objetivos a cumplir en todos los aspectos, que darán un sentido a su vida de jubilado.

En cuanto al abordaje del tema: Método Analítico y Sintético; ya que para un mejor aprendizaje y comprensión de los temas tratados es necesario descomponerlos en sus elementos, analizando cada uno de --

alios y después volverlos a reunir en un todo llegando a conclusiones claras y verdaderas.

Las técnicas utilizadas serán:Expositiva,Corrillos y Lluvia de ideas.

El uso de las técnicas grupales señaladas ofrece los siguientes ventajas:

- Permiten la creación de una atmósfera informal lo cual es importante, al trabajar con adultos ya que estos suelen ser más reservados que los jóvenes y niños; y esto les ayuda a liberarse de sus inhibiciones.
- Permiten la participación de todos, lo cual enriquece al grupo ya que estimula la aportación de ideas, conceptos,necesidades,etc. lográndose reunir los recursos de los participantes en relación con el problema tratado.
- Alientan la división del trabajo y la responsabilidad lo cual aumenta la motivación de los individuos al sentir su participación importante y necesaria.
- Aseguran la máxima identificación de cada uno de los asistentes al curso con los temas tratados.
- La reunión en corrillos, es una situación que obliga a pensar y a discutir, esto redundo en un mayor aprovechamiento del curso.
- La lluvia de ideas es una técnica que brinda la oportunidad de considerar un mayor número de alternativas.
- Las tres técnicas permiten un mayor conocimiento de los participan--

tes por parte del instructor lo cual permitirá a éste orientar mejor a cada individuo.

#### Elementos de Operación.

##### a) Disposiciones generales:

El curso tendrá una duración de doce horas distribuidas en cuatro días.

Está dirigido al personal por jubilarse entre los tres y cinco años próximos.

Se recomienda que el número de participantes sea entre diez y quince personas con el fin de proporcionar una adecuada atención a cada uno de los participantes, lo cual es muy importante sobre todo en la última parte del curso: Planeación de Vida, que consiste en una serie de ejercicios y la aplicación de cuestionarios a través de los cuales se pretende:

- Hacer un diagnóstico integral de la situación presente del participante.
- Motivarlo para la determinación de nuevos objetivos y metas.
- Dirigirlo para la elaboración del Plan de Vida.

Se considera conveniente facilitar a cada uno de los participantes al curso un programa del mismo, para que éstos conozcan tanto los objetivos como el contenido de dicho curso, y de esta manera evitar-

confusiones.

b) Inventario de Recursos:

Recursos Materiales: Se requiere para la aplicación del curso:

- Un salón bien ventilado e iluminado
- Pizarrón
- Rotafolios
- Acetatos
- Proyector
- Pantalla

En cuanto al material requerido para los participantes:

- Programa del Curso
- Cuestionario del Plan de Vida
- Hojas blancas
- Evaluaciones
- Plumas

Recursos Humanos: Lo más recomendable es que el curso sea impartido por especialistas en la materia según el tema que se trate, es decir para hablar de:

- Necesidad del Trabajo en la Vida del Hombre: Un Pedagogo o un Psicólogo.
- Aspecto Psicosocial de la Jubilación: Un Pedagogo o un Psicólogo.
- Aspecto Biológico de la Jubilación: Un Médico.

-Aspecto Legal y Económico de la Jubilación: Un Abogado.

En caso de que no sea posible contar con la presencia de todos— los profesionistas antes mencionados, el curso pueda ser impartido — por un Pedagogo o un Psicólogo.

c) Costo del Curso:

El costo del curso está integrado por los siguientes factores:

- Honorarios de los expositores.
- Las copias fotostáticas requeridas para el material que se entrega a cada participante.
- Rotafolios.
- Acetatos.
- Alquiler de película.
- Plumas.
- Hojas de papel.
- Broches "Baco".
- Galletas, café, vasos, servilletas y cucharas.

d) Cronograma:

Las doce horas de duración del curso se distribuirán en cuatro— días tres horas por sesión.

Evaluación del Curso.

El curso será evaluado de la siguiente manera:

Se aplicará al iniciarse un cuestionario objetivo: "Trabajo y Jubilación", a través del cual se pretende determinar el nivel de conocimientos y las actitudes de los participantes con respecto al trabajo y a la jubilación.

Al concluir el curso se realizarán tres tipos de evaluación:

#### Plan de Vida.

La primera evaluación corresponde al Plan de Vida y se efectuará a través del análisis de las respuestas dadas por los participantes -- a los cuestionarios del cuadernillo titulado: "Plan de Vida".(\*)

Cuestionario: "Trabajo y Jubilación".

La segunda evaluación consistirá en la aplicación del cuestionario "Trabajo y Jubilación"(\*), que tiene como finalidades:

- a) Determinar la actitud que guardan frente al trabajo los asistentes al curso, así como que tanto se conoce acerca de la riqueza y amplitud de esta actividad humana. Esto es importante porque la jubilación es la contrapartida del trabajo y por lo tanto la actitud y conceptos que se tengan de éste, influirá a su vez en la actitud y concepto observados frente a la jubilación.
- b) Determinar la actitud que los participantes tienen con respecto al retiro a través de investigar que tan profundo es el conocimiento-

---

\* ) Ver Anexo 6, p. 269

\* ) Ver Anexo 7, p. 277

de los sujetos acerca de los diferentes aspectos que engloban al retiro como son: Aspecto psicológico, aspecto social, aspecto físico, tiempo libre (ocio) etc.

Esto es necesario conocerlo porque a través de los resultados obtenidos se podrá determinar el nivel de conocimientos que poseen los asistentes al curso respecto al tema tratado, y a que área será necesario dar más peso durante la realización del mismo.

Es importante determinar que tan realista es la visión que los sujetos tienen de la jubilación ya que esto será fundamental para:

- Que encuentren sentido a planear su vida posterior a la jubilación.
- Y se sientan motivados para poner en práctica lo planeado a la mayor brevedad posible.

Este instrumento consta de 61 reactivos clasificados en diez áreas a saber:

TRABAJO	1.-Concepto de Trabajo	3	reactivos
	2.-Naturaleza del Trabajo	7	reactivos
	3.-Realización del Hombre a través del Trabajo	10	reactivos
	4.-Trabajo en la Sociedad actual	5	reactivos
JUBILACION	5.-Concepto de Jubilación	3	reactivos
	6.-Actitud frente a la <u>jubilación</u>	8	reactivos
	7.-Área Psicológica	7	reactivos
	8.-Área Social	9	reactivos
	9.-Área Física	5	reactivos
	10.-Ocio	4	reactivos
	TOTAL	61	reactivos

Las premisas se obtuvieron de las siguientes fuentes:

Fuentes Aguilar (1978), Comfort (1984), Frankl (1978), García - Alonso (1980), Oliveros (1968), Stanley (1978), Pyke (1983), Beauvoir (1985), Lara Moreno (1982), Friedman (1985).

Se recomienda aplicar el cuestionario también al final del curso ya que al comparar los resultados de la segunda aplicación con los de la primera se podrá determinar el grado de aprovechamiento del mismo.

Para codificar el cuestionario se obtendrá por área el porcentaje de personas que contestaron acertadamente cada premisa.

Los reactivos que mide cada área son:

AREA	REACTIVOS
Concepto de Trabajo	1,12,32
Naturaleza del Trabajo	8,15,28,40,43,45,61
Realización a través del Trabajo	18,20,25,36,49,51,53,55,57,59
Trabajo en la Sociedad Actual	24,38,41,47,50
Concepto de Jubilación	4,17,33
Actitud frente a la Jubilación	10,19,21,26,35,52,58,60
Área Psicológica	3,13,22,34,42,48,54
Área Social	2,6,7,14,23,30,39,46,56
Área Física	9,11,29,37,44
Ocio	5,16,27,31

#### Evaluación del Curso.

Una tercera evaluación es una escala estimativa titulada: "Evaluación del Curso", elaborada con la finalidad de que a través de ella cada participante evalúe tanto el contenido como el desarrollo del curso así como la exposición del instructor.

Los resultados arrojados por este instrumento servirán como base

para mejorar la calidad del curso en cuanto a planeación, realización y evaluación.

Para calificar la escala estimativa se obtendrá en cada punto el porcentaje de personas de acuerdo a sus respuestas (\*).

#### 4.2 Aplicación del Curso.

##### Lugar de la aplicación.

El curso antes expuesto se aplicó en el Departamento de Relaciones Industriales de la Compañía de Luz y Fuerza del Centro, S.A. ubicada en la calle de Pedro Antonio de los Santos No. 84 Col. San Miguel — de Chapultepec.

Las doce horas de duración del curso se distribuyeron en cuatro días; tres horas por sesión y el horario fue vespertino de 4:30 P.M. a 7:30 P.M.

El calendario del curso(\*\*) es al siguiente:

---

\*) Ver Anexo B, p. 281

\*\*) No fué posible impartir el curso diario por no estar disponible — el salón.

MES	DIA	
JULIO	MARTES	27
JULIO	JUEVES	29
AGOSTO	MARTES	5
AGOSTO	JUEVES	7

#### Población.

El número de asistentes al curso fue de doce personas 9 de las cuales son prejubilados de la mencionada Compañía y 3 son miembros de Unión Carbide Mexicana también prejubilados.

A continuación se presentan los datos generales de los participantes.

#### CUADRO: SEXO

Sexo	No. de participantes	%
Masculino	8	67%
Femenino	4	33%
TOTAL	12	100%

Se buscó que el grupo, fuera mixto debido a que la jubilación - causa efectos diferentes en el hombre y en la mujer, por lo que era-

interesante conocer el efecto del curso en ambos; pero solo fue posible contar con la presencia de cuatro prejubiladas.

CUADRO: EDAD

Edad	No. de participantes	%
46 años	1	8%
48 "	2	17%
49 "	2	17%
50 "	3	25%
52 "	2	17%
53 "	2	17%
TOTAL	12	100%

CUADRO: AÑOS DE SERVICIO

Años de servicio	No. de participantes	%
27	3	25%
26	4	33%
25	5	42%
TOTAL	12	100%

Como puede observarse a los participantes les faltan entre tres, cuatro y cinco años para jubilarse.

## CUADRO: PUESTO

Puesto	No. de Participantes	%
Encargado de Sección	5	42%
Dra. Servicio Médico	1	8%
Receptor de Cuentas	1	8%
Forador de Lecturas	1	8%
Archivista	1	8%
Secretaria	1	8%
Informática	2	17%
TOTAL	12	100%

## Procedimiento.

La primera actividad después de presentar el curso consistió en una primera aplicación del cuestionario "Trabajo y Jubilación" que al compararla con una segunda aplicación serviría como forma de evaluación.

Posteriormente se inició la exposición del curso propiamente dicha que constó de dos partes:

## Parte Teórica.

Que abarcó las dos primeras sesiones y para cuyo desarrollo se -

aplicó la técnica expositiva, solicitando siempre la participación de los asistentes de tal manera que se lograra un mayor aprovechamiento y enriquecimiento.

La exposición del tema I: Necesidad del Trabajo en la Vida del — Hombre, se inició con una técnica grupal, lluvia de ideas, para determinar el concepto de trabajo de los participantes. Se continuó la exposición apoyándose en rotafolios que contenían conceptos fundamentales de los temas tratados.

Para la presentación del tema II: Jubilación y Sociedad, se utilizaron acetatos y la exposición fue complementada con la participación de los prejubilados.

En el desarrollo del tema III: Realidad de la Jubilación, se utilizaron rotafolios y pizarrón. Se aplicó una técnica grupal, corrillos, en el tema Alternativas y Posibilidades del Retiro, para tal efecto — se dividió al grupo en pequeños equipos, cada uno de los cuales debía determinar alternativas y posibilidades de la jubilación en diferentes ámbitos, para después exponerlas al grupo en general. La técnica se — desarrolló en una atmósfera informal, en perfecto orden y con buenos resultados.

En cuanto al tema IV: Planeación de Vida, también se dividió en — dos secciones; una teórica para cuya exposición se utilizó el pizarrón y esquemas; y una segunda que constituyó la parte práctica del curso.

#### Parte Práctica.

Que abarcó las dos sesiones restantes y que fue realizada en forma individual contando con la orientación del instructor. Consistió en

la elaboración del plan de vida a través de la resolución de diversos cuestionarios; antes de responder cada uno de estos se daba una explicación acerca del objetivo, contenido y utilidad de ellos.

El curso concluyó con la aplicación de el cuestionario "Trabajo y Jubilación" y la Evaluación del Curso.

Un hecho importante a señalar es que en su mayoría, los participantes no mostraban al iniciarse el curso una actitud absolutamente negativa ante la jubilación, se considera que esto se deba a que el nivel cultural de las personas asistentes, era medio o alto y por lo tanto tenían a su alcance un mayor número de recursos y posibilidades para afrontar esta nueva etapa de su vida, pero si fue visible una mejora en su actitudes después de haber participado en el curso.

A medida que fue transcurriendo el curso se logró una integración del grupo tanto de quienes laboran en la Compañía de Luz y Fuerza del Centro, S.A. como de quienes trabajan en Unión Carbida Mexicana, así mismo entre hombres y mujeres; el curso se desarrolló en una atmósfera cálida e informal lo que incrementó la motivación de los participantes propiciando un mejor aprovechamiento.

Definitivamente si se observó diferencia en cuanto el efecto del curso en hombres y mujeres; los primeros mostraron mayor motivación y entusiasmo por lo que su participación fue mucho mayor.

Gracias a la utilización de técnicas grupales se logró evitar la monotonía, al mismo tiempo se consiguió la integración, participación y motivación de la mayoría de los participantes.

Así mismo a través de estas técnicas fue posible reunir un mayor

número de ideas incrementando la información del grupo sobre los temas tratados.

#### Evaluación de la Aplicación del Curso.

El análisis de los resultados de la aplicación del curso se hizo con base en:

- El análisis de los cuestionarios del Plan de Vida.
- El cuestionario "Trabajo y Jubilación".
- La Evaluación del Curso a través de una escala estimativa.

Los resultados obtenidos son expuestos a continuación:

#### Análisis del Plan de Vida.

La elaboración del Plan de Vida por parte de los asistentes al curso se llevó a cabo a través de un cuadernillo de cuestionarios(\*)-clasificados en tres secciones:

- a) Descripciones Vitales: A través de las cuales cada sujeto debe res

---

\*) Ver Anexo G, p. 269

lizar un análisis de lo que ha sido su vida hasta ahora determinando sus cualidades, defectos, talentos, limitaciones, etc.

- b) **Proyectando el futuro:** Estableciendo que es importante realizar o dejar de hacer antes de que concluya la vida y que es esencial para sentir que ésta ha tenido sentido.
- c) **Elaboración de metas y estrategias:** Realizadas con base en la situación actual (habilidades, talentos, limitaciones, logros alcanzados) y lo que aún falta por hacer y que es importante lograr para que la vida tenga un sentido, tomando en cuenta que con la jubilación se da una gran cantidad de tiempo libre.

Dado que las respuestas de cada uno de los cuestionarios son totalmente personales, para la evaluación de ellos se determinaron ciertas cuestiones generales que permiten realizar un análisis más objetivo.

Participantes que realizaron un plan de vida.

	No. de Participantes	Porcentaje
SI	10	83%
NO	2	17%
TOTAL	12	100%

A partir de este momento el porcentaje sera tomado con base en diez participantes debido a que fue el número que realizó el Plan de

Vida.

Participantes que se plantearon objetivos en cuanto a las siguientes áreas:

Area	No. de Participantes	Porcentaje
Consigo mismo	10	100%
Familia	10	100%
Trabajo *	10	100%
Mundo **	10	100%

Debido a que las áreas; Consigo Mismo, Familia y Mundo; son totalmente subjetivas y personales y a que el objetivo principal del plan de vida es que el individuo determine una actividad que sustituya al trabajo y lo libere del ocio solo se expone el análisis del área de trabajo.

