

Relación entre proyectos de vida pre-jubilatorios y actividades llevadas a cabo por mujeres docentes jubiladas de educación inicial

Estudiante: Iglesias, María Florencia

Legajo: 27145

Directora: Gastaldo, Zulma Gabriela

Co-directora: Alesso, Alejandra

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

A partir del día de la fecha de aprobación [X]

A partir de otra fecha, especificar... / ... / ...

Lugar y fecha: Buenos Aires, 07/04/2025

Firma y aclaración del autor: María Florencia Iglesias

ÍNDICE

Resumen.....	4
Introducción	6
Delimitación del Objeto de Estudio	6
Planteo del Problema.....	7
Objetivo General	9
Objetivos Específicos	9
Supuestos Básicos de Investigación	9
Estado del arte	10
Marco teórico	17
Proyecto de Vida	17
<i>Definición</i>	17
<i>Evolución del Concepto</i>	18
<i>Proyecto de Vida en la Jubilación</i>	20
Jubilación	24
<i>Concepción de Jubilación</i>	24
<i>Jubilación Docente en Argentina</i>	27
<i>Jubilación y Género</i>	30
<i>Orientación Vocacional en la Jubilación</i>	33
Método	35
Diseño de Estudio.....	35
Participantes	35
Criterios de Inclusión y Exclusión	35
Instrumentos de Recolección de Datos	36
Procedimiento.....	36
Consentimiento Informado.....	37
Resultados	38
Tipos de actividades llevadas a cabo en la etapa post jubilatoria	39
<i>Física</i>	39
<i>Educativa</i>	39
<i>Laboral</i>	40
<i>Familiar</i>	41
<i>Social</i>	42

<i>Otras actividades</i>	43
Proyectos de vida	44
<i>Proyectos de vida previos a la jubilación</i>	44
<i>Cumplimiento de los proyectos de vida pre-jubilatorios</i>	46
<i>Valores que se ponen en juego</i>	47
<i>Obstáculos y facilitadores encontrados</i>	48
Opiniones	50
<i>Opiniones sobre la jubilación</i>	50
<i>Opiniones sobre su carrera profesional</i>	52
<i>Opiniones sobre la orientación vocacional en la jubilación</i>	53
Discusión.....	55
Conclusión	62
Aportes y Contribuciones de la Investigación.....	64
Limitaciones de la Investigación.....	64
Líneas de Investigación Futuras	64
Propuestas de Intervención.....	65
Referencias.....	69
Anexos	76
Consentimiento Informado.....	76
Protocolo de Entrevista	79

Resumen

Título: *Relación entre proyectos de vida pre-jubilatorios y actividades llevadas a cabo por mujeres docentes jubiladas de educación inicial.*

La presente investigación empírica de corte cualitativo con diseño narrativo se propone explorar, dentro del ámbito de la orientación vocacional, la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén.

Para el conocimiento de estos datos, se efectuaron entrevistas semiestructuradas a doce mujeres docentes de nivel inicial que se jubilaron hace 5 años o más, identificando los proyectos de vida que tenían previos a la jubilación y las actividades que llevan adelante en su etapa post-jubilatoria, para así reconocer el cumplimiento o no de dichos proyectos. También se profundizó en conocer los obstáculos y facilitadores que las docentes encontraron para desarrollar sus proyectos planificados en la etapa pre-jubilatoria.

A raíz de las mencionadas entrevistas, se ha obtenido como resultado el hecho de que ninguna de las docentes jubiladas manifestó haber planificado proyectos de vida previos a su jubilación, aunque sí tenían expectativas en relación al disfrute del tiempo libre, de realizar actividades de su agrado -como actividad física o aprendizaje de disciplinas-, de compartir el tiempo con la familia y amistades, y de viajar. Asimismo, no desarrollaban ninguna actividad remunerada ni planeaban volver a trabajar. La mayoría considera que sus expectativas se cumplieron y que no tuvieron grandes obstáculos en su vida post-jubilatoria, reconociendo como facilitadores el tener estabilidad económica, tiempo libre y la posibilidad de coordinar viajes y actividades con sus maridos jubilados. Sin embargo, algunas reconocieron haber atravesado una crisis o un periodo de indecisión y ciertos obstáculos como enfermedades

familiares, dificultades en la organización de horarios en aquellas que tienen un marido activo laboralmente y el factor económico. En cuanto a las opiniones sobre jubilación, la mayoría manifiesta que quería jubilarse ya que mencionaron haber llegado al fin de su carrera laboral con mucho desgaste físico y mental propio de la actividad docente, sobre todo al trabajar con niños de nivel inicial. Finalmente, ninguna de las entrevistadas participó en un proceso de orientación vocacional en ningún momento de su vida, aunque la mayoría reconoció que le hubiera servido.