Tipo de Actividad Elegida.

Actividad	No. de Participantes	Porcentaje
Altruista		
Manual	6	60%

\*) Trabajo; Cualquier actividad realizada inteligente y voluntariamente, con un fin determinado.

\*\*) Mundo; Relación del hombre con la sociedad.

Intelectual		
Física		
Comercial	2	20%
Laboral	2	20%
TOTAL	10	100%

Congruencia entre la actividad elegida y los recursos (personales y materiales) para realizarla.

	No. de participantes	Porcentaje
SI	10	100%
NO		
TOTAL	10	100%

La actividad elegida tiene relación con la actividad laboral realizada

	No. de Participantes	Porcentaje
SI	2	20%
NO	8	80%
TOTAL	10	100%

La actividad elegida propicia una relación directa o indirecta con la sociedad.

	No. de Participantes	Porcentaje
SI	10	100%
NO		
TOTAL	10	100%

Como puede observarse el 83% de los participantes del curso elaboraron un verdadero Plan de Vida consistente en la determinación de objetivos realistas a alcanzar en las cuatro áreas antes mencionadas, sobre todo en cuanto a trabajo; el 17% restante presenta cierta incongruencia entre los objetivos determinados y los recursos para alcanzarlos por lo que no se considera a lo realizado por ellos un Plan de Vida.

La mayor parte de los prejubilados eligieron actividades manuales entre las que se cuentan el aprendizaje y/o enseñanza de algún oficio; el 20%; el establecimiento de un negocio y el 20% restante la realización de actividades dentro del Sindicato de la Empresa para la que actualmente laboran; por lo tanto solo el 20% realizará actividades relacionadas con su actual trabajo.

Un hecho importante es que el 100% de los participantes que elaboraron su plan de vida eligieron actividades que les permiten directa o indirectamente un contacto con la sociedad lo cual es fundamental porque con esto se lepta que se vislen, al mismo tiempo que continúan --

ocupando un lugar determinado en la sociedad evitando que experimenten sentimiento de inutilidad, depresión, ansiedad, tristeza etc.

Por todo lo mencionado se considera que en gran medida si se alcanzaron los objetivos propuestos en esta actividad.

#### Cuestionario "Trabajo y Jubilación".

Este instrumento (\*) se aplicó al inicio del curso y al finalizar éste, con el objeto de conocer el grado de asimilación y comprensión de las asistentes al curso; al comparar que tanto sabían sobre los temas tratados antes de tomar el curso y después de haber participado en él.

Haciendo un análisis comparativo de las dos aplicaciones se encuentra que:

- 1) Si hubo asimilación y comprensión del contenido del curso pues en 57 de los 61 reactivos se dió una mejora en cuanto al porcentaje de personas que respondieron acertadamente, aunque en algunos casos esta mejora es más significativa que en otros, en los cuatro reactivos restantes no se observó cambio entre la primera y segunda aplicación.
- 2) En general se puede afirmar que los participantes aprendieron del curso, pues en la primera aplicación algunos sujetos manifestaron saber ciertas respuestas, en la segunda aplicación nadie lo hizo.

---

\*) Ver Anexo 7, p. 277

3) En la primera aplicación solo en tres ocasiones se obtuvo el 100% de participantes que respondieron acertadamente y el porcentaje más bajo fue de 8%. En la segunda aplicación en cambio, en 23 casos el 100% de participantes respondieron acertadamente, siendo el porcentaje más bajo de 50%.

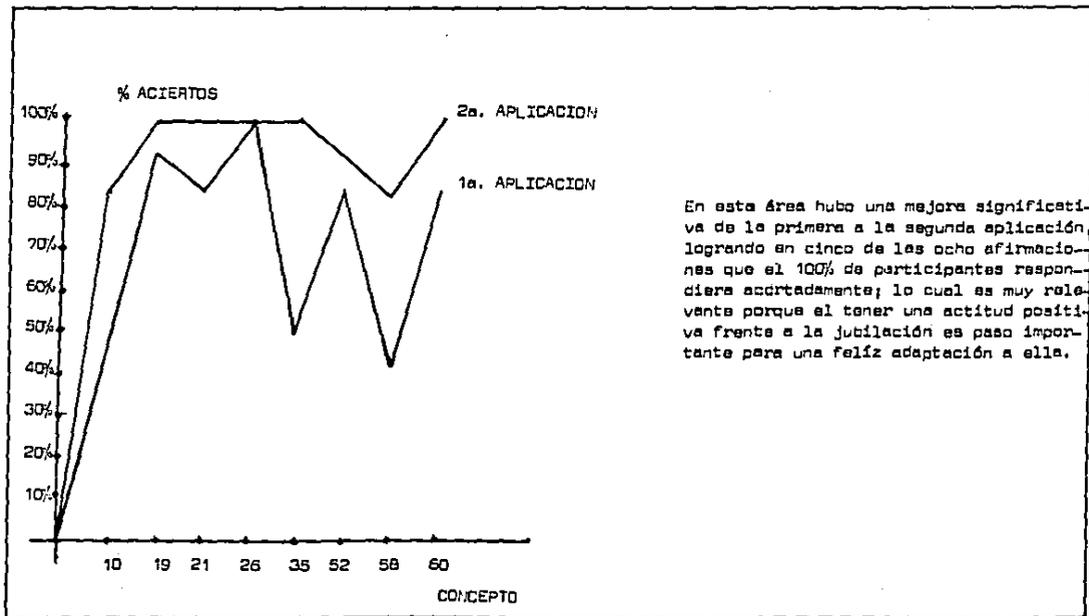
Los resultados obtenidos se presentan a continuación por áreas - en los cuadros y gráficas siguientes de manera comparativa.

AREA: ACTITUD ANTE LA JUBILACION

CONCEPTO	14. APLICACION			24. APLICACION		
	C	I	S/R	C	I	S/R
10.-La jubilación es la oportunidad de realizar lo que nunca se ha podido.	42%	58%		83%	17%	
19.-La jubilación es el paso de una actividad productiva a una nueva vida creadora.	92%	8%		100%		
21.-La jubilación marca el inicio de la vejez.	83%	17%		100%		
26.-La jubilación es la oportunidad de evitar responsabilidades.	100%			100%		
35.-La jubilación es la oportunidad de disfrutar una merecida situación de descenso.	50%	50%		100%		
52.-La salud, situación económica, sexo, etc. son factores que influyen en la actitud que se tenga frente a la jubilación.	83%	8%	8%	92%	8%	
58.-La jubilación es la única etapa de la vida en que el hombre es dueño de su tiempo.	42%	58%		83%	17%	
59.-El jubilado se convierte en solo un espectador de la vida.	83%	17%		100%		

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R: Sin Respuesta.

AREA: ACTITUD ANTE LA JUBILACION



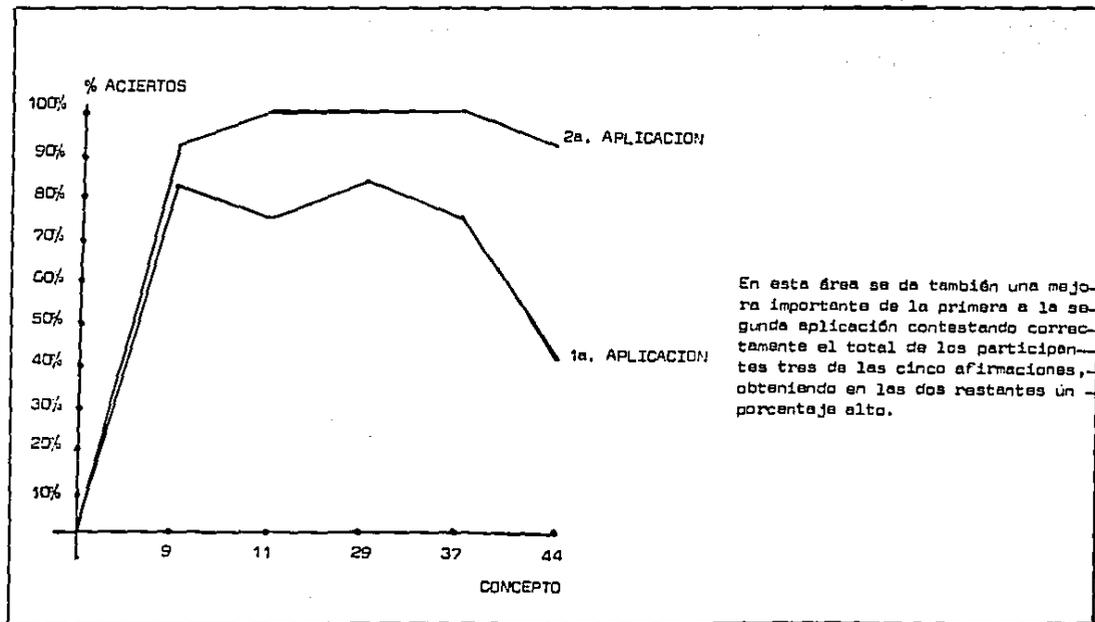
En esta área hubo una mejora significativa de la primera a la segunda aplicación, logrando en cinco de las ocho afirmaciones que el 100% de participantes respondiera acertadamente; lo cual es muy relevante porque el tener una actitud positiva frente a la jubilación es poco importante para una feliz adaptación a ella.

AREA: FISICA

CONCEPTO	1a. APLICACION:			2a. APLICACION:		
	C	I	S/R	C	I	S/R
9.-La vejez es en realidad una condición mental de ánimo.	83%	17%		92%	8%	
11.-Las funciones mentales no declinan con la edad.	79%	25%		100%		
29.-La vejez comienza cuando intimamente se se siente.	83%	17%		100%		
37.-Envejecer es síntoma de enfermedad.	75%	25%		100%		
44.-El solo transcurso del tiempo provoca el inevitable y lento deslizarse de los mecanismos físicos hacia la muerte.	42%	50%	8%	92%	8%	

\*) C: Correcto I; Incorrecto S/R; Sin Respuesta

AREA: FISICA



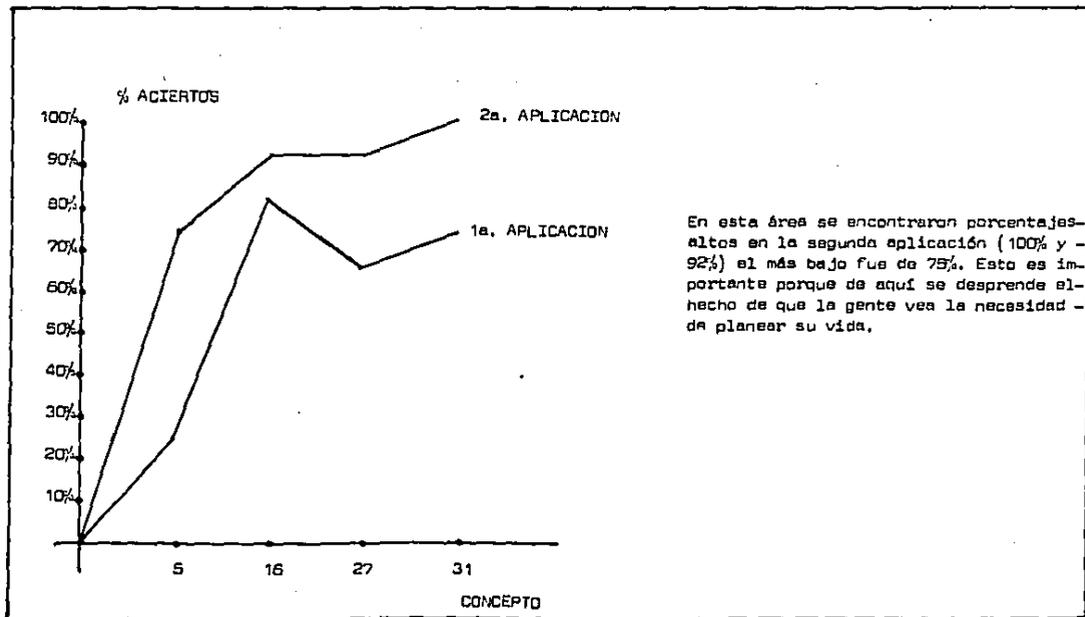
En esta área se da también una mejora importante de la primera a la segunda aplicación contestando correctamente el total de los participantes tres de las cinco afirmaciones, obteniendo en las dos restantes un porcentaje alto.

AREA: OCIO

CONCEPTO	1a. APLICACION:			2a. APLICACION:		
	C	I	S/R	C	I	S/R
	5.-Cuanto más tiempo libre se tiene se es menos capaz de ocuparlo.	29%	75%		79%	29%
16.-El tiempo libre es desperdicio indigno.	83%	17%		92%	8%	
27.-El ocio permanente vuelve a la gente pesimista.	67%	33%		92%	8%	
31.-El problema fundamental de la jubilación es el uso del tiempo libre.	75%	25%		100%		

\* ) C: Correcto I: Incorrecto S/R Sin Respuesta

AREA: OCIO



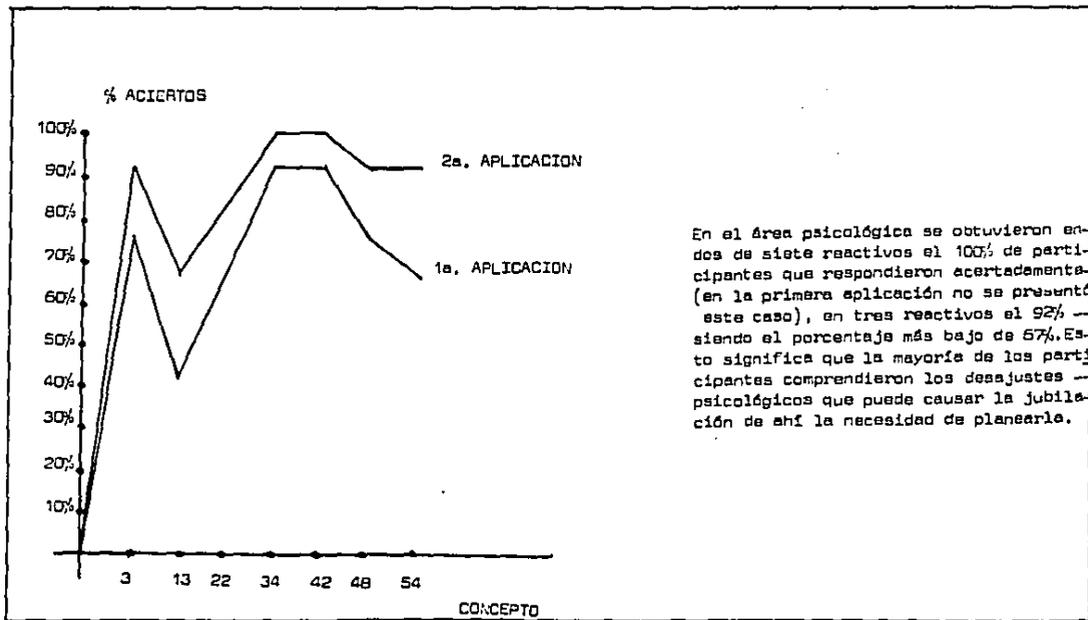
En esta área se encontraron porcentajes altos en la segunda aplicación (100% y 92%) el más bajo fue de 75%. Esto es importante porque de aquí se desprende el hecho de que la gente vea la necesidad de planear su vida.