Palabras Clave: Proyecto - Jubilación - Pre-jubilatorio - Docente

Introducción

Delimitación del Objeto de Estudio

El presente trabajo se propone explorar la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas de educación inicial en la ciudad de Neuquén. Como objetivo específico se busca reconocer los tipos de actividades que las jubiladas llevan a cabo en su etapa post-jubilatoria, como así también describir los proyectos de vida previos a la jubilación, indagando sobre el cumplimiento de dichos proyectos. Además, se busca identificar los obstáculos y facilitadores que las docentes jubiladas encuentran para el desarrollo de proyectos planificados en la etapa pre-jubilatoria.

Para desarrollar este estudio empírico de corte cualitativo con diseño narrativo, se efectuaron entrevistas semiestructuradas a 12 mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén -Argentina- que han cumplido entre cinco y diez años desde su jubilación.

En función a la conceptualización de la variable proyecto de vida, se tendrá en cuenta la definición de Aisenson et al. (2012), la cual sostiene que “etimológicamente, la palabra proyecto proviene del latín *projectare*, que significa arrojar hacia adelante” (p.298). Según estos autores, el proyecto de vida es una construcción en donde se pone en juego la interrelación constante entre las experiencias pasadas y las vivencias del presente, y de esta manera se van construyendo las intenciones de un futuro.

Como los proyectos de vida son cambiantes y flexibles, estos pueden adaptarse a las distintas etapas del ciclo vital, es por ello que Savickas et al. (2012) lo proponen como un concepto a lo largo de toda la vida, y no solamente en el pasaje de la escuela secundaria a otros estudios superiores o al trabajo.

Por otro lado, la jubilación es considerada como un hecho y una realidad, en donde un trabajador activo debe transitar por una etapa de inactividad laboral debido al cumplimiento de una cierta edad establecida por el gobierno, o bien por padecer algún tipo de incapacidad (Rubio-Cano et al., 2019).

Planteo del Problema

Es sabido que la orientación vocacional, definida por Rascovan (2015) como aquella intervención que permite facilitar la elección de los objetos vocacionales -básicamente trabajo y/o estudio-, en la mayoría de los casos ha sido asociada principalmente a jóvenes que egresan del secundario. Sin embargo, como mencionan Savickas et al. (2012), ya no son solamente los adolescentes quienes son confrontados a la gran pregunta: ¿qué puedo hacer con mi vida?; en la actualidad este interrogante se puede plantear a toda persona que deba hacer frente a transiciones mayores en su existencia, por ejemplo ocasionadas por cambios en la salud, en su empleo, en relaciones íntimas, entre otras.

Siguiendo con la misma línea de Savickas et al. (2012), es importante pensar entonces a la jubilación como un hecho trascendente en el ciclo vital que genera cambios en la persona, y por lo tanto también es un proceso que podría recibir un acompañamiento de orientación vocacional para que, aquellos que efectúan el retiro laboral, logren proyectar un nuevo horizonte de posibilidades.

En torno a esta idea, Savickas et al. (2012) expresan que el concepto de sí de las personas puede modificarse a partir de nuevas experiencias, e incluso, a veces, por la simple observación de la conducta de los demás. Es decir, que los intereses de una persona no son fijos, y el sí mismo está en reconstrucción permanente. Es por ello la relevancia de la planificación de un proyecto de vida para la jubilación que implique una co-construcción y acompañamiento de una construcción más holística de la vida.

Aunque se puede asociar a la jubilación con el adulto mayor que participa de actividades de estimulación en un centro de jubilados, como postula el Programa Nacional de Promoción y Prevención Socio-Comunitario: Prevenir para seguir creciendo (2008) (Puzzi, 2018), es sabido que la docencia es una noble profesión que tiene por edad jubilatoria los 52 años en la ciudad de Neuquén (Ley N° 611/1970). Esto quiere decir que los docentes se retiran de su trabajo muy jóvenes en comparación con la esperanza de vida, la cual es de 81,44 años para las mujeres y 74,90 para los hombres en Argentina -según las proyecciones elaboradas por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INDEC, 2013)-. Entonces aún tienen la posibilidad de seguir reinventándose, estudiar, trabajar de alguna otra cosa, emprender en un negocio o realizar otras actividades.

Sin embargo, sin una planificación previa ni un proyecto de vida, pueden caer en un ideal de la jubilación, entendiéndola como una liberación en lugar de una expulsión, o también como un período en el que se cree que aumenta la calidad de vida (Morales, 2011); también se la puede pensar como un nuevo comienzo, un tiempo de descanso y de actividades de ocio experimental (Mallol et al., 2003). Pero es sabido que no siempre es así, y que luego de un tiempo este ideal puede desmoronarse y pueden encontrarse con una realidad diferente a la que imaginaron. O bien, pueden sucumbir ante los prejuicios y estereotipos en donde las personas mayores suelen ser marcadas negativamente o marginadas, clasificándolas como frágiles, inútiles, dependientes y necesitadas, considerando que tienen un valor menor que los jóvenes, como menciona Kosberg (2000).

Por todo lo mencionado acerca de la importancia sobre la construcción de un proyecto de vida en la jubilación, y bajo los lineamientos de la orientación vocacional, sumado a que no existen estudios empíricos que investiguen sobre la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén, es de vital importancia desarrollar esta

investigación guiada por la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén?

Objetivo General

- Explorar la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén.

Objetivos Específicos

- Reconocer los tipos de actividades que las entrevistadas llevan adelante en su etapa posterior a la jubilación.
- Describir los proyectos de vida previos a la jubilación.
- Indagar sobre el cumplimiento de los proyectos de vida pre-jubilatorios.
- Identificar los obstáculos y facilitadores encontrados para el desarrollo de proyectos planificados en la etapa pre jubilatoria.

Supuestos Básicos de Investigación

Este estudio se basó en el supuesto básico de que la jubilación, como hito importante en el ciclo vital, provoca cambios en la vida de una persona y por lo tanto también en sus proyectos de vida, permitiendo la planificación de nuevos proyectos para desarrollarlos en la etapa posterior a la jubilación, logrando construir nuevos horizontes. A partir de ello, las personas jubiladas llevan adelante actividades acordes a sus proyectos planificados.

Estado del arte

En relación con los estudios desarrollados en Argentina sobre la temática abordada, Rabini (2024) confeccionó un trabajo empírico exploratorio de corte cualitativo que tiene como objetivo general indagar acerca de la construcción que los/as docentes jubilados/as realizan sobre su retiro laboral y cómo influye en la construcción de su identidad narrativa, a través de entrevistas semidirigidas a 12 docentes jubilados/as de colegios secundarios de la Provincia de Buenos Aires. A partir del relato de los participantes, los resultados arrojaron que el trabajo es considerado como un elemento que valoriza la identidad de las personas, otorgándole dignidad y status social; además, se observó que el trabajo actúa como anclaje identitario, estructura el tiempo y tiene un papel socializador. Asimismo los entrevistados consideraron que ser docente es un modo de vida en el que uno tiene la posibilidad de enseñar y aprender. En cuanto a la elección de carrera docente, surgieron tres grupos de respuesta: aquellos que eligieron por vocación, otros por el gusto a la disciplina que iban a enseñar o porque la profesión daba una rápida salida laboral, y otros porque se encontraron motivados por un deseo/mandato familiar vinculado con el status que la profesión reportaba. Finalmente, en función de la concepción de jubilación, la mayoría de las personas asociaron este periodo con ideas de festejo, descanso, premio, bienestar y disfrute, mientras que otras lo describieron como depresivo o incluso con la capacidad de anularla como persona.

Otro artículo presentado para su publicación y desarrollado en nuestro país por Nadal et al. (2023) aborda la temática del proyecto de vida en adultos mayores y su relación con el aprendizaje. Esta investigación cualitativa, que contempló 18 entrevistas semi estructuradas y en profundidad, realizadas a adultos mayores de 60 años que concurren a universidades públicas o privadas al menos con un año de antigüedad, tuvo como objetivo examinar el rol del aprendizaje como potencializador del proyecto de vida de acuerdo a las

percepciones de las personas mayores. En los resultados, se descubrió que el proyecto de vida es un concepto amplio, amalgamado e inseparable del curso de vida, de acuerdo a las personas mayores entrevistadas; además se plantea el proyecto de vida como una dirección general que orienta las decisiones de la vida. También se destacó que no existe un proyecto de vida único y que incluso los proyectos actuales no son los mismos que cuando eran jóvenes. Finalmente, los entrevistados manifestaron que, en esta etapa, el plan es disfrutar o seguir disfrutando, libre de presiones, mantenerse activos, apuntar a la autorrealización y aprender.

Con relación a los roles de docente trabajadora y de jubilada, Sbroia (2023) abordó esta temática, también en Argentina, con mujeres de 55 a 70 años de edad que viven en Casilda, Santa Fe. El objetivo de este trabajo se relaciona con identificar y describir aquellos cambios que se evidenciaron a partir de la transición entre el rol de trabajadora al rol de jubilada. Su enfoque fue cualitativo y en la recolección de datos se utilizó el *Listado de roles* aplicado a 15 mujeres que habían trabajado como docentes en un colegio de Casilda y llevaban por lo menos 2 años de haberse jubilado. En los resultados, se encontró que el rol de trabajadora y el de estudiante sufrió un gran cambio ya que pocas continúan siéndolo, mientras que el de ama de casa se mantuvo en el tiempo. En la participación social no se observaron grandes cambios en lo que respecta a las amistades y a ser miembro de una familia, pero sí se modificó el rol de miembro activo de un grupo religioso, el cual disminuyó. Finalmente el rol docente se sostiene en el tiempo ya que algunas siguen dictando clases. Las mujeres expresaron tener una vida activa debido a que algunas son abuelas, otras asisten a clases de baile, teatro o incluso emprenden.