AREA PSICOLOGICA

CONCEPTO	1a. APLICACION:			2a. APLICACION:		
	C*	I*	S/R*	C	I	C/R
3.-El sentido de la vida del hombre no se reduce al trabajo profesional.	75%	17%	8%	92%	8%	
13.-El jubilado puede experimentar depresión por no tener una posición definida en la sociedad.	42%	58%		67%	33%	
22.-El abandono brusco de una actividad produce una sensación de aburrimiento que pone en peligro la integridad psíquica y física de la persona.	67%	33%		83%	17%	
34.-El sentimiento de inutilidad se presenta cuando la persona no ha desarrollado otros intereses.	92%	8%		100%		
42.-La inseguridad económica provoca inseguridad en el jubilado.	92%	8%		100%		
48.-La jubilación puede propiciar desajustes de orden psicológico	75%	25%		92%	8%	
54.-La jubilación es una situación más difícil para el hombre que para la mujer.	67%	33%		92%	8%	

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R : Sin Respuesta

### AREA PSICOLOGICA



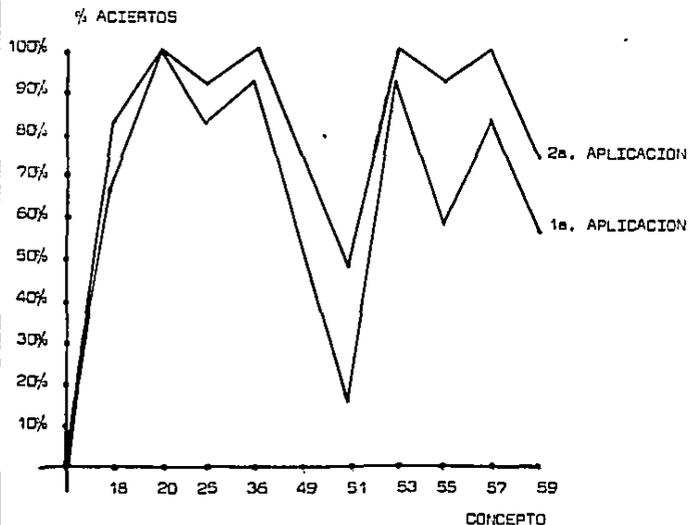
En el Área psicológica se obtuvieron en dos de siete reactivos el 100% de participantes que respondieron acertadamente (en la primera aplicación no se presentó este caso), en tres reactivos el 92% — siendo el porcentaje más bajo de 67%. Esto significa que la mayoría de los participantes comprendieron los desajustes psicológicos que puede causar la jubilación de ahí la necesidad de planearla.

ARCA: REALIZACION A TRAVES DEL TRABAJO

CONCEPTO	1a. APLICACION			2a. APLICACION		
	C*	I:	S/R*	C	I	S/R
18.-El trabajo es el eje de las relaciones sociales.	67%	33%		83%	17%	
20.-El trabajo es ocasión de desarrollo personal y de servicio a --- otras personas.	100%			100%		
25.-La necesidad del hombre moderno es realizar un trabajo que le per- mita conseguir su independencia.	83%	17%		92%	8%	
36.-El trabajo constituye un elemento de colaboración social con el que cada uno debe dar algo de si mismo porque al mismo tiempo rec- be de todos.	92%	8%		100%		
49.-La realización del trabajo proporciona una mezcla de tristeza y de alegría.	58%	42%		75%	25%	
51.-La remuneración económica es la motivación más importante para tra- bajar.	17%	83%		50%	50%	
53.-El trabajo es un medio que más necesidades satisface.	92%	8%		100%		
55.-El trabajo es el único medio de realización personal.	58%	42%		92%	8%	
57.-El trabajo es el único fin del hombre.	83%	17%		100%		
59.-Es el ejercicio de la profesión en si lo que hace feliz al hombre	58%	42%		75%	25%	

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R: Sin Respuesta.

AREA: REALIZACION A TRAVES DEL TRABAJO



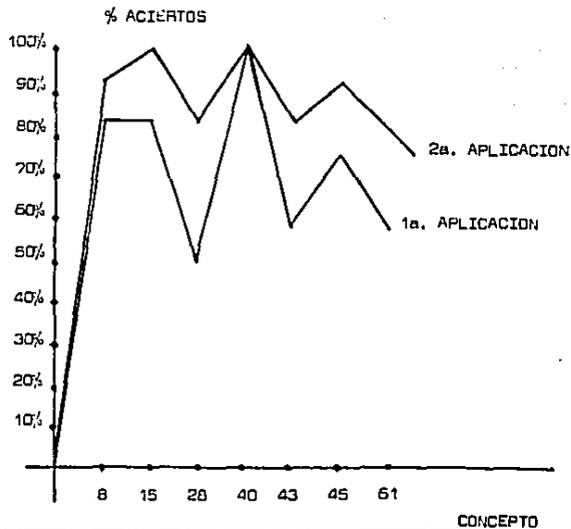
En esta área se logró en la segunda aplicación que en cuatro de las diez afirmaciones el total de participantes respondiera acertadamente, en dos de ellas se obtuvo el 52% de respuestas correctas, el porcentaje más bajo fue de 50%; mientras que en la primera aplicación fue de 17%. Esto es importante porque al tener una actitud positiva frente al trabajo, contribuye a su vez a tener una actitud positiva frente a la jubilación.

AREA: NATURALEZA DEL TRABAJO

CONCEPTO	1a. APLICACION			2a. APLICACION		
	C*	I	S/R*	C	I	S/R
8.-El hombre realiza su trabajo con libertad.	83%	17%		92%	8%	
15.-El trabajo es medio para la realización de valores.	83%	17%		100%		
28.-A pesar de las quejas preocupaciones y problemas la felicidad de la mayoría de la gente gira alrededor del trabajo.	50%	50%		83%	17%	
40.-El trabajo es una actividad transformadora que requiere de iniciativa originalidad y creatividad.	100%			100%		
43.-El trabajo humano se relaciona con valores como libertad y amor.	58%	42%		83%	17%	
45.-El trabajo humano es ocasión y medio de desarrollo de virtudes.	75%	17%	8%	92%	8%	
61.-El trabajo solo es posible como un medio para ganarse el sustento indispensable para vivir.	58%	42%		75%	25%	

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R: Sin Respuesta

AREA: NATURALEZA DEL TRABAJO



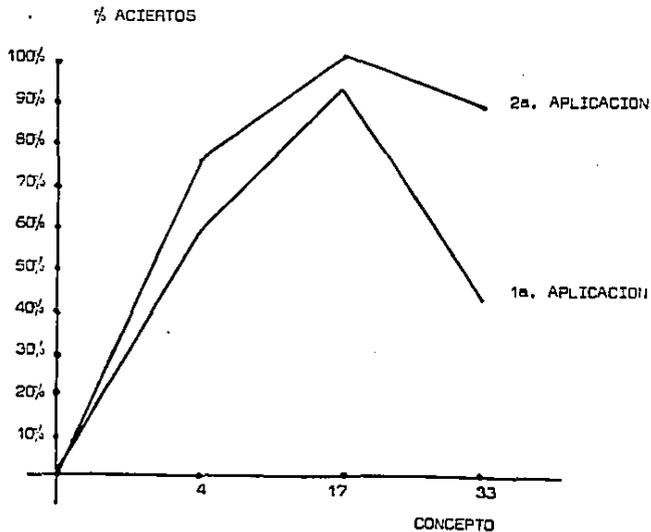
En esta área se dió también una mejora significativa entre una y otra aplicación obteniéndose en la segunda, en cuatro reactivos de siete porcentajes altos (100% y 92%) siendo el más bajo de 75%.

AREA: CONCEPTO DE JUBILACION

CONCEPTO	1a. APLICACION:			2a. APLICACION:		
	C*	I*	S/R*	C	I	S/R
4.-La jubilación es solo una conquista de tipo legal.	58%	42%		79%	25%	
17.-La jubilación es el más grande reto que un hombre de la tercera - edad debe superar.	92%	8%		100%		
33.-La jubilación significa el paso del trabajo al no trabajo.	42%	50%	8%	83%	17%	

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R Sin Respuesta.

AREA: CONCEPTO DE JUBILACION



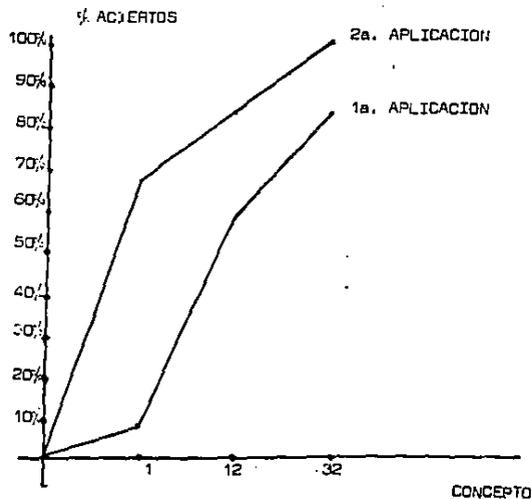
En esta área se logra que el 100% de los participantes respondan acertadamente en uno de los reactivos. Mientras que en los dos reactivos restantes no hay una mejora significativa de la primera a la segunda aplicación. En el tercer reactivo hay una mejora notable de 42% a 83% de participantes que acertaron al responder.

AREA: CONCEPTO DE TRABAJO

CONCEPTO	1a. APLICACION			2a. APLICACION		
	C	I	S/R	C	I	S/R
1.-El trabajo solo puede entenderse como el cuidado de lo extrafamiliar cuyas funciones quedan delimitadas por un contrato.	0%	83%	0%	67%	33%	
12.- El concepto de trabajo que se maneje dependerá de la sociedad en que se implementa.	58%	33%	0%	83%	17%	
32.-El trabajo es la actividad indivisa entre la inteligencia, voluntad y el cuerpo.	83%	17%		100%		

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R Sin Respuesta.

AREA: CONCEPTO DE TRABAJO



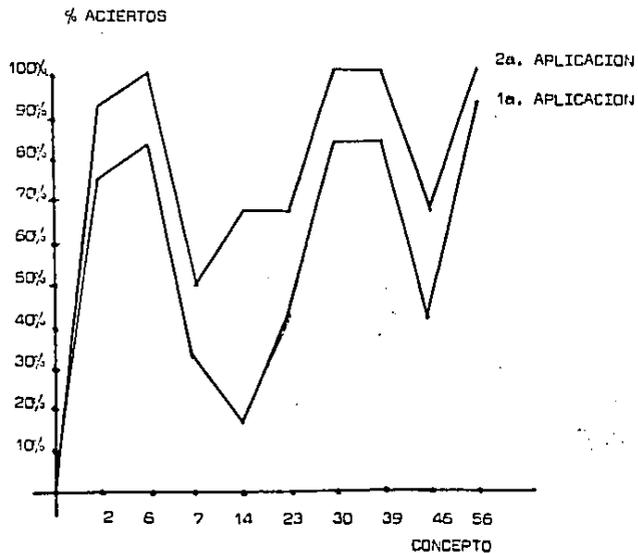
Aunque existe mejora en los tres reactivos esta es más significativa en el primero. En ambas aplicaciones los tres reactivos ocupan el mismo lugar en cuanto al total de participantes que respondieron acertadamente colocandoss en primer lugar el reactivo 32, en segundo el reactivo 12 y finalmente el reactivo 1.

AREA: SOCIAL

CONCEPTO	1. APLICACION			2. APLICACION		
	C	I	S/R*	C	I	S/R
2.-El alejamiento de la vida laboral supone algo más que el cese de una actividad más o menos valorada.	75%	17%	8%	92%	8%	
6.-En la sociedad actual el individuo es estimado por su valor profesional.	83%	17%		100%		
7.-La jubilación es un conflicto social.	33%	67%		50%	50%	
14.-El ya no ser miembro de una sociedad trabajadora puede provocar inseguridad.	17%	83%		67%	33%	
23.-El no tener una posición definida en la sociedad provoca depresión	42%	58%		67%	33%	
30.-Con la jubilación el hombre pierde su posición en la sociedad.	83%	17%		100%		
39.-El jubilado necesita hacer una reorganización de sus relaciones sociales.	83%	17%		100%		
46.-El valor profesional de las personas no es criterio tomado en cuenta para su valoración social.	42%	58%		67%	33%	
56.-La jubilación requiere la adquisición de un nuevo rol, la modificación del curso de la vida y la reestructuración del campo social.	92%	8%		100%		

\* C: Correcto I: Incorrecto S/R Sin Respuesta.

AREA SOCIAL.



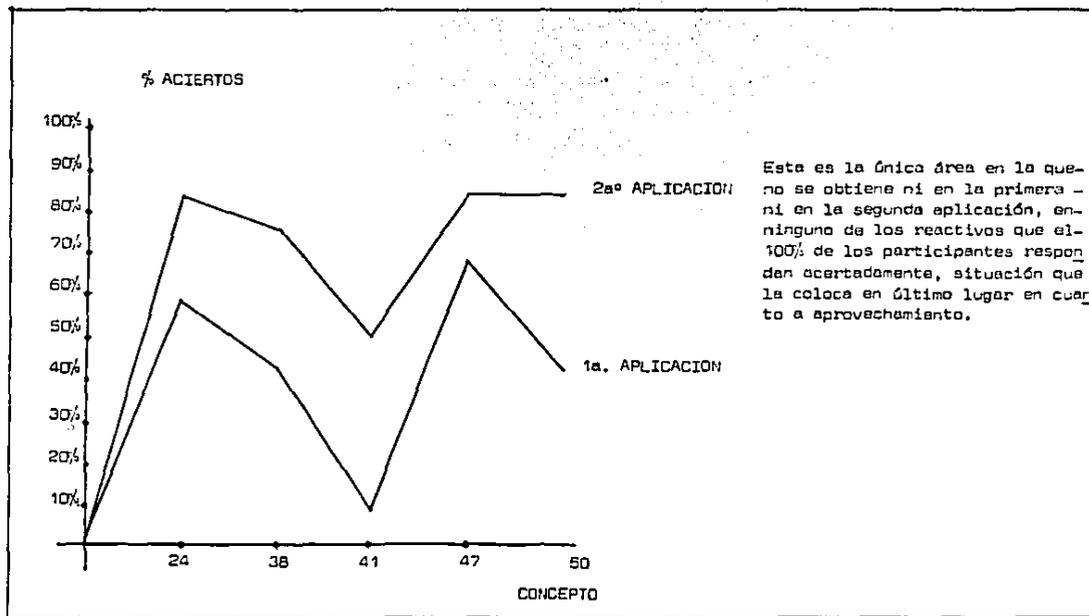
En esta área se obtuvo el mayor número de porcentajes bajos tanto en la primera como en la segunda aplicación; aunque se observa una mejora al compararlas.

ÁREA: TRABAJO EN LA SOCIEDAD ACTUAL

CONCEPTO	1a. APLICACION:			2a. APLICACION		
	C.	I.	S/R*	C	I	S/R
24.-Con base en el tipo de trabajo se fija la posición de un hombre - en la sociedad.	59%	42%		83%	17%	
38.-El trabajo es altamente valorado en la sociedad actual.	42%	59%		79%	29%	
41.-Las amistades de una persona quedan delimitadas por el trabajo.	8%	92%		50%	50%	
47.-El trabajo desempeñado determina el tipo de vida del sujeto.	67%	33%		83%	17%	
50.-La ocupación del individuo representa un tipo de vida y un papel en la sociedad.	42%	59%		83%	17%	

\*) C: Correcto I: Incorrecto S/R Sin Respuesta.

AREA: TRABAJO EN LA SOCIEDAD ACTUAL.



### Evaluación del Curso.

A través de este instrumento (\*) lo que se pretendía era conocer la opinión de los participantes respecto a la planeación, realización y evaluación del curso.

Al final de esta evaluación se pidió a los participantes que expusieran su opinión por escrito sobre la existencia de este curso la cual se presenta a continuación:

El 100% de los asistentes se manifestó en total acuerdo y a favor de la existencia del curso de preparación para la jubilación, las razones que expusieron son las siguientes:

-A través de este curso se logra una visión realista de la jubilación (porque se aclaran algunos conceptos equivocados y se les hace ver aspectos sobre el tema en los que nunca habían pensado).

-Aprenden a valorarse a sí mismos y a la vida.

-Se concientizan de la importancia de planear su vida futura y se motivan para llevar a cabo dichos planes a la mayor brevedad posible.