La temática mencionada también se estudió en otros países, como por ejemplo en Colombia, en donde Díaz Cuero y Méndez Pedroza (2024) realizaron una revisión sistemática de 41 estudios efectuados entre 1991 y 2020 para llevar adelante un análisis de

los factores psicosociales que influyen en el bienestar psicológico de los docentes jubilados de instituciones de educación superior en latinoamérica. El enfoque fue cualitativo con diseño fenomenológico y su objetivo general fue analizar los factores psicosociales influyentes en el bienestar de los docentes jubilados de instituciones de educación superior en Latinoamérica, mediante una revisión sistemática de evidencia científica, obteniéndose información pertinente y aplicable para la calidad de vida de los jubilados. Para seleccionar la muestra de artículos, se consultaron algunos metabuscadores, como Google Académico, Redalyc, Scielo, etc. priorizando las fuentes primarias, investigaciones o artículos académicos recientes y publicaciones que abordan específicamente el tema de interés. En cuanto a los resultados, se identificaron experiencias relacionadas con el bienestar de las personas jubiladas, como por ejemplo realizar actividades - en grupo o individualmente, hobbies, actividad física, entre otras-, encuentros con familiares y amigos, valorar los conocimientos adquiridos, ponderar la salud y expresar opiniones. También se destaca la importancia de los factores psicosociales, reconociendo como positivo el control percibido, recursos financieros y de salud, y relaciones de pareja; y como negativo las expectativas negativas sobre la jubilación, la falta de control y la insatisfacción laboral previa. Finalmente, en relación a las tendencias actuales sobre desarrollo personal, se destacan el apoyo psicológico y emocional, los programas de preparación para la jubilación, el enfoque en el bienestar integral y la exploración de nuevas oportunidades.

En la misma latitud Álvarez et al. (2022) investigan sobre cómo se construye la experiencia socioemocional acerca de la jubilación en mujeres docentes universitarias que trabajaron en el Instituto Politécnico de la Salud UNAN, en Managua, Nicaragua. El estudio indaga cómo éstas docentes viven y construyen su realidad social en torno a la jubilación, también explora cómo se relacionan sus expectativas sobre la jubilación y la vejez. Para ello, se utilizó el paradigma cualitativo, mediante el método fenomenológico, construyendo

categorías a través de los datos recabados a partir de entrevistas en profundidad llevadas a cabo a 15 docentes mujeres jubiladas que ejercieron la docencia en las siguientes carreras: Enfermería, Nutrición, Bioanálisis Clínico y Fisioterapia. Los resultados indican que las jubiladas interpretan la vejez como un proceso vinculado a sus capacidades mentales, pudiendo ser éste natural o bien patológico. Se reconocen experiencias relacionadas a la libertad y a la necesidad de concretar proyectos durante su jubilación; además, se identifican distintas emociones y sentimientos, desde alegría o satisfacción, hasta tristeza y temor a la nueva etapa de vida. También, los resultados arrojan que las docentes se encuentran sufriendo una situación de duelo; por lo que es necesario planificar talleres y encuentros intergeneracionales propiciando la reflexión en torno a las representaciones sociales del envejecimiento, la vejez y la jubilación.

Siguiendo con la temática de mujeres docentes jubiladas, en el año 2022, también Álvarez y Pastorino, publicaron un estudio cualitativo con el enfoque fenomenológico-hermenéutico, en donde abordaron las implicancias para la salud y el apoyo institucional en mujeres docentes jubiladas. En cuanto al objetivo, éste fue indagar cómo valoran su estado de salud las participantes -15 docentes jubiladas, durante el proceso de salud-enfermedad-, cuáles estrategias realizaron y cuál ha sido el apoyo institucional recibido. El instrumento de recolección de datos fue el desarrollo de entrevistas en profundidad grabadas en audio y entre los principales hallazgos destaca que la mayoría de las entrevistadas no buscaron atención médica cuando trabajaban y al jubilarse fueron diagnosticadas con diabetes, hipertensión, entre otras; además, varias docentes continúan trabajando, refiriendo que aún se sienten productivas. Por otro lado, la mayoría no tenía un proyecto de vida, siendo necesario que la universidad tenga un plan de apoyo para las mujeres docentes en etapa de prejubilación, junto con un enfoque salubrista promoviendo estilos de vida saludable y chequeo médico semestral.

En la misma línea, Amar (2021), en España, abordó desde la propuesta metodológica cualitativa de corte narrativa, la experiencia de una maestra infantil que por motivos de salud es invitada a salir del sistema educativo, quedando jubilada. El objetivo de la investigación es conocer y comprender la trayectoria vital de una maestra de infantil una vez que es jubilada por enfermedad. Como resultado de la entrevista con la docente, se descubrió que la vocación de maestra infantil no se diluye con tanta facilidad, sino que persiste; además mantiene el deseo de volver al aula. Ella comenta que volver al colegio significa el final de un largo proceso, y el vencer definitivamente la enfermedad.

En función a las expectativas sobre jubilación, Mejía-Velasco (2020) desarrolló en Guatemala un artículo científico cuyo objetivo fue dar a conocer la percepción que tienen los profesores activos sobre la jubilación. A través de un enfoque cualitativo y utilizando como técnica de recolección de datos la entrevista a 10 profesores activos laboralmente, se logró evidenciar en los resultados que la aceptación de la jubilación es muy alta, reflejada en emociones y pensamientos positivos. Sin embargo, se observaron prejuicios e información social que no son favorables, considerando a la jubilación como etapa improductiva y a la persona jubilada como obsoleta, una carga familiar, carente de vida y de salud; en este sentido la etapa de jubilación puede ser indeseada vinculándose con emociones de tristeza, temor, incertidumbre e indiferencia. Esto indica que la familia, las autoridades y la sociedad tienen la tarea pendiente de fortalecer valores y desarrollar acciones para mejorar la percepción que se tiene sobre la jubilación.

Por su parte, Ramírez et al. (2019) publicaron en Costa Rica un estudio donde se abordó la integración familiar de personas jubiladas y la relación con el proyecto de vida post-jubilación. El objetivo del estudio fue analizar las características del proceso de integración familiar y social de personas jubiladas que participaron en el Programa de Preparación para la Jubilación de la Caja Costarricense del Seguro y su relación con el

proyecto de vida post-jubilación, asimismo examinar su percepción acerca del concepto de familia, reconociendo aspectos psicosociales que influyen en el desarrollo de los diferentes roles que ejercen en el núcleo familiar, e identificar pensamientos, emociones y conductas. Bajo un enfoque cualitativo con diseño fenomenológico, se utilizaron como instrumentos de recolección de datos la entrevista abierta, la observación participante y el grupo focal, tomando como muestra a 13 personas jubiladas y una experta en la temática de jubilación. Entre los resultados, se encuentran el hecho de que ahora comparten más tiempo con los hijos, destacando los valores como aspectos predominantes en la dinámica familiar; por otro lado consideran que la jubilación no es sinónimo de enfermedad ni debe relacionarse con dolor, angustia, inactividad o incapacidad; en relación con el proyecto de vida, mencionaron que es importante que la persona realice su proyecto de vida a una temprana edad. El principal desafío que enfrentaron en su proceso de jubilación ha sido obtener una buena preparación para esta etapa.

Finalmente, Londoño Moreno y Díaz Bambula (2019) llevaron a cabo, en Colombia, una investigación sobre la experiencia de personas jubiladas en los llamados trabajos puente o lo que ellos denominan postcarrera. Esta investigación cualitativa toma la definición de trabajo puente de Ruhm (1990), quien habla del *bridge employment* y se puede traducir como aquella actividad remunerada en carácter laboral que se realiza luego de la jubilación o el cobro de pensión por parte de una persona. Para llevar adelante el estudio, se entrevistaron a 12 adultos mayores jubilados que se encontraban llevando adelante un empleo puente y que habían cumplido los 2 años de haberse jubilado. Los resultados hallados permitieron visibilizar la coexistencia de diversas formas de carrera laboral, algunos jubilados continuaron con empleos puente en la misma organización, ocupación o profesión, mientras que otros decidieron cambiar su quehacer por condiciones contextuales e individuales. El empleo puente brinda una estructura y una organización a la vida de los jubilados en su

postcarrera, justamente actúa como una especie de puente para evitar el llamado salto al vacío que se produce por la brecha entre la carrera profesional y el retiro laboral. Por otro lado, las significaciones sobre la jubilación no son lineales, sino dinámicas, y se reconfiguran a través de sus vivencias.

Marco teórico

Proyecto de Vida

Definición

A lo largo de la historia, la noción de proyecto de vida encuentra sus orígenes en el siglo XIX, como sostiene Habermas (1994):

Heidegger (1951) utilizó la fórmula «proyecto lanzado» para expresar la expectativa de una percepción exploratoria de unas posibilidades, aunque dadas, conformadoras de la identidad. La incursión de la reflexión en el proyecto de vida de uno mismo genera un nuevo tipo de tensión entre conciencia de contingencia, autorreflexión y responsabilidad por la propia existencia. (...) Conducir conscientemente la propia vida aparece como la tarea de la autorrealización (p.218).