Aunque en general los mayores porcentajes corresponden a los criterios de bueno y excelente, existen ciertos aspectos que se pueden mejorar:

1.-Sería más recomendable impartir el curso en un mayor número de se-

---

\*) Ver Anexo B, p. 281

siones de tal manera que en vez de ser cuatro de tres horas cada-uno fuese en diez de una hora veinte minutos cada una para evitar cansar demasiado a los participantes.

- 2.-Es conveniente dedicar más tiempo a la parte práctica de Planeación de Vida ya que seis horas son suficientes pero imponiendo a los participantes un ritmo de trabajo rápida y esta sección requiere reflexión para obtener óptimas resultados.
- 3.-Para fomentar una mayor participación del grupo es necesario introducir mayor número de dinámicas en la parte teórica del curso.
- 4.-Para redondear el punto de alternativas y posibilidades de la jubilación se pueda agregar un apartado más en el que se hable desde el punto de vista económico de las diferentes opciones que tiene el jubilado para invertir el dinero que obtiene por su retiro.
- 5.-Es conveniente que los grupos que se formen para participar en el curso en la medida de lo posible sean homogéneos en cuanto que laboren en la misma empresa, tengan el mismo tiempo de antigüedad, igual nivel cultural etc.; de tal manera que el curso sea igualmente provechoso para todos al ser la información accesible y útil para el total de participantes.

Los resultados obtenidos se presentan en el cuadro siguiente.

siones de tal manera que en vez de ser cuatro de tres horas cada una fuese en diez de una hora veinte minutos cada una para evitar cansar demasiado a los participantes.

- 2.-Es conveniente dedicar más tiempo a la parte práctica de Planeación de Vida ya que sus horas son suficientes pero imponiendo a los participantes un ritmo de trabajo rápido y esta sección requiere reflexión para obtener óptimos resultados.
- 3.-Para fomentar una mayor participación del grupo es necesario introducir mayor número de dinámicas en la parte teórica del curso.
- 4.-Para redondear el punto de alternativas y posibilidades de la jubilación se puede agregar un apartado más en el que se habla desde el punto de vista económico de las diferentes opciones que tiene el jubilado para invertir el dinero que obtiene por su retiro.
- 5.-Es conveniente que los grupos que se formen para participar en el curso en la medida de lo posible sean homogéneos en cuanto que trabajen en la misma empresa, tengan el mismo tiempo de antigüedad, igual nivel cultural etc.; de tal manera que el curso sea igualmente provechoso para todos al ser la información accesible y útil para el total de participantes.

Los resultados obtenidos se presentan en el cuadro siguiente.

## EVALUACION DEL CURSO.

CONCEPTO	CRITERIOS				
	PESIMO	REGULAR	BUENO	EXCELENTE	TOTAL
1.- El logro de los objetivos del curso fue			42%	58%	100%
2.- La selección del contenido del curso en relación a los objetivos fue			58%	42%	100%
3.- La motivación al iniciarse el curso fue		8%	25%	67%	100%
4.- La relación que guarda el curso con la realidad es			58%	42%	100%
5.- La adecuación de los términos utilizados al nivel de los participantes fue		8%	67%	25%	100%
6.- La motivación por el curso a lo largo de éste fue			42%	58%	100%
7.- La presentación del curso a lo largo de éste fue			42%	58%	100%
8.- El ritmo de la exposición en cuanto a las características del grupo fue		8%	58%	33%	100%
9.- La contribución de las actividades realizadas a lo largo del curso para el logro de los objetivos fue			42%	58%	100%
10.-El uso de las técnicas de enseñanza utilizadas fue			58%	42%	100%
11.-La adecuación del material didáctico al contenido del curso fue		8%	25%	67%	100%
12.-La participación del grupo durante el curso fue		25%	67%	8%	100%
13.-El ambiente reinante en el grupo fue			67%	33%	100%
14.-La preocupación por parte del instructor porque hubiera participación del grupo fue			8%	92%	100%
15.-El interés del instructor por aclarar las dudas del grupo fue			25%	75%	100%
16.-El volumen y tono de voz del instructor fue			33%	67%	100%
17.-El dominio del instructor sobre el tema fue			25%	75%	100%
18.-La comunicación con el grupo fue			42%	58%	100%

## CONCLUSIONES GENERALES DE LA APLICACION DEL CURSO.

A través de la aplicación del curso: "Jubilación Plena a través de la Planeación de Vida", se llegó a las siguientes conclusiones:

- 1.-Si bien la jubilación en numerosas ocasiones origina desajustes - biopsicosociales causados por los valores que rigen a la sociedad, por los prejuicios que giran en torno a la jubilación y la incapacidad del sujeto para desarrollar nuevas actividades e intereses - en los que pueda invertir su tiempo libre, también puede convertirse el retiro en la oportunidad de continuar viviendo plenamente a través de un redescubrimiento de sí mismo y de proseguir buscando un perfeccionamiento personal; un factor importante para lograr - esto, es una adecuada educación que permita a su vez una planeación de la vida futura de ahí la importancia y necesidad de la existencia de cursos de esta naturaleza.
- 2.-Los cursos de educación al retiro son sumamente positivos, pero es necesario que a través de ellos no sólo se dé información al sujeto acerca de los aspectos biopsicosociales de la jubilación, sino que se oriente al prejubilado en la búsqueda de soluciones a los posibles problemas que puedan presentarse con el retiro a través de la elaboración de un plan de vida.
- 3.-Los cursos de educación para la jubilación son altamente benéficos - porque a través de una acción grupal se logra con mayor rapidez y - eficacia la modificación de las actitudes de los sujetos y la prevención de los problemas que pueda acarrear la jubilación para la persona, debido a que cada integrante aporta sus sugerencias, ideas, deseos, etc. acerca de la jubilación al grupo, lo que permite que cada

sujeto amplie su concepción acerca del retiro y logre una visión clara y positiva de lo que es la jubilación y del gran número de alternativas y posibilidades a su alcance para vivirla plenamente.

4.-El haber fundamentado el presente curso en la planeación de vida fue muy positivo debido a que es necesario no sólo transmitir conocimientos e ideas acerca de la jubilación al sujeto, sino orientarlo de manera práctica en la planeación de su vida evitándose con esto la aparición de los desajustes biopsicosociales de los que puede ser víctima el jubilado. La planeación de vida tiene las siguientes ventajas: A través de ella es posible ubicar al sujeto en su situación actual confrontándolo con su realidad, de tal manera que con base en sus valores, capacidades, necesidades, intereses y vocaciones no desarrolladas o descubiertas fije objetivos a alcanzar en esa nueva etapa de la vida que es la jubilación. Esto es necesario debido a que la ocupación del tiempo libre es uno de los problemas más importantes a resolver para el jubilado; ya que el no invertirlo en actividades significativas e interesantes para la persona causa muchos de los desajustes de la jubilación. Así mismo dado que el aspecto económico suele convertirse en un problema para la mayoría de los jubilados debido al descenso de los ingresos; las actividades planeadas pueden ser también un medio para incrementar los recursos de la persona.

5.-Debido a que la jubilación en muchas ocasiones no se percibe como una posible causa de desajustes, cuando no se ha llegado a ella, no se considera la necesidad de prepararse para esta etapa de la vida, de ahí la importancia de que el instructor al impartir el curso esté motivado de tal manera que transmita ese entusiasmo al grupo logrando así que cada participante asista con una actitud positiva y la mente abierta, situación que hará cien por ciento provechoso al curso.

6.-Definitivamente los varones asistentes al curso mostraron mayor motivación y entusiasmo que las mujeres, se piensa que esto se debe a las siguientes razones:

- Existe una concepción de trabajo diferente en ambos sexos.
- La jubilación permite a la mujer retornar a su papel de ama de casa perfectamente definido en la sociedad, mientras que el hombre al darse el retiro queda de momento sin un papel determinado a desempeñar en la sociedad.
- Se ha comprobado que la mujer vive de manera menos problemática la vejez y todo lo relacionado con esta etapa de la vida, probablemente por su mayor resistencia física y moral.

7.-Resultó altamente positivo tratar el tema del trabajo en la exposición del curso; debido a que esto permitió proporcionar una mejor orientación al sujeto al concientizarlo de que:

- Trabajo es cualquier actividad realizada inteligente y voluntariamente y con un fin determinado; y no solo la labor remunerada, de tal manera que jubilación no es sinónimo de inactividad.
- Debido a que el trabajo es un medio a través del cual se satisfacen un sinnúmero de necesidades y a través del cual se logra una realización personal no debe de estar ausente nunca en la vida del hombre, por lo tanto el sujeto jubilado debe buscar invertir su tiempo libre en actividades de diversa naturaleza.
- Debido a que es indispensable para el sujeto percibir su trabajo como algo útil para los demás, es necesario que el jubilado determine entre sus actividades alguna que incida directamente en la sociedad.

8.-Se comprobó que resulta provechosa la utilización de técnicas grupales en cursos de esta naturaleza debido a que a través de ellas-

se consigue:

-Que todos los participantes se identifiquen con el asunto tratado:La Jubilación y la importancia de planearla.

-Se estimula la reunión de ideas incrementando la información del grupo acerca de la jubilación y sus posibilidades.

-Se logra la comunicación, participación y motivación de la mayoría de los participantes.

9.-Es recomendable que cursos de esta naturaleza sean impartidos a todos los niveles de la empresa buscándose siempre constituir grupos lo más homogéneos posible de tal manera que se pueda adaptar el contenido del curso al nivel de los asistentes y sea altamente provechoso para todos.

10.-Se sugiere que a nivel empresa después de impartirse el curso se ofrezca orientación más personalizada a aquellos sujetos que aún tengan problemas en la planeación de su vida futura para asegurar que el curso sea provechoso totalmente.

## CONCLUSIONES FINALES.

Con base en la investigación teórica realizada y el trabajo práctico elaborado se llegó a las siguientes conclusiones:

- 1.-El concepto de trabajo que se maneja, depende de la noción de hombre que se tenga debido a que el trabajo representa un aspecto importante en la vida de éste; por lo tanto si se concibe al hombre como un animal racional de naturaleza individual se aceptará al trabajo, como aquella actividad realizada con inteligencia, voluntad y cuerpo llevada a cabo con un fin determinado.
- 2.-El trabajo tiene un significado muy amplio que no se reduce a aquella actividad remunerada cuyas funciones quedan delimitadas por un contrato; por el contrario es aquella labor inherente a la naturaleza humana a través de la cual el sujeto se proyecta a una relación con los demás, con las cosas y consigo mismo impregnada de libertad y amor colmándose con esto una serie de necesidades desde básicas hasta superiores. Gracias al quehacer laboral se logra tanto un perfeccionamiento individual a través del desarrollo de virtudes; como un perfeccionamiento de la sociedad en general.
- 3.-Si bien el hombre no puede elegir entre trabajar y no hacerlo, porque la actividad laboral es indispensable para subsistir si puede decidir, entre aceptar o no al trabajo como un medio para desarrollar sus capacidades humanas y realizarse para lo cual es indispensable un trabajo bien hecho y con actitud de servicio.
- 4.-A través de el análisis de la realización del hombre por medio del trabajo se puede deducir que éste no solo labora para obtener una -

remuneración económica, existe otra recompensa muy significativa - que es la alegría experimentada al obtener del trabajo el fruto de su fruto, que será medio para el desarrollo de valores y virtudes y -- ocasión de servicio a los demás.

5.-El trabajo bien hecho es fundamental para que el hombre pueda percibirse a sí mismo como un ser valioso y logre una realización personal, éste significa para cada hombre cumplir el proyecto de su existencia; el trabajo es uno de los ámbitos en los que el hombre logra realizarse por que a través de él, se alcanza un mejor conocimiento de sí mismo, que permite un mayor autodomínio que hace posible a su vez prestar un mejor servicio a los demás todo lo cual caracteriza al trabajo humano.

6.-No cualquier modo de desarrollar el trabajo permite la realización personal, para lograr ésta, es necesario que la actividad laboral sea moralmente lícita, libremente aceptada, realizada en forma respetable, con iniciativa, afán de servir, respetando y mejorando el propio estilo de trabajo; con todo lo cual se imprimirá el sello personal a la actividad realizada.

7.-Definitivamente no es el ejercicio de una profesión determinada - lo que brinda felicidad y un sentido en la vida, sino el modo como se ejerce el cual depende de la persona misma y a través del cual se hace valer al trabajo y su resultado dando éste último a la existencia de cada hombre el carácter de única e insustituible.

8.-Aunque a través del trabajo se satisfacen un sinnúmero de necesidades, se desarrollan valores, virtudes, es medio de crecimiento personal y ajeno permitiendo todo esto una realización personal, no es el único fin en la vida del hombre por lo tanto para que real--

mente se alcance plenitud a través de la actividad laboral, es necesario que no haya una polarización por el trabajo; esto significa que es indispensable establecer un equilibrio en la vida y atender a todas las realidades que constituyen la existencia de un sujeto.

- 9.-El trabajo desempeña un papel importante en la ubicación del individuo en la estructura social y en la adquisición de valores, formación de actitudes y en el estilo de vida del sujeto; debido a que por los valores y objetivos de la sociedad contemporánea el trabajo relacionado con el mundo productivo del país es altamente valorado y se le concibe no solo como un medio de subsistencia sino como una forma de vida, porque es el motor de la economía y gracias a él la sociedad sobrevive.
- 10.-Evidentemente la sociedad es movida por valores conforme a los cuales se juzga la importancia de las personas, objetivos, pautas de comportamiento, etc. Estos valores fundamentan a su vez las actitudes de los sujetos hacia los diferentes aspectos de la vida entre los que se cuenta a la jubilación; en la actualidad se valora la belleza física, el vigor de la juventud, el trabajo, el dinero y la productividad; por lo tanto todo lo que se aparte de estos criterios de valoración no es apreciado ni codiciado como sucede con la jubilación y en general con la tercera edad.
- 11.-Por ser el hombre un ser social por naturaleza representa en su vida numerosos papeles, a consecuencia de los valores sociales es el rol profesional uno de los que tienen mayor significado para el sujeto, esto conduce a que en muchos casos se de un rechazo al retiro debido a que el jubilado se percibe a sí mismo como inútil y poco valioso para la comunidad, porque ha sido apartado del mundo-

productivo; esta actitud negativa frente a la jubilación y esta - desvalorización origina una serie de desajustes de orden físico, psicológico y social situación que demanda la existencia de una - educación o preparación para el retiro.

12.-Todo lo analizado respecto a la naturaleza del trabajo y su significación en la sociedad contemporánea permite comprender el porque el cese de la actividad laboral origina un desequilibrio en la vida del sujeto, pero al mismo tiempo da pauta y abre caminos para poder orientarlo; ya que el trabajo es cualquier actividad realizada libre y responsablemente con un fin determinado, por lo tanto la - jubilación no implica que el hombre dejará de trabajar para siempre; por el contrario únicamente cambiará de actividad ya que el - trabajo es indispensable y terapéutico en la vida del hombre y su ausencia causa una serie de conflictos psicológicos, esto pone de relieve la necesidad de mantenerse ocupado en actividades significativas. Es necesario conscientizar al jubilado que no sólo se - pueda contribuir a la sociedad a través de una actividad remunerada sino que existen numerosos quehaceres con gran proyección social a través de los cuales se conserva un lugar dentro de la comunidad a la que se pertenece y se contribuye al desarrollo de ésta, evitando así la amarga sensación de ya no ser útil.

13.-Ya que es importante para cada sujeto percibir su trabajo como un elemento de colaboración social, a través del cual se contribuye a la mejora de otros, es necesario que dentro de las actividades elegidas por el jubilado para invertir su tiempo exista alguna que incida directamente en la sociedad.

14.-Se puede considerar a la jubilación como una conquista de tipo legal que al mismo tiempo es un derecho y una obligación. Es un de-

recho otorgado al trabajador para protegerlo en su vejez e inhabilitación, quien para poder disfrutarlo debe estar separado del — servicio. Es una obligación para el patrón, quien por ley debe — continuar otorgando sus salarios en forma de pensión a los trabajadores por los años de servicio prestados. Más sin embargo sí — bien la jubilación es considerada en primer lugar una conquista — de tipo legal, engloba también aspectos de orden psicológico, físico y social por tal motivo para poder abarcarla en toda su magnitud hay que estudiarla de modo integral.