Siguiendo con esta misma línea, D'Angelo Hernández (2004) postula que el proyecto de vida implica articular la identidad personal y social, considerando la dinámica temporal, con las posibilidades de desarrollo futuro. En este sentido, y retomando las palabras de Habermas (1994), para que esta tarea de conducir conscientemente la propia vida sea posible, es preciso tener en cuenta las posibilidades reales de una persona y su contexto.

En materia de lo expresado, D'Angelo Hernández (2004) define entonces el proyecto de vida como un modelo ideal de ser o de hacer en el cual se inspira una persona, y para el autor, este proyecto toma forma en la realidad en función de las posibilidades internas y externas de concretarlo. Esto define la relación de la persona con el mundo y consigo mismo, su razón de ser como individuo en una determinada sociedad y en un determinado contexto.

Asimismo, Seid (2021) plantea que dentro de las fantasías que una persona puede tener acerca de la vida que quisiera vivir, existe un campo de posibilidades más o menos factibles entre las cuales puede elegir. El autor expresa que según la clase social, el género y otros condicionantes, las personas difieren respecto a la seriedad con que se ha planteado este deseo en distintos momentos de su vida y, especialmente, respecto a lo que efectivamente pudieron cumplir para aproximarse al ideal de vida que proyectaron.

Por otro lado, dentro del campo de la psicología, y sobre todo entre los profesionales de la Orientación Vocacional, la noción de proyecto de vida aparece como aquella categoría que define el terreno de los diagnósticos y decisiones vocacionales (Casullo et al., 1994).

En la misma latitud, Aisenson et al. (2012) postulan que dentro del campo de la Orientación Vocacional, “etimológicamente, la palabra proyecto proviene del latín *projectare*, que significa arrojar hacia adelante” (p. 298). El proyecto, según los autores, se construye sobre la base de un futuro que se desea alcanzar; en este sentido, se puede considerar al proyecto como una construcción en donde se pone en juego la interrelación constante entre las experiencias pasadas y las vivencias del presente, interrelación que va construyendo las intenciones de un futuro.

Evolución del Concepto

A principios del siglo XX, según lo expuesto por Parsons (1990), la cuestión societal relacionada con la orientación estaba ligada a la manera en la que los individuos podían encontrar oficios o profesiones que les convinieran y en los que fueran capaces de formarse. Es decir que en este siglo, el problema principalmente era responder a la pregunta de cómo relacionar individuos con ciertos oficios (Savickas et al., 2012).

En ese entonces, según lo expresado por Klappenbach (2005), la política social y económica del Estado se desarrollaba en base a la correlación entre las aptitudes del trabajador y su ocupación, con el objetivo de obtener los más altos índices de productividad y de retribución. Este interés público, según el autor, gestaba una orientación profesional colectiva, buscando que la población trabajadora de un país se distribuya convenientemente para obtener el progreso nacional.

Pero luego, el contexto fue cambiando, ya que las problemáticas contemporáneas conducen a preguntarse cómo las personas pueden construir mejor su vida en la sociedad en la que habitan. En relación a este interrogante, se debe tener en cuenta las diferentes actividades que los individuos desarrollan en los distintos dominios de sus vidas, más que limitarse únicamente al trabajo. Con relación a lo expresado, las identidades profesionales deberían ser vistas como configuraciones cambiantes en función de las historias de vida de cada persona, más que como perfiles de resultados estáticos y abstractos de un test; considerando a una persona y a su ecosistema como una entidad dinámica y compleja que se auto-organiza a raíz de las múltiples experiencias de la vida cotidiana (Savickas et al., 2012).

Es por ello que Abran et al. (2017) sostienen que la orientación vocacional se desarrolla como un dispositivo que ayuda a las personas a lo largo de toda la vida, es decir que implica también momentos de precariedad de trabajo, de crisis, de transiciones, entre otras cuestiones, considerando al sujeto desde un lugar activo. Ya no se habla sólo de adolescentes enfrentados a una disyuntiva, sino que se habla de una trayectoria de vida en la cual las personas irán diseñando y construyendo su propia vida a medida que ésta va avanzando y a la vez cambiando, como por ejemplo lo es una transición a la jubilación.

Esta trayectoria de vida también se conoce como *Proyecto de vida*, y si bien puede resultar común relacionar la idea de proyecto de vida con la etapa de la adolescencia o la juventud, como esa construcción concreta y explícita que se produce a partir de la toma de

decisiones personales e intencionadas de un estudiante (Ruiz, 2011), otros autores opinan lo contrario.

Savickas et al. (2012) sostienen que cuando las personas construyen y viven su vida no deberían considerar sus aptitudes e intereses como algo inmutable. Al contrario, si en promedio la gente cambia de trabajo casi cada dos años, entonces la elección de una sola ocupación para toda la vida es más un mito que una realidad. Los autores mencionan que incluso hoy en día somos testigos de la gran diversidad en las realidades individuales, alejadas de las trayectorias tradicionales; esto se refleja en el hecho de que las personas de todas las edades vuelven a la escuela, se capacitan, pierden su trabajo, se divorcian, o precisamente se jubilan, sin por ello perder su reconocimiento social.

En este marco, la construcción de la vida no se efectúa en el pasaje de la secundaria a otros estudios superiores o al trabajo, sino que es -según Savickas et al. (2012)- una construcción a lo largo de toda la vida, en donde el acompañamiento es más que simplemente una ayuda a las personas para que adquieran competencias para manejar los cambios y problemáticas en el desarrollo, sino también implica que puedan determinar por ellos mismos los conocimientos y saber-hacer que valoran, que puedan hacerse cargo de su situación y se adapten de manera flexible al ecosistema, permitiendo la auto-organización y la co-evolución. Además, para los autores, es una construcción holística y contextual, ya que se consideran simultáneamente todos sus roles de vida y los distintos escenarios en donde una persona puede jugar esos diferentes roles.

Proyecto de Vida en la Jubilación

Desde una perspectiva psicosocial, el retiro laboral no es un evento único ubicado en un momento preciso de la vida de una persona, sino que se trata de un proceso gradual que

comienza incluso mucho antes de que se produzca legal o formalmente. Es por ello, que las personas de 50 años o más, de manera simultánea al desarrollo de sus etapas medias y finales de la carrera laboral, deberían comenzar a planificar su jubilación, incluyendo no sólo los aspectos financieros, sino también anticipar actividades de ocio, de voluntariado o sociales, ajustar la situación de pareja y de familiares o personas dependientes a su cargo (Alcover de la Hera, 2020).

De acuerdo con Puzzi (2018), jubilarse implica una reorganización del propio estilo de vida, motivo por el que se requerirá un tiempo de elaboración y, por supuesto, de adaptación a su nueva realidad. La autora menciona que al acompañar a través de la orientación vocacional a adultos mayores, la idea de proyecto es diferente, toma otro matiz, y con el tiempo adquiere otro sentido, porque se convierte en un tiempo más acotado; por ejemplo se suelen pensar proyectos más a corto plazo, priorizando el presente.

A su vez, con relación al tipo de proyecto, Ciano y Gavilán (2010), han establecido que quienes accedieron a una educación terciaria y/o universitaria y han trabajado en el sistema formal, elaboran con más frecuencia proyectos de tipo educativo; mientras que quienes no han cursado estudios superiores y han desempeñado oficios presentan mayores dificultades para la concreción de proyectos, esto puede deberse al desconocimiento de sus potencialidades. No obstante, esas dificultades son más notorias en las mujeres que se han dedicado al cuidado de su familia y de su hogar sin haber trabajado fuera de éste. Según los autores, el obstáculo consiste en los prejuicios vinculados a envejecer, que aún circulan en el imaginario social, y sobre cuestiones de género y roles femeninos que van de la mano de la desvalorización de los propios recursos personales.

En relación con el rol posterior a la jubilación, Sbravatti (2016, como se citó en Puzzi, 2018) postula que el hecho de jubilarse puede resultar más difícil en los hombres, a diferencia de las mujeres, esto es así porque los varones parecen manifestar mayor preocupación ante la

jubilación en cuanto a lo que respecta al cambio de rol y a las dudas sobre qué harán en su tiempo libre y cómo se desenvolverán en el hogar. La autora alega que las mujeres parecen no estar tan preocupadas por el cambio de rol, ya que por lo general venían desarrollando actividades domésticas previamente a la jubilación. De esta manera, pone sobre la mesa que a veces la gente tiene miedo a la soledad o miedo a no tener nada que hacer.

Rubio-Cano et al. (2019) haciendo referencia a lo económico, enfatizan en que el ahorro y la buena planeación a lo largo de la vida debería volverse un hábito desde muy tempranas edades, un hábito que debe promoverse y cultivarse para que se convierta en la planificación y el sustento de una vida tranquila, en paz y con salud integral.

Incluso Ibarra González (2004), en su tesis de maestría, menciona que lo más conveniente es que la planificación de la jubilación comience antes de la edad adulta intermedia; esto involucra el reestructurar la vida para hacerla más agradable y a la vez más productiva, previendo las necesidades económicas, anticipando problemas emocionales y también físicos, y analizando cómo la jubilación puede afectar a las demás personas del alrededor.

Siguiendo con esta línea de pensamiento, según Puzzi (2018), se observa que desde la infancia las personas buscan cumplir sus deseos a partir de la elección de diversos quehaceres, y es así que se van materializando los proyectos de vida, que tienen la característica de ser a lo largo de toda la vida, en donde se van resignificando los intereses, los gustos y las acciones.