- 15.-Con base en los valores de la sociedad contemporánea se considera que la jubilación marca el inicio de la vejez y que en esta etapa de la vida el hombre ha perdido la mayor parte de sus capacidades, lo cual lo limita en su acción y lo conduce a la inutilidad. Después de todo lo analizado en la presente investigación se puede — determinar que ambas afirmaciones no resultan ciertos en todos — los casos, debido a que el envejecimiento es un proceso continuo e individual en el que influyen infinidad de factores (sexo, profesión, estilo de vida, clase social, etc.) mientras que la jubilación es un hecho cronológico fijo, por lo tanto no toda persona al llegar al retiro se ubica ya dentro de la etapa de la vejez; — por otro lado ya que el avance de la ciencia en los últimos años — ha sido de gran alcance y las condiciones de vida han mejorado, — las personas pueden conservar por más tiempo sus facultades tanto físicas como mentales en buen estado, esto permite afirmar que en la actualidad la gente vive no solo más tiempo sino mejor, lo cual hace posible que quien se jubila se mantenga integrado y activo — en la sociedad.

- 16.-Definitivamente se concluye que si bien se presentan cambios en — las capacidades físicas al paso de los años, sin haberse podido —

determinar aún el porqué envejece el organismo; en cuanto a las capacidades mentales estas pueden conservarse en buenas condiciones hasta muy avanzada edad, siendo la clave para ello ejercitarlas ya que una mente activa permite tener apertura, curiosidad, deseo de aprender y de relacionarse con los demás; por lo tanto si el jubilado se lo propone y así lo decide puede continuar viviendo plenamente aprendiendo nuevas cosas y dedicándose a actividades afines a sus características individuales. La jubilación puede ser por lo tanto el momento de evaluar hasta que grado se han desarrollado las capacidades y talentos y de modificar el curso de la vida planteando nuevas metas que permitan descubrir aún más de sí mismo y de las propias posibilidades.

17.-En conclusión la jubilación puede ser causa de conflictos biopsicosociales porque:

-Debe darse una reorganización de la jornada diaria ya que los horarios de descanso, trabajo, etc. al cambiar radicalmente la situación de vida con el retiro resultan inadaptados.

-El jubilado pasa de una situación con poco tiempo libre a otra con exceso del mismo, que si no se sabe invertir repercute negativamente en el equilibrio de la persona.

-La jubilación exige una reorganización de las relaciones sociales ya que las diversiones, amistades, estilo de vida, etc. quedan en su mayoría determinadas por el tipo de trabajo desempeñado.

-Hay desajustes en las relaciones familiares ya que la persona jubilada cuenta con más tiempo para convivir con su familia y esto produce en ocasiones un desequilibrio afectivo.

-En numerosos casos el abandonar el mundo profesional ocasiona un descenso en el nivel de vida porque las pensiones son bajas ya que solo representan una parte del salario percibido.

-En muchas ocasiones las personas no desarrollan otros intereses y -- actividades ajenas al trabajo por lo que al darse el cese de la actividad laboral se encuentran prácticamente con las manos vacías en lo que se refiere a como invertir el tiempo libre.

-A nivel social se manejan una serie de prejuicios en torno a la jubilación sustentados por los valores sociales y por una información deficiente o deformada acerca del retiro como por ejemplo: con la jubilación se inicia la vejez, la gente se jubila porque sus capacidades se han deteriorado y no pueden contribuir más al mundo productivo, -- con la jubilación se produce una muerte social, etc.

-Los esfuerzos de la sociedad y educación en su mayoría están encomendados a preparar al hombre para la vida laboral; y se ha descuidado la educación para la etapa posterior al trabajo, es decir la jubilación, esto obliga al sujeto a enfrentarse a este cambio radical de su vida sin estar preparado para ello.

18.-Se puede afirmar que la jubilación se presenta como un suceso desagradable con mayor frecuencia entre la gente de escasos recursos económicos y con un bajo nivel cultural debido a que:

-El trabajo que desempeña suele implicar un mayor desgaste físico que mina a más temprana edad sus capacidades.

-Realiza por lo general trabajos mecánicos que no contribuyen al desarrollo de la creatividad, lo cual dificulta la elección de nuevas ac-

vidades al jubilarse.

-Debido a su bajo nivel cultural y escasos recursos económicos no desarrollan otros intereses y actividades ajenas al trabajo. Todo esto dificulta la adaptación al retiro y en no contados casos conduce a la muerte.

Por el contrario quien realiza actividades de corte intelectual y posee mayores recursos económicos tiene la posibilidad de mantenerse por más tiempo activo porque sus capacidades sufren un desgaste menor, además tienen a su alcance mayor número de oportunidades y alternativas para invertir su tiempo así como acceso a información acerca de la jubilación y la tercera edad en general; esto facilita una mejor adaptación a esa nueva etapa de la vida que representa el retiro.

19.-Como todo cambio la jubilación requiere de hacer un esfuerzo para adaptarse a ella y en muchas ocasiones es causa de crisis; esta situación suele ser más difícil para el hombre que para la mujer, debido a que ambos conciben el trabajo de manera diferente; para la mujer en general toda actividad fuera de casa significa la oportunidad de incrementar el ingreso familiar y relacionarse con otras personas, la jubilación por lo tanto le hace volver a su primer papel, el de ama de casa, al cual está perfectamente definida socialmente. Para el hombre en cambio, el trabajo es una forma de justificar la vida, de obtener un lugar en la sociedad, de lograr prestigio, etc. y la jubilación implica perder dicho lugar ya que se abandona el trabajo altamente valorado sin tener un rol de sustitución.

20.-Definitivamente uno de los grandes retos a superar en la jubilación es el exceso de tiempo libre que se enfrenta y la incapaci-

dad de invertirlo en actividades interesantes y significativas para la persona; esta situación es altamente riesgosa debido a que cuando se carece de alguna actividad se corre el peligro de caer en el aburrimiento y en la apatía, esta situación conduce a la persona al aislamiento con la consecuente melancolía y pérdida de interés por la vida, este estado a su vez hace propensa a la persona a contraer enfermedades y la muerte misma. Con esto se pone de relieve la necesidad de que el jubilado se mantenga ocupado e invierta su tiempo en actividades educativas, cívicas, religiosas, recreativas, que sean importantes para la persona y planeadas mucho antes que llegue la jubilación.

21.-Definitivamente se puede afirmar que en general son las actitudes desfavorables que se manejan frente al retiro, así como la estructura, y organización social que limita las oportunidades y posibilidades de seguir participando activamente en la comunidad a las personas jubiladas, lo que propicia una aceleración del proceso de envejecimiento y no tanto los factores biológicos.

22.-Como se determinó a lo largo de esta investigación la jubilación puede originar reajustes psicológicos que concluyendo pueden ser causados en general por:

a) Una polarización por el trabajo, debido a que:

-Se considera que solo a través del ejercicio de una profesión determinada se logra realización, situación que se presenta porque se identifica el sentido de la vida con la capacidad para trabajar.

-Por desconocimiento del verdadero significado y naturaleza del trabajo.

-Por necesidad económica.

- b) Porque no se desarrollan otros intereses y actividades ajenos al trabajo.
- c) El exceso de tiempo libre y la incapacidad de invertirlo en actividades significativas.
- d) El descenso del nivel de vida causado por que en muchos casos el ingreso del jubilado es menor con respecto al del sujeto activo.
- e) Por la influencia de los valores sociales y de los prejuicios en torno a la jubilación existentes en la sociedad contemporánea.

Todo esto demuestra una vez más la necesidad de que la preparación para la jubilación persiga como principal objetivo que el jubilado planee su vida con antelación y determine las actividades en las que invertirá su tiempo y con las cuales podrá incrementar su ingreso mejorando su nivel de vida y conservando un lugar definitivo en la sociedad.

23.-La jubilación repercute en la esfera social del individuo porque la importancia que la sociedad concede a cada persona se fundamenta en valor profesional de ésta, por tal motivo la actividad laboral tiene gran impacto e importancia y se convierte en el eje de las relaciones sociales del sujeto, esto obliga al jubilado a hacer una reorganización en su vida social, que es diferente para cada sujeto dependiendo de la estructura social y familiar a la que pertenece, pero en general el individuo debe concientizarse de que la jubilación marca el inicio de una nueva etapa caracterizada por un cambio de grupo y una acentuación de las relaciones familiares.

24.-La familia juega un papel muy importante en la adaptación del jubilado a su nueva vida, ya que ésta es la primera sociedad a la que el sujeto pertenece y en la que se mezclan el afecto y la so-

lidaridad que requiere al jubilado para no sentirse solo y apartado de la sociedad.

25.-El cese de la actividad laboral ocasiona en la mayoría de los jubilados una disminución de sus recursos económicos debido a que-- al separarse del mundo productivo su ingreso queda en manos del plan de pensiones, por lo tanto este es bajo para el resto de su vida; esta situación hace necesario que el prejubilado determine y empiece a desarrollar actividades que le permitan al mismo tiempo expresar su personalidad y desarrollar sus intereses y por otro lado incrementar con ellas sus ingresos lo cual es muy importante porque la disminución en la economía del jubilado no solo repercute en el aspecto material sino también en el aspecto psicológico-- porque el descenso en el nivel de vida de la persona restan seguridad, prestigio, etc. dentro del grupo social y esto lo conduce al aislamiento.

26.-En la actualidad se da una supervaloración de la juventud por lo-- que se desprecia o pretende ignorar las siguientes etapas de la vida, principalmente a la vejez a la que se le teme, esto causa un descontrol y desequilibrio en la cultura debido a que la tercera edad es parte del ciclo de la vida y el momento en el que se alcanza plenitud en muchos aspectos; la jubilación debe ser por tanto una oportunidad de realización ya que es el momento en que se le impone al hombre lo que debe hacer, esto es una decisión personal en la que se pone en ejercicio la libertad y responsabilidad.

27.-Se concluye que un importante aliado del hombre para el logro de una realización y plenitud es la educación, la cual es considerada como un proceso con los siguientes características: Dinámico,-

acumulativo, integral, de expansión y de autolimitación.

28.-La Pedagogía, es la ciencia que tiene como objeto formal a la educación y que persigue como fin la consecución del hombre perfecto; se considera una ciencia especulativa en cuanto que busca conocer y explicar el proceso educativo, y dado que a través de esta ciencia pretende descubrir las normas que rigen a la educación se afirma que es también normativa y práctica; a su vez por este carácter práctico la Pedagogía no solo es considerada ciencia sino también arte. Según estudie al proceso educativo esta ciencia se divide en general y en diferencial y es en esta última en donde se incluye la educación para la jubilación; ya que estudia la actuación conjunta de los fenómenos educativos en una situación o realidad determinada con base en diferentes criterios como son: Diferencias de sexo, de edad, de personalidad, etc.

29.-Todos los hombres son al mismo tiempo educandos y educadores; esto último es mucho más significativo en la vejez debido a que ya se ha vivido gran parte de la vida y se está cosechando todo lo sembrado, en este momento se hace más evidente por lo tanto la fecundidad o la infecundidad de una existencia, de ahí la necesidad de que a través de la educación se busque una revalorización de la tercera edad y de lo que esta implica como es la jubilación.

30.-A través de la educación es necesario concientizar al jubilado de que su contribución a la sociedad no ha terminado sino que tiene un fuerte compromiso personal y social de colaborar en la formación de las nuevas generaciones a través de su ejemplo y experiencia. Es primordial también mostrarle situaciones nuevas e interesantes acordes a sus características y a través de las cuales si que encontrando motivos para vivir alegre y satisfactoriamente.

Esta labor corresponde no solo al jubilado y a los profesionales relacionados con el estudio de la vejez y la jubilación sino a la sociedad en general.

31.-Solo el hombre jubilado que programe con antelación su vida y comience lo antes posible a dar los pasos necesarios para alcanzar sus metas podrá lograr adaptarse a la nueva vida que implica el retiro. Por tal motivo la edad idónea para comenzar a prepararse para la jubilación es a los cuarenta y cinco años, debido a que en este momento de la vida el sujeto tiene perfectamente determinados todos los aspectos que abarca ésta; por lo tanto es la ocasión de enseñar al individuo tanto a ser flexible como a comprender los cambios y modificaciones que inevitablemente van a presentarse, junto con las soluciones y alternativas para adaptarse mejor a estos cambios. El dejar para el último trazar un programa o plan de vida limita las posibilidades de adaptarse a la jubilación facilitando con ello la aparición de los desajustes biopsicosociales.

32.-Después de analizar la función educativa dentro de la empresa, se llegó a la conclusión de que la educación para el retiro si puede ser integrada dentro de las funciones del área de recursos humanos ubicándose en la modalidad de capacitación denominada desarrollo y dentro de ésta en integración de la personalidad, porque lo que se intenta a través de la preparación para la jubilación es una modificación de las actitudes de los sujetos hacia sí mismos y hacia ese evento que es el retiro. Por otro lado dentro de las funciones de dicho departamento se cuenta la planeación de vida y carrera que es también un objetivo relevante de la educación para la jubilación; este tipo de educación como todas las realizadas por la empresa debe ser integral.

- 33.-El impartir la preparación para la jubilación dentro de la empresa tiene sentido por dos motivos principales; primero porque esto ayudaría a evitar la disminución en el rendimiento característico en los empleados próximos al retiro debida a la incertidumbre causada por el desconocimiento del rumbo que tomará la vida al efectuarse la jubilación y segundo porque así como la empresa se preocupa por la capacitación de sus empleados para el mejor desempeño de su trabajo, es conveniente por justicia social que contribuya también a que éstos logren un desarrollo personal al término de su actividad laboral.
- 34.-Se puede afirmar que las tres grandes causas de insatisfacción en la jubilación son: los motivos de orden económico, la ociosidad y la soledad; por tal motivo es conveniente que en los cursos de educación o preparación al retiro se traten los siguientes puntos: Salud, aspecto psicológico, aspecto social, aspecto económico y plan de vida siendo este último fundamental ya que a través de él se busca orientar al prejubilado en la elaboración de un plan de vida futuro que le permita seguir desarrollando sus capacidades experimentando así plenitud en la vida y evitando la presencia de los desajustes biopsicosociales consecuentes al retiro y que pueden conducir a la persona a la muerte misma, a causa de sufrir una falta de sentido y contenido en la vida.
- 35.-Es importante tomar en cuenta al orientar al prejubilado en la elección de una nueva actividad que si bien puede tratarse de algo relacionado con el trabajo desempeñado no necesariamente tiene que ser así, sino que por el contrario puede elegir alguna actividad relacionada con sueños profesionales, vocaciones y aptitudes no desarrolladas hasta entonces. Es importante que el programa de actividades se elabore con tres o cinco años de anticipación y --

ponerlo en práctica también mucho antes de jubilarse de tal manera que cuando la persona se retire este ejercitada en esos nuevos quehaceres.

36.-Es necesario concientizar al prejubilado de lo peligrosa que puede ser la jubilación para la salud física y mental, si no se está preparado para vivirla ya que no solo se trata de unas vacaciones permanentes sino de un cambio radical de vida para cuya exitosa--adaptación es necesario planear con antelación las actividades --futuras y comenzar a practicarlas a la mayor brevedad posible.Un--importante aliado para la consecución de lo anterior es la educa--ción para la jubilación en forma de cursos cuyo objetivo sea la--preparación para el retiro.

37.-Los cursos de preparación para el retiro deben ser integrales, es decir, contemplar no solamente una parte teórica sino que a tra--vés de ellos se orienta y apoya al prejubilado en la elaboración--de un programa de su vida futura ya que esa es la clave para evi--tar que el sujeto experimente los desajustes que puedan ser oca--sionados por el retiro.

38.-Los cursos de preparación al retiro son un medio sumamente eficien--te en la educación para la jubilación ya que a través de ellos, --se reúne a un grupo de personas que vivirán una situación similar y por medio de la aportación de cada sujeto de sus ideas, concep--tos y planes acerca de la jubilación se enriquece al grupo en ge--neral ampliándose y mejorándose el concepto de la jubilación y --sus posibilidades.

39.-Si bien la sociedad mexicana está constituida en su mayoría por--jóvenes, representando la población senil solo un mínimo porcenta

je, esto no justifica que los problemas de la tercera edad no -- sean considerados relevantes y se prevengan desde ahora antes de -- que tomen carácter de urgente. En cuanto a esto no basta tan solo -- establecer una política de protección al jubilado y al anciano en -- general sino que también es necesario a nivel social abrir las po -- sibilidades a actividades acordes a las características y necesida -- dos del jubilado, con lo cual se libraría a éste del ocio que lo -- conduce a experimentar una falta de sentido en vida al sentirse -- aislado e inútil y por el contrario se evitaría que perdiera la -- fe en sí mismo y en la comunidad. Por otro lado en momentos de -- crisis como el actual sería altamente benéfico aprovechar la expe -- riencia y conocimientos adquiridos por estas personas al paso de -- los años.

40.- Actualmente se maneja a todas las edades un gran temor por enveje -- cor y consecuentemente se rechaza todo lo relacionado con esta -- etapa de la vida, como la jubilación, eso se debe a que se concibe al anciano como un ser inútil, achacosos e improductivo; a raíz de este trabajo se llegó a la conclusión de que la vejez es una -- etapa de la vida como cualquier otra con posibilidades y limita -- ciones, pero que para vivirla plenamente es necesario prepararse -- para ella desde la niñez buscando siempre un desarrollo mental y -- físico a lo largo de la vida.

## BIBLIOGRAFIA.

- 1.-BEAL, GEORGE, et al. Conducción y Acción Dinámica del Grupo. Primera edición. Edit. Kapelusz, Buenos Aires, 1964. p.p. 332.
- 2.-BEAUVOIR, SIMONE DE. La Vejez. Primera Edición. Edit. Hermes, México 1985. p.p. 679.
- 3.-BELLAK, LEOPOLD. Los Mejores Años de la Vida. Traducción Leonor -- Calvera. Primera Edición. Edit. Ateneo, Argentina, 1975. p.p. 332.
- 4.-BIZE, P. R., et al. Una Nueva Vida la Tercera Edad. Primera Edición. Ediciones Mensajero, Bilbao, 1973. p.p. 255.
- 5.-BRADFORD LELAMA, P. Jubilaciones y Pensiones. Edit. Trillas, México, 1976. p.p. 192.
- 6.-CALDERON CORDOBA, HUGO. Manual para la Administración del Proceso de Capacitación de Personal. Primera edición. Edit. Limusa, México, 1982. p.p. 129.
- 7.-CANAL RAMIREZ, GONZALO. Envejecer no es Deteriorarse. Quinta edición. Edit. Paraninfo, Madrid, 1981. p.p. 319.
- 8.-CASARES ARRANGOIS, DAVID, et al. Planación de Vida y Carrera. Séptima edición. Edit. Limusa, México, 1984. p.p. 158.
- 9.-CASSALS, IGNASI. Sociología de la Ancianidad. Primera edición. Edit. Mezquita, Madrid, 1982. p.p. 136.

- 10.-COMFORT, ALEX. Una Buena Vida la Tercera Edad. Segunda edición. — Edit. Debate, Madrid, 1984. p.p. 279.
- 11.-CONSTITUCION POLITICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS. Septuagésima Segunda edición. Edit. Porrúa S.A., México, 1982. p.p. 141.
- 12.-DIAZ, DIEGO. La Última Edad. Primera edición. Edit. EUNSA, Pamplona 1976. p.p. 154.
- 13.-DIAZ GUERRERO, ROGELIO. Psicología del Mexicano. Cuarta edición. Edit. Trillas, México, 1985. p.p. 332.
- 14.-FICHTER H., JOSEPH. Sociología. Undécima edición. Edit. Herder, - Barcelona, 1977. p.p. 454.
- 15.-FRANKL E., VICTOR. Psicoanálisis y Existencialismo. de la psicología a la logoterapia. Traducción Carlos Silva. Segunda edición. — Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1978. p.p. 351.
- 16.-FRIEDMANN, GEORGES, et al. Tratado de Sociología del Trabajo I. Traducción Julieta Campos. Primera edición. Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1985. p.p. 466.
- 17.-FRIEDMANN, GEORGES, et al. Tratado de Sociología del Trabajo II. Traducción Julieta Campos. Primera edición. Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1985. p.p. 446.
- 18.-FUENTES AGUILAR, RAUL, et al. Salud y Vejez. Primera edición. Edit. El Caballito, México, 1978. p.p. 374.
- 19.-GAGO HUGUET, ANTONIO. Elaboración de Cartas Descriptivas Guía pa

- ra preparar el programa de un curso. Primera edición. Edit. Trillas, México, 1985. p.p. 115.
- 20.-GARCIA ALONSO, L. Los Virtudes Humanas y el Trabajo. Anuario Filosófico. Volumen XIII, Universidad de Navarra, 1980.
- 21.-GARCIA ILOZ, VICTOR. Principios de Pedagogía Sistemática. Novena edición. Ediciones Rialp, Madrid, 1978. p.p. 677.
- 22.-GODOY, OMA. Al Atardecer. Primera edición. Edit. Jus, México, 1985. p.p. 101.
- 23.-GUTIERREZ SAENZ, RAUL. Introducción a la Didáctica. Segunda edición. Edit. Esfinge, México, 1980. p.p. 239.
- 24.-HOLLANDER P., EDWIN. Principios y Métodos de la Psicología Social. Segunda edición. Edit. Amarrurto, Buenos Aires, 1978.p.p. 515.
- 25.-HYACINTHE, DUVREBIL. Historia Social del Trabajo. Edit. Plaza Janes S.A., Barcelona, 1971. p.p. 450.
- 26.-INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICA GEOGRAFIA E INFORMATICA. X Censo General de Población y Vivienda, 1980. México, 1984.
- 27.-INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD. Acción y Proyección del INSEN. México, 1982.
- 28.-INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD. Preparación para el Retiro. México, 1982.
- 29.-KASTENBAUM, ROBERT. Vejez Años de Plenitud. Traducción Xavier Guz-

- mán Rangel. Primera edición. Edit. Harri S.A. de C.V., México, --  
1980. p.p. 128.
- 30.-LARA MORENO, XAVIER. Triunfar en la Tercera Edad. Primera edición  
Ediciones Mensajero, España, 1982. p.p. 216.
- 31.-LAROYO, FRANCISCO. La Ciencia de la Educación. Primera edición.  
Edit. Porrúa S.A., México, 1983. p.p. 609.
- 32.-LEHR, URSULA. Psicología de la Senectud. Traducción Alfredo Gua--  
rra Miralles. Primera edición. Edit. Herder, Barcelona, 1980. --  
p.p. 432.
- 33.-MORENO PADILLA, JAVIER. Ley del Seguro Social. Séptima edición. Edit.  
Trillas, México, 1981. p.p. 576.
- 34.-NERICI, GIUSEPPE IMIDEO. Hacia una Didáctica General Dinámica. --  
Traducción Ricardo Nervi. Segunda edición. Edit. Kapelusz, Buenos  
Aires, 1973. p.p. 535.
- 35.-OLIVEROS F., OTERO. Realización Personal en el Trabajo. Edit. --  
EUNSA, Pamplona, 1978. p.p. 154.
- 36.-PALLIAT, PAUL. Sociología de la Vejez. Traducción A. Artis. Primo  
ra edición. Edit. Dikos-Tau S.A., Barcelona, 1971. p.p. 125.
- 37.-PITKIN, WALTER B. Viva Feliz después de los Cincuenta. Primera --  
edición. Edit. Central, Buenos Aires, 1976. p.p. 205.
- 38.-PYKE, MAGNUS. Como Disfrutar una Larga Vida. Traducción Mariluz --  
Caso. Primera edición. Edit. Fondo de Cultura Económica, México, --

1983. p.p. 214.

- 39.-ROBLEDO SANTIAGO, EDGAR. Seguridad Social. Edit. Talleres del --  
ISSSTE. Colección Seminario No. 2, México, 1964. p.p. 182.
- 40.-SECRETARIA DEL TRABAJO. Trabajadores de Edad Madura: Trabajo y Ju-  
bilación. Conferencia Internacional del Trabajo, Ginebra, 1980.
- 41.-SILICED, ALFONSO. Capacitación y Desarrollo de Personal. Segunda-  
edición. Edit. Limusa, México, 1985. p.p. 152.
- 42.-SINDICATO MEXICANO DE ELECTRICISTAS. Contrato Colectivo de Traba-  
jo. Compañía de Luz y Fuerza del Centro, S.A.México, 1985.
- 43.-SMITH V., KARL, et al. La Conducta del Hombre. Introducción a la  
Psicología. Traducción Selva Esmeralda Ucha. Segunda edición. Edit.  
EUDEBA, Argentina, 1967. p.p. 544.
- 44.-STANLEY, BABSON. Rotación, Depresión y Obsolescencia de Recur-  
sos Humanos y Política de Incentivos para Personal. Edit. Limusa,  
México, 1978.
- 45.-SUPER, DONALD E. Psicología de la Vida Profesional. Edit. Rialp, -  
Madrid, 1962.
- 46.-TRUEBA URBINA, ALBERTO, et al. Ley Federal del Trabajo: Reforma -  
Procesal de 1980 Cincuenta y treceava edición. Edit. Porrúa S.A.  
México, 1985. p.p. 893.
- 47.-VIALATOUX, J. Significación Humana del Trabajo. Edit. EUNSA, Pam-  
plona, 1978. p.p. 150.

DICCIONARIOS Y ENCICLOPEDIAS.

- 48.-ARGENTINA ARISTÉDES QUILLET S.A. Diccionario Enciclopédico --  
"Quillet". Buenos Aires, 1974. Tomo VIII.
- 49.-EDICIONES DANAE S.A. Enciclopedia Básica Danae. Barcelona, 1973.-  
 p.p. 1305.
- 50.-RIALP S.A. Gran Enciclopedia Rialp "GER". Madrid, 1975. Tomo VIII.
- 51.-RIALP S.A. Gran Enciclopedia Rialp "GER". Madrid, 1975. Tomo XII.

ARTICULOS.

- 52.-BOLIO Y ARCIENEGA, ERNESTO: El Trabajo un medio Terapéutico. En:  
 Itsmo, Editora de Revistas S.A., No. 125, México 1979.
- 53.-COSACOV, GUSTAVO DANIEL: Legislación del Cambio Social. En: de --  
 Senescencia órgano cultural dignificador de la vejez, No. 3 México  
 1978.
- 54.-GARCIA ROJAS, FERNANDO. La Jubilación. En: de Senescencia órgano-  
 cultural dignificador de la vejez, No. 2 México, 1978.
- 55.-STERN, JOSE. La Senectud y sus condiciones de Vida en Alemania --  
Occidental. En: de Senescencia órgano cultural dignificador de --  
 la vejez, No. 3 México, 1978.

## TESIS CONSULTADAS.

- 56.-GARZA HINOJOSA, TERESITA DEL NIÑO JESUS. Educación del Anciano -- cuando en éste se manifiesta una pérdida de interés ante la vida. Tesis profesional. Licenciatura en Pedagogía. Universidad Panamericana, 1982.
- 57.-MANNING MARTINEZ, ELIZABETH ROSA; Alternativas para la Educación de la Vejez a través del diseño de un modelo educativo de terapia educacional para jubilados. Tesis profesional. Licenciatura en Pedagogía. Universidad Panamericana, 1983.
- 58.-PICHARDINI QUINTANA IRWA. Trabajo y Jubilación: el caso de México. Tesis profesional. Licenciatura en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México, 1984.

## ANEXO 1.

## SITUACION DEL JUBILADO EN OTROS PAISES.

Se ha visto que la jubilación ha sido objeto de mayor atención - por parte de los países llamados desarrollados.

A continuación se verán los casos de países del bloque socialista y países del bloque capitalista, para ilustrar lo anteriormente señalado.

## RUSIA. (1)

En la URSS la situación es la siguiente; hay más de 20 millones - de personas de 60 años; aproximadamente el 10% de la población. El derecho a la seguridad social inscrito en la Constitución de 1936 ha sido reconocido desde la instauración del régimen soviético. Todos los asala-riados están cubiertos por el régimen general. La pensión es concedida - a los hombres a los sesenta años de edad y 25 años de actividad asalariada, para los trabajos penosos, la jubilación está concedida para los hombres a los 50 años con 20 años de actividad asalariada, para las mujeres a los 45 años de edad con 15 años de actividad asalariada. Se pre-ven aumentos para los casos en que se excedan por lo menos 10 años al tiempo de trabajo exigido.

Cuanto más bajo es el salario, más alto es el coeficiente que se - le aplica para calcular la pensión, siendo la más alta de 120 rublos.

---

1) cfr. PYKE, Como Disfrutar una Larga Vida, v.gr. 111 a 115

Los jubilados tienen derecho a trabajar hasta igualar un salario mensual de 100 rublos, su trabajo es controlado por comisiones de seguridad.

Es tradición aún en las ciudades que los padres viejos vivan con sus hijos, aunque también pueden vivir solos en alojamientos clásicos - y hogares.

En los últimos años un número importante de personas de edad - han sido alojadas en edificios especiales en donde ocupan los pisos inferiores. Existen muchas pensiones para jubilados situadas generalmente en las zonas suburbanas, en la mayoría de las cuales el confort es modesto pero ofrecen a los pensionistas numerosas actividades y distracciones.

Dado que el individuo está mucho más ligado a la vida política y social, la persona de edad no se siente excluida de la comunidad, conserva actividades en el Partido, en su barrio, en su casa, etc.

Esto refleja que están mucho menos abandonados tanto por la familia como por la sociedad.

#### HUNGRÍA. (2)

La población de Hungría ha envejecido, fenómeno producido por el conjunto de medidas sociales, económicas, sanitarias y culturales adoptadas en los últimos 25 años y que han dado por resultado la prolongación de la duración media de la vida.

En Hungría como en todas las partes del mundo los tres principales problemas de la población son:

---

2) cfr. BEAUVOIR, La Vejez, v. gr. 665 a 672.

-Los medios de existencia.

-La enfermedad.

-La soledad.

El estado socialista contribuye a atenuar estos problemas a través del Sistema de Prestaciones Sociales y su política social.

La legislación que se ha ido elaborando a medida que se ha instaurado el socialismo ha creado una seguridad social homogénea. Esto ha contribuido a que el número de beneficiarios de las prestaciones sociales no deje de aumentar y abarque incluso a los campesinos que antes quedaban desprotegidos. Por otro lado a medida que el Estado se ha ido consolidando económicamente, las prestaciones han aumentado considerablemente.

En la actualidad el 97% de la población anciana se beneficia de la seguridad social. El 3% restante se trata de ancianos que por haber ejercido profesiones liberales no se preocuparon por asegurarse una jubilación, pero aunque no tengan pensión, en caso de enfermedad o si lo necesitan gozan de dichas prestaciones sociales, de atención médica gratuita, de la gratuidad de los alimentos y de la hospitalización.

En cuanto los medios de subsistencia, para la gran mayoría de los ancianos están asegurados por la Ley Homogénea (\*) de Pensiones y Jubilaciones. Los ancianos que no se benefician de estos subsidios porque no se han asegurado el derecho de obtener del Estado ayudas regulares, salvo si sus familias pueden mantenerlos y aún así gozan de diversas prestaciones médicas y hospitalarias de la seguridad social.

---

\*) Se califica de homogénea a esta ley porque garantiza derechos iguales e idénticos a todos los trabajadores.

Los rasgos principales de ese sistema de jubilaciones y pensiones son los siguientes:

-Abarca a obreros, empleados, trabajadores intelectuales, miembros de cooperativas agrícolas y artesanales, artesanos privados, es decir — abarca a todas las capas de la sociedad.

-Extiende sus beneficios a los miembros de las familias de los asegurados y derechohabientes.

-Abarca la vejez y la invalidez.

-Concierna en especial a los ancianos pero en caso de deceso del que tiene derecho a la jubilación, lo garantiza para su viuda, padres o abuelos si estaban a su cargo.

Las nuevas leyes, las medidas de las autoridades y las iniciativas adoptadas por las empresas tienen en cuenta los intereses y las necesidades de los viejos.

Por lo que la ley promulgada últimamente sobre el comportamiento de las cooperativas agrícolas estipula que nadie puede quedar excluido como miembro de una cooperativa por vejez o incapacidad de trabajo y — tampoco se les puede privar a los viejos y a los inválidos del goce de tierras.

Los ancianos obreros y los maestros pueden seguir trabajando aún después de haberse jubilado en sus antiguos puestos o bien en centros sociales de empleo creados por los consejos locales, se trata de trabajos fáciles con un horario reducido y que les permite aumentar el monto de la pensión.

En cuanto a la soledad, la sociedad se esfuerza por remediar dicha situación. Actualmente existen en el país administradas por el Estado, por consejos locales o por la Iglesia, casas para jubilados, en donde los pensionistas pagan solo un tercio de los gastos efectivos de alojamiento, comida y otros.

La mayoría de estos establecimientos están a la altura de su misión por la calidad de alojamiento, de la comida y de los cuidados que brindan, hay además biblioteca, televisión, radio, sala de estar y sala de juegos.

#### ALEMANIA OCCIDENTAL. (3)

Llegando a la edad de 60 años cada persona empieza a recibir periódicamente boletines cuyo fin es prepararle para la vida después de la jubilación. A partir de los 70 años hay una nueva ocupación tratando de motivar a la persona para que siga sintiéndose integrada al núcleo de la sociedad.

Personas cuya pensión es baja, pueden recibir ayuda para el pago de su renta, para los servicios prestados a domicilio y para ir de vacaciones.

Los pensionados y rentistas que quieran seguir trabajando lo hacen en general por el deseo de sentirse útiles y no por la necesidad económica (aunque hay sus excepciones).

---

3) cfr. STERN "La Senectud y sus Condiciones de Vida en Alemania Occidental". En de Senescencia, v. gr. 12 a 14.

Para estas personas existe una asociación civil no lucrativa: "El Activo Atardecer" que abarca todo tipo de empleos según la capacidad y el deseo del aspirante. La duración del trabajo no puede exceder de cuatro horas diarias o veinte semanarias, ya que más horas de ocupación afectaría la mente del jubilado.

Debido a que reciben pago igual los asociados forman una hermandad sin fricciones, ninguno se siente más importante que el otro, no hay contrato de trabajo con la empresa que proporciona el empleo, los impuestos correspondientes los paga la asociación, cada miembro está asegurado contra accidentes.

La asociación cobra al empresario por cada hora de trabajo del asociado una cantidad fija un tanto superior de la paga al asociado; la diferencia es para pagar los gastos de la administración, renta, sueldos, impuestos, prima de seguro, eventos sociales.

#### ESTADOS UNIDOS.(4)

Algunas de las empresas imparten cursos de entrenamiento para el retiro, así como planes de jubilación:

- a) El retiro gradual: Que consiste en que el trabajador a cierta edad comience a disminuir sus días laborales hasta llegar a la jubilación.
- b) El retiro retardado: Que permite, que si el trabajador anciano desea seguir trabajando pueda, a través de solicitarlo a la empresa posponer su jubilación.

---

4) cfr. RICHARDINI, Trabajo y Jubilación: El caso de México, 170.

c) Retiro por fases: A través de este plan un trabajador puede seguir laborando con permiso de un Comité de Retiro, el trabajador tomará un mes adicional de permiso sin goce de sueldo por cada año agregado, mientras tanto su pensión aumenta por cada año adicional de trabajo.

ANEXO 2.  
ASPECTO LEGAL DE LA JUBILACION.

Instituto Mexicano del Seguro Social.(5)

Los trabajadores de empresas particulares son asegurados por el - Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), en los siguientes ramos:

- Enfermedad general.
- Invalidéz.
- Maternidad.
- Vejez.
- Cesantía.
- Muerte.

Habiendo distintas modalidades según los convenios que las empresas hagan con el Instituto para asegurar a los empleados solo en ciertos ramos.

El Régimen de Pensiones y Jubilaciones del IMSS, es un estatuto - que dá protección más amplia y reemplaza al Plan de Pensiones determinado por la Ley del Seguro Social en el ramo de invalidéz, vejez, cesantía, muerte y riesgos de trabajo.

Las prestaciones contempladas por este régimen son las siguientes:

- a) Jubilación por años de servicios.
- b) Jubilación por edad avanzada.

---

5) cfr. MORENO PADILLA, Ley del Seguro Social, v. gr. 94 a 105.

- c) Pensión por riesgo de trabajo.
- d) Pensión por invalidez.
- f) Asignaciones familiares.
- g) Ayudas asistenciales que corresponden a la esposa, concubina, a los hijos y los padres de los jubilados.

Las cuantías de las jubilaciones y pensiones se pagan por quincenas vencidas y su monto se determina con base en:

- 1.- Los años de servicios prestados por el trabajador.
- 2.- El último salario que el trabajador disfrutaba al momento de la jubilación o pensión.

El salario base sirve para determinar las cuantías de las jubilaciones y pensiones.

El derecho a la jubilación se obtiene en dos casos:

- a) Derecho a la jubilación por edad avanzada: Que se adquiere cuando el trabajador cumple sesenta años de edad y tiene mínimo diez años de servicios.
- b) Jubilación por años de servicios: Que el trabajador obtiene siempre y cuando haya cumplido treinta años de servicios sin límite de edad.

Las asignaciones familiares se consideran una ayuda por concepto de carga familiar y se otorga a los beneficiarios de los jubilados o de los pensionados por invalidez.

Se concede ayuda asistencial por prescripción médica al jubilado-

o pensionado cuando su estado físico requiera de cuidado permanente y continuo de otra persona con base al dictámen médico y la ayuda asistencial ascenderá hasta un 20% de la pensión del jubilado.

La ayuda por concepto de gastos de funeral, consiste en el importe de cinco mensualidades de la pensión de que disfrutaba el jubilado o pensionado al momento de su fallecimiento, independientemente de las prestaciones que por tal motivo otorgue la Ley del Seguro Social.

A los jubilados o pensionados se les otorgará un aguinaldo anual equivalente a quince días de la pensión que reciban.

Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado.(6)

Régimen de Jubilaciones y Pensiones.

De las condiciones:

- 1.- Se concede la jubilación a los trabajadores con treinta o más años de servicios e igual tiempo de aportaciones al Instituto, cualquiera que sea su edad.
- 2.- Todas las pensiones que se conceden se otorgan por cuota diaria.
- 3.- Los pensionados que regresan al servicio activo, tendrán derecho a un nuevo estudio, siempre y cuando renuncien a la pensión que les fue otorgada y reintegren las percepciones obtenidas durante el período que duró la pensión.

---

6) cfr. PORRUA, edit.: Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores al Servicio del Estado, v. gr. 72 a 94.

- 4.- Cuando un pensionado incapacitado por accidente de trabajo, sea rehabilitado y reingrese al servicio activo, podrá solicitar posteriormente un nuevo estudio para pensión o jubilación.
- 5.- Al reingresar un pensionista al servicio activo deberá notificar por escrito dicha situación al Instituto.
- 6.- En caso de que se otorgue pensión a un trabajador y continúe en servicio sin haberla disfrutado, podrá renunciar a dicha pensión y obtener otra, conforme a las aportaciones efectuadas posteriormente.

De los beneficiarios pensionistas.

- 1.- Si el trabajador fallece por enfermedad no profesional y tiene quince años o más de aportaciones al fondo del ISSSTE, se otorgará a sus familiares derechohabientes, viuda, hijos menores de 18 años, concubina o ascendientes, pensión conforme marca la ley. Cuando el trabajador fallezca a consecuencia de un riesgo profesional los deudos recibirán una pensión íntegra, equivalente al 100% del sueldo que hubiese percibido el trabajador en el momento de ocurrir el fallecimiento. Si una persona pensionada por incapacidad permanente, sea total o parcial, fallece a consecuencia directa de la causa que originó la incapacidad, los familiares derechohabientes continuarán percibiendo la pensión por cuota íntegra.
- 2.- Si la muerte del pensionado por incapacidad permanente, es originada por causas ajenas a las que dieron origen a la incapacidad, se entregará a los derechohabientes el importe de seis meses de la cuota disfrutada por el pensionista.

De las transmisiones de pensión:

- 1.- Podrán recibir pensión, los familiares del jubilado o pensionado a la muerte de este, siempre y cuando acrediten sus derechos vigentes en la Ley del ISSSTE, mediante la documentación respectiva.
- 2.- Las prestaciones que derivan de la transmisión se harán efectivas a partir del día siguiente de la muerte del causante.
- 3.- Cuando son dos o más los deudos que perciben una pensión, esta se dividirá en partes iguales entre ellos, en caso de que alguno de ellos perdiera el derecho a la proporción correspondiente se distribuirá entre los restantes.
- 4.- Cuando un hijo pensionado llega a los 18 años de edad padece de alguna enfermedad que lo incapacite mental o físicamente para trabajar, la pensión por orfandad continuará, previo dictámen correspondiente por la duración de la incapacidad.
- 5.- La pensión que se otorgue a la viuda o a la concubina, se suspenderá cuando contraiga nupcias o entre en concubinato.

ANEXO 3  
PREPARACION AL RETIRO (INSEN).(7)

**Objetivo General:**

El participante conocerá los factores económicos, sociales, psicológicos que afectan su salud física y mental; logrando un cambio de actitud en su relación consigo mismo y con su ambiente familiar y social.

**Metodología:**

Técnica expositiva, técnica participativa, juegos vivenciales, tormenta de ideas y sociogramas.

**Duración:**

25 horas.

**Dirigido a:**

Personal jubilado y prejubilado.

**Materiales:**

Manual del participante, hojas de rotafolio, plumones de colores, lápices, sacapuntas, películas.

Temario:

## INTRODUCCION.

- 1 Aspectos Jurídicos.
- 2 Generalidades sobre la Medicina Geriátrica.
  - 2.1 Anatomía y Fisiología del Envejecimiento.
  - 2.2 Enfermedades más frecuentes.
  - 2.3 Ejercicios físicos.
  - 2.4 Nutrición.
- 3 Personalidad.
  - 3.1 Formación de la personalidad.
  - 3.2 Necesidades del hombre.
  - 3.3 Las etapas de la vida.
  - 3.4 Cambios en el área intelectual.
- 4 Tensiones psicosociales.
  - 4.1 Comunicación.
  - 4.2 Relaciones familiares.
  - 4.3 Sexualidad.
  - 4.4 Jubilación.
  - 4.5 Efectos psicológicos provocados por los cambios corporales.
  - 4.6 Pérdidas de personas significativas.
- 5 Ocupación del tiempo libre.
  - 5.1 Actividades físicas.
  - 5.2 Actividades domésticas.
  - 5.3 Actividades recreativas.
  - 5.4 Actividades sociales y culturales.
  - 5.5 Actividades laborales y de servicio.

ANEXO 4  
 SUBPROGRAMA DE ORIENTACION SOBRE OCUPACIONES BASICAS  
 DEL PENSIONADO O JUBILADO (ISSSTE).(8)

**Objetivo General:**

Proporcionar los elementos teórico-prácticos necesarios para lograr una vejez ocupada y con sentimiento de utilidad y así mejorar la salud mental de los derechohabientes pensionados o jubilados.

**Objetivos Específicos:**

- Orientar a los participantes sobre el significado de la jubilación o pensión y los beneficios que de ésta se pueden obtener.
- Determinar la utilidad de la experiencia del trabajador retirado a través de la elaboración de compendio de experiencia.
- Identificar la importancia de mantener una ocupación durante el retiro.
- Explicar la necesidad de mantener una relación familiar armoniosa y adecuada.
- Describir el proceso de envejecimiento para lograr la comprensión del mismo.

---

8) SUBDIRECCION MEDICA, JEFATURA DE SERVICIOS DE MEDICINA PREVENTIVA, DEPTO. DE PROMOCION DE LA SALUD. Subprograma de Orientación sobre Ocupaciones Básicas del Pensionado o Jubilado, México, 1983

**Organización de los estudios:**

Cada unidad consta de 7.5 horas de exposición desarrollándose en cinco días hábiles, con 90 minutos de exposición por día.

**Metodología:**

Se utilizarán las formas didácticas combinadas de exposición y discusión dirigida con apoyo de material impreso, diapositivas y películas.

**Contenido Temático.**

- 1.- Jubilación, pensión, descanso o marginación.
- 2.- Transmisión de experiencias.
- 3.- Ocupación del jubilado o pensionado.
- 4.- El jubilado o pensionado y su familia.
- 5.- Orientación geriátrica.

## ANEXO 5

## OBJETIVOS Y TAREAS DEL DEPARTAMENTO DE PENSIONADOS DEL DIVE. (9)

El departamento de pensionados del DIVE, tiene los siguientes — objetivos y realiza las tareas a continuación ennumeradas.

- Elevar moral, física y económicamente a los pensionados.
- Agruparlos para que reciban el beneficio de su mutua ayuda.
- Animarlos a que sigan laborando en su oficio o en otro, especialmente en aquel que siempre desearon.
- Ofrecerles las bolsas de trabajo que existen en otras instituciones.
- Formarles clubes recreativos, culturales y deportivos.
- Fomentarles religiosidad al máximo.
- Pedir a la asociación de alcohólicos anónimos que hagan intensa labor entre los jubilados.
- Conseguir en la Cámara de Comercio, agencias de viaje, salas de espectáculos, etc. precios especiales para los jubilados.
- Crear cooperativas de consumo.
- Incitarlos para que participen en los concursos del DIVE (de literatura, plástica, musicales, científicos y técnicos) y que den sus opiniones sobre política, agrarismo, legislación, educación, moral.
- Con los trabajadores sociales tratar de que se arreglen sus problemas familiares.
- Ofrecerles habitación en las colonias del DIVE con facilidades de pago.
- Invitarlos a cooperar en las actividades del DIVE inscribiéndose en el departamento que más les agrada.

---

9) cfr. GOODY, Al Atardecer, v.gr. 123 a 124.

- Pagar porque sean más justos en la Ley de Pensiones.
- Sugerirles que asistan u ofrezcan ellos mismos conferencias, conciertos, exposiciones, etc.

Su política es "Que se haga no importa quien lo haga".

Entre sus logros se cuentan:

- La institución del año internacional del anciano.
- El día del anciano.
- La creación del INSEN.

ANEXO G  
PLAN DE VIDA ( 10 )

Descripciones vitales.

I ¿ Donde está usted ?

INSTRUCCIONES: Responda a las siguientes preguntas, escribiendo lo primero que le venga en mente.

- 1.- ¿Cuál es su situación actual en su vida y en su trabajo ?
- 2.- ¿Qué cambios quiere lograr en su vida ?
  - a) Inmediatamente.
  - b) En los próximos veinte meses.
  - c) En los próximos cinco años.
- 3.- ¿Cuándo fue la última vez que hizo exactamente lo que quería en un día ? ¿Qué fue lo que hizo ?
- 4.- ¿Si por arte de magia pudiera cambiar algo de sí mismo, que cambiaría ?
- 5.- ¿Cuándo fue la última vez que estuvo verdaderamente enojado (a)-o triste, o solo (a), o infeliz, o deprimido (a), o con miedo ?

---

10) cfr. CASARES ARRANGOIS, Planeación de Vida y Carrera, v.gr. 103 a 128.

6.- ¿Cuál es su principal fuerza y su principal debilidad ?

7.- ¿ Si le dijeran que le quedan solo meses de vida; que haría en ese tiempo ?

8.- Si pudiera escoger cualquier trabajo;¿Cuál sería ?

## II Autobiografía.

INSTRUCCIONES: Escriba su autobiografía, considerando las etapas que más huella dejaron; así como personas, eventos de éxito o fracaso, ambientes familiares, sociales, etc.

## III La línea de la vida.

INSTRUCCIONES: Responda a cada pregunta reflexionando su respuesta.

1.- ¿Cuál es mi actitud hacia la vida y hacia el trabajo ?

2.- ¿Qué elementos aprecio de mi mismo (a) y cuáles necesito cambiar?

3.- Diagnóstico e inventario personal.

a) ¿Quién he sido ?

b) ¿Quién quiero ser ?

4.- ¿Cuándo se ha sentido más usted mismo (a) ? (Eventos concretos, etapas, situaciones) Describa con detalle.

5.- ¿Cuándo se ha sentido menos usted mismo (a) ? (Eventos concretos, etapas, situaciones) Describa con detalle.

6.- ¿Qué es lo que más y menos le gusta de usted ? (Calidades habi

lidades, valores, actitudes, fuerzas, potencias, etc.).

7.- Enumere del 1 al 10 en orden de importancia lo siguiente:

- a) En su mundo de trabajo tiene miedo que le pueda suceder.
- b) En su mundo familiar o personal tiene miedo que le pueda suceder.

8.- Ahora reflexione qué sería distinto en su vida si alguno de esos miedos los manejara mejor o no existieran.

9.- Repase lo escrito en esta reflexión y anote reflexiones y conclusiones que le sugiera la comparación de lo que ha sido con lo que quiere ser, lo que le gusta y lo que no le gusta de usted mismo, - sus miedos: ¿ Qué puede cambiar ? ¿ Qué es esencial para usted ?

10.- Las diez actividades que más le gusta hacer son:

11.- Las diez cosas (objetos materiales tangibles) más significativas para su vida o trabajo son: (no es necesario que las tenga sino que para usted son muy importantes en su vida o trabajo futuros y las desearía tener).

12.- Las diez situaciones o medios ambientes que son más significativos en su vida y trabajo son:

IV Análisis cualitativo de su situación actual.

INSTRUCCIONES: Describa los aspectos más relevantes tanto positivos - como negativos de su actual situación en cada una de las siguientes áreas.

1.- ¿ Cómo es su vida actual en relación con usted mismo (a) ?

- 2.- ¿ Cómo es su vida actual en relación con su familia ?
- 3.- ¿ Cómo es su vida actual en relación con su trabajo ?
- 4.- ¿ Cómo es su vida actual en relación con el mundo ?
- 5.- Descubra usted de entre las cuatro áreas cual es la de mayor peso o significado en el momento actual.

Proyectando el Futuro.

I Perspectiva desde la muerte: Una meditación profunda.

INSTRUCCIONES: Deje correr su imaginación y proyectese en el día de su muerte. Responda a las siguientes preguntas.

- 1.- Se sentirá en plenitud con usted mismo (a) el día de su muerte si ha logrado dar.
- 2.- Se sentirá en plenitud el día de su muerte si ha logrado hacer.
- 3.- Se sentirá en plenitud con usted mismo (a) el día de su muerte si ha recibido de la vida y de los demás.
- 4.- Reflexione que metas o expectativas de plenitud están en camino de realización o son puramente ideas irreales que no están presentes en su vida actual, que son solo buenos propósitos o promesas que nunca cumple

## II Metas en la vida.

INSTRUCCIONES: Examine las prioridades que tiene en su vida señalando del uno al trece aquella que sea la más importante (uno) hasta la menos importante (trece). Adjudique un número a todas.

- ( ) Afecto
- ( ) Deber
- ( ) Ser experto
- ( ) Independencia
- ( ) Ser líder
- ( ) Paternidad
- ( ) Placer
- ( ) Poder
- ( ) Prestigio
- ( ) Seguridad
- ( ) Autorrealización
- ( ) Servicio
- ( ) Riqueza

## III Inventario de fuerzas, potencialidades, habilidades.

INSTRUCCIONES: Enumere todas las habilidades, cualidades, dostrezas, potencialidades, etc. que pueda.

## IV Inventario de limitaciones.

INSTRUCCIONES: Haga una lista de las cosas que hace mal y que por alguna razón tiene o quiere hacerlas, no tome en cuenta las cosas que hace mal y que no tienen interés para usted.

V Cosas que me gustaría aprender a hacer o seguirme capacitando.

INSTRUCCIONES: Haga una lista de las cosas que hace bien o que realmente puede llegar a hacer bien o mejor.

VI Cosas que quiero dejar de hacer; ya no realizarlas o sufrirlas.

INSTRUCCIONES: Haga una lista de las cosas que actualmente realiza y que le gustaría dejar de hacer.

VII Cosas que me gustaría empezar a hacer ahora o en un futuro próximo.

INSTRUCCIONES: Escriba lo primero que le venga en mente. No importa lo que sea. Después de tener un buen número de cosas jerarquice del uno - al diez las más importantes para usted.

VIII Compare cada uno de los listados anteriores.

INSTRUCCIONES: Analice la congruencia entre las actividades que hace y lo que le gustaría haber realizado antes de su muerte; entre sus fuerzas y potencialidades; entre sus limitaciones y las actividades que hace ahora y las que desea hacer. Anote sus reflexiones.

#### Elaboración de metas y estrategias.

I Sueños.

INSTRUCCIONES: Permítase soñar o fantasear durante un tiempo y escri-

ba sus sueños o fantasías.No limite su imaginación y responda a las siguientes preguntas:

- 1.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en su área física?
- 2.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en el área afectiva ?
- 3.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en el área social ?
- 4.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en el área espiritual ?
- 5.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en el área profesional ?
- 6.- ¿ Cuáles son los sueños que le gustaría lograr en el área política ?

## II Objetivos.

INSTRUCCIONES: Después de dejarse sentir y analizar esos sueños, seleccione los que crea que puede y quiere profundamente realizar; conviértalos en objetivos que incluyan una acción específica y tiempos de inicio y terminación.

## II Jerarquización de objetivos.

INSTRUCCIONES: Seleccione en orden de importancia los objetivos más valiosos y/o prioritarios para usted, a partir de los sueños anteriores.

#### IV Plan de Vida.

INSTRUCCIONES: Una vez que ha jerarquizado sus objetivos deberá ubicarlos en cada una de las áreas expuestas a continuación:

- a) Mi vida deseada en relación conmigo mismo.
- b) Mi vida deseada en relación con mi familia.
- c) Mi vida deseada en relación con el trabajo.
- d) Mi vida deseada en relación con el mundo.

#### V Síntesis de Planeación de Vida.

- 1.- Quien soy.
- 2.- Quien quiero llegar a ser.
- 3.- Mis fuerzas.
- 4.- Mis límites, miedos y debilidades.
- 5.- Lo que debo aprender de la vida.
- 6.- Lo que debo aprender académicamente.
- 7.- Objetivos y necesidades.
  - a) Conmigo mismo.
  - b) Con mi familia.
  - c) Con mi trabajo.
  - d) Con el mundo.

## ANEXO 7

## CUESTIONARIO: "TRABAJO Y JUBILACION".

El presente cuestionario tiene como objetivo determinar el grado de conocimiento y sus actitudes respecto al trabajo y a la jubilación.

INSTRUCCIONES: En las siguientes afirmaciones responda en la línea de la derecha "V" si es verdadera o "F" si es falsa.

- 1.- El trabajo solo puede entenderse como el cuidado de lo extrafami -  
liar cuyas funciones quedan delimitadas por medio de un contrato \_\_\_\_
- 2.- El alejamiento de la vida laboral supone algo más que el cese de -  
una actividad más o menos valorada \_\_\_\_
- 3.- El sentido de la vida del hombre no se reduce al trabajo profesio -  
nal \_\_\_\_
- 4.- La jubilación es solo una conquista de tipo legal \_\_\_\_
- 5.- Cuanto más tiempo libre se tenga se es menos capaz de ocuparlo \_\_\_\_
- 6.- En la sociedad actual el individuo es estimado por su valor profe -  
sional \_\_\_\_
- 7.- La jubilación es un conflicto social \_\_\_\_
- 8.- El hombre realiza su trabajo con libertad \_\_\_\_
- 9.- La vejez es en realidad una condición mental de ánimo \_\_\_\_
- 10.- La jubilación es la oportunidad de realizar lo que nunca se ha pu -  
dido \_\_\_\_
- 11.- Las funciones mentales no declinan con la edad \_\_\_\_
- 12.- El concepto de trabajo que se maneja depende de la sociedad en -  
que se implementa \_\_\_\_
- 13.- El jubilado puede experimentar depresión por no tener una posición  
definida en la sociedad \_\_\_\_
- 14.- El ya no ser miembro de una sociedad trabajadora puede provocar -

inseguridad\_\_\_\_

- 15.- El trabajo es medio para la realización de valores\_\_\_\_
- 16.- El tiempo libre es desperdicio indigno\_\_\_\_
- 17.- La jubilación es el más grande reto que un hombre de la tercera -  
edad deba superar\_\_\_\_
- 18.- El trabajo es el eje de las relaciones sociales\_\_\_\_
- 19.- La jubilación es el paso de una actividad productiva a una nueva-  
vida creadora\_\_\_\_
- 20.- El trabajo es ocasión y medio de desarrollo personal y de servicio  
a otras personas\_\_\_\_
- 21.- La jubilación marca el inicio de la vejez\_\_\_\_
- 22.- El abandono brusco de una actividad produce sensación de aburri-  
miento que pone en peligro la integridad física y psíquica de la  
persona.
- 23.- El no tener una posición definida en la sociedad provoca depre-  
sión\_\_\_\_
- 24.- Con base en el tipo de trabajo se fija la posición del individuo-  
en la estructura social\_\_\_\_
- 25.- Una necesidad del hombre moderno es realizar un trabajo que le --  
permita conseguir su independencia\_\_\_\_
- 26.- La jubilación es la oportunidad de evitar responsabilidades\_\_\_\_
- 27.- El ocio permanente vuelve a la gente pesimista\_\_\_\_
- 28.- A pesar de las quejas problemas y preocupaciones la felicidad en-  
la mayoría de las personas gira alrededor del trabajo\_\_\_\_
- 29.- La vejez comienza cuando íntimamente se lo siente\_\_\_\_
- 30.- Con la jubilación el hombre pierde su posición en la sociedad\_\_\_\_
- 31.- El problema fundamental en la jubilación es el uso del tiempo li-  
bre\_\_\_\_
- 32.- El trabajo es la actividad indivisa entre la inteligencia, voluntad  
y el cuerpo, dirigida a alcanzar un fin determinado\_\_\_\_
- 33.- La jubilación significa el paso del trabajo al no trabajo\_\_\_\_

- 34.- El sentimiento de inutilidad se presenta cuando la persona no ha desarrollado otros intereses\_\_\_\_
- 35.- La jubilación es la oportunidad de disfrutar una merecida situación de descanso\_\_\_\_
- 36.- El trabajo constituye un elemento de colaboración social con el que cada uno debe dar algo de sí puesto que al mismo tiempo recibe de todos\_\_\_\_
- 37.- Envejecer es un síntoma de enfermedad\_\_\_\_
- 38.- El trabajo es altamente valorado en la sociedad actual\_\_\_\_
- 39.- El jubilado necesita hacer una reorganización de sus relaciones sociales\_\_\_\_
- 40.- El trabajo es una actividad transformadora que requiere de iniciativa originalidad y creatividad\_\_\_\_
- 41.- Una parte de las amistades de una persona quedan delimitadas por el trabajo\_\_\_\_
- 42.- La inseguridad económica provoca ansiedad en el jubilado\_\_\_\_
- 43.- El trabajo humano se relaciona con valores como: Libertad y amor\_\_\_\_
- 44.- El solo transcurso del tiempo provoca el inevitable y lento deslizarse de los mecanismos físicos hacia la muerte\_\_\_\_
- 45.- El trabajo humano; es ocasión y medio para el desarrollo de virtudes\_\_\_\_
- 46.- El valor profesional de la persona no es un criterio tomado en cuenta para su valoración social\_\_\_\_
- 47.- El trabajo desempeñado determina el tipo de vida del sujeto\_\_\_\_
- 48.- La jubilación puede propiciar desajustes de orden psicológico\_\_\_\_
- 49.- La realización del trabajo; proporciona una mezcla de tristeza y alegría\_\_\_\_
- 50.- La ocupación del individuo representa un tipo de vida y un papel en la sociedad\_\_\_\_
- 51.- La remuneración económica es la motivación más importante para -

trabajar\_\_\_\_

- 52.- La salud, la situación económica, el sexo, etc. son factores que influyen en la actitud que se tenga frente a la jubilación\_\_\_\_
- 53.- El trabajo es un medio que más necesidades satisface\_\_\_\_
- 54.- La jubilación es una situación más difícil para el hombre que para la mujer\_\_\_\_
- 55.- El trabajo es el único medio de realización personal\_\_\_\_
- 56.- La jubilación requiere la adopción de un nuevo rol, la modificación del curso de la vida y la reestructuración del campo social\_\_\_\_
- 57.- El trabajo es el único fin del hombre\_\_\_\_
- 58.- La jubilación es la única etapa de la vida en que el hombre es dueño de su tiempo.
- 59.- Es el ejercicio de una profesión determinada lo que hace feliz al hombre\_\_\_\_
- 60.- El jubilado se convierte en solo un espectador de la vida\_\_\_\_
- 61.- El trabajo solo es posible como un medio para ganarse el sustento indispensable para vivir.

ANEXO B  
EVALUACION DEL CURSO

Instrucciones: Conteste cada una de las cuestiones presentadas a continuación; colocando en la raya de la derecha el número que a su juicio corresponda con base en la siguiente escala.

1 pésimo (a), 2 regular; 3 bueno (a), 4 excelente.

Considerando los siguientes criterios:

Pésimo (a): Muy malo, no puede ser peor.

Regular: Término medio, que puede superarse.

Bueno (a): Util, suficiente.

Excelente: Sobresaliente alto.

- 1.- El logro de los objetivos del curso fue \_\_\_\_\_
- 2.- La selección del contenido del curso en relación a los objetivos fue \_\_\_\_\_
- 3.- La motivación al iniciarse el curso fue \_\_\_\_\_
- 4.- La relación que guarda el curso con la realidad es \_\_\_\_\_
- 5.- La adecuación de los términos utilizados al nivel de los participantes fue \_\_\_\_\_
- 6.- La motivación por el curso a lo largo de éste fue \_\_\_\_\_
- 7.- La presentación del curso a lo largo de éste fue \_\_\_\_\_
- 8.- El ritmo de la exposición en cuanto a las características del grupo fue \_\_\_\_\_
- 9.- La contribución de las actividades realizadas a lo largo del curso para el logro de los objetivos fue \_\_\_\_\_
- 10.- El uso de las técnicas de enseñanza utilizadas fue \_\_\_\_\_

- 11.- La adecuación del material didáctico al contenido del curso -  
fue \_\_\_\_\_
- 12.- La participación del grupo durante el curso fue \_\_\_\_\_
- 13.- El ambiente reinante en el grupo fue \_\_\_\_\_
- 14.- La preocupación por parte del instructor porque hubiera partici-  
pación del grupo fue \_\_\_\_\_
- 15.- El interés del instructor por aclarar las dudas del grupo fue \_\_\_\_\_
- 16.- El volumen y tono de voz del instructor fue \_\_\_\_\_
- 17.- El dominio del instructor sobre el tema fue \_\_\_\_\_
- 18.- La comunicación con el grupo fue \_\_\_\_\_

OBSERVACIONES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_