Concuerda con esta idea el autor Carbajal (2016), quien postula que la orientación para la construcción de un proyecto de vida debe comenzar en edades tempranas, incluso en el jardín de infantes, siendo esta orientación universal, continua y diferenciada según las distintas etapas, permitiendo una educación para la vida y la autonomía.

Por otro lado, retomando a Puzzi (2018), puede ser que ciertos deseos que fueron relegados por diversos motivos -tales como mandatos familiares, sociales, etc.- reaparezcan buscando ser satisfechos luego de la jubilación; o bien, deseos que sí han sido satisfechos durante años con el ejercicio de la profesión, busquen nuevos quehaceres. Por último, la autora alega que asimismo existen aquellos deseos que han encontrado su realización y buscarán mantenerse en ese camino, por ejemplo una niña que juega a ser maestra, en su adultez ejerce como docente y en su jubilación continúa dando clases particulares.

Finalmente, Puzzi (2018) expresa que en este particular momento del ciclo vital, como es la jubilación, en donde pueden surgir confusiones en cuanto a la dirección a seguir, todavía algo se puede hacer. De esta manera, hace hincapié en la importancia del tiempo en la jubilación, el cual se relaciona con un tiempo para revivir, un tiempo para dedicar a los seres queridos, para investigar y descubrir, para mirar hacia afuera y también hacia adentro. La autora destaca la importancia de la creatividad para generar ideas y nuevas formas de apreciar el entorno, también para encontrar nuevas oportunidades. Sin embargo, no deja de mencionar los cambios que aparecen, las pérdidas propias de la vida misma, siendo cada uno quien encuentre la mejor manera de transitar esta parte del recorrido. Para la autora es importante que las personas se detengan a pensar qué cosas les gustan, qué pueden hacer, y luego animarse a imaginar un proyecto en relación a ello.

En concordancia con lo antedicho, los proyectos de vida pueden ser variados en función de las preferencias de cada persona. En este sentido, hay jubilados que deciden continuar trabajando, tomando al proyecto laboral como algo continuo, flexible y para toda la vida (Vázquez Gómez, 1982). Y, como el proyecto laboral está estrechamente relacionado con la educación -el aprender a ser o aprender a terminar de hacerse-, una de las alternativas que ofrece el Programa Universidades para Adultos Mayores Integrados del INSSJP “UPAMI” (2009) es promover la igualdad de oportunidades en el proceso de educación a lo

largo de toda la vida, tomando como idea base el hecho de que la educación no es patrimonio de una edad en particular, sino que es una necesidad que promueve una mejor calidad de vida y el crecimiento personal de los adultos (Puzzi, 2018; Vázquez Gómez 1982).

Jubilación

Concepción de Jubilación

En primer lugar, Rubio-Cano et al. (2019) definen a la jubilación como un hecho en donde la vida de un trabajador activo, que al cumplir una cierta edad establecida por el gobierno o por padecer algún tipo de incapacidad, debe transitar por una etapa de inactividad laboral; alegando que una jubilación segura y cómoda es el sueño de la gran mayoría de los trabajadores.

Por su parte, Wang y Shi (2014, como se citó en Alcover de la Hera, 2020) definen como retiro a la salida de una persona de la fuerza de trabajo, este proceso involucra una disminución del compromiso psicológico con el mismo y, además, una cesación de las conductas propias de la actividad laboral.

A su vez, Puzzzi (2018) expresa como hecho significativo el envejecimiento de la población, ya que las estimaciones para los próximos años -precisamente hasta el 2050- dan como resultado que la tasa de personas mayores a 60 años se habrá cuadruplicado. Es interesante destacar que estas personas mayores de 60 podrían llegar a tener una vida más saludable debido a que a su vez la expectativa de vida humana aumentó, por lo tanto pasarían más años de jubilados que las generaciones anteriores de padres y abuelos (Rubio-Cano, 2019). Esta situación genera un cambio de paradigma en relación al concepto de vejez y envejecimiento, ya que a lo largo del tiempo, las formas de nombrar la vejez fueron modificándose (Puzzi, 2018).

En la misma latitud Alcover de la Hera (2020) expresa que la mejora en las condiciones de trabajo, la existencia de sistemas de protección de salud y unos estilos de vida más saludables promovieron, en las últimas décadas, un envejecimiento de mejor calidad y un aumento de la esperanza de vida. En consecuencia de lo mencionado, el autor alega que los conceptos de *trabajador mayor*, de *vejez* y de *jubilado* no significan lo mismo en el 2020 que lo que significaban en la segunda mitad del siglo XX. Tampoco la jubilación debe ser de una manera determinada y única, sino que, por el contrario, hoy en día existen muchas opciones de retiro.

Si bien en la teoría, Argentina -como miembro de las Naciones Unidas- se adhirió al Plan de Acción Internacional de Madrid sobre Envejecimiento en el año 2002, y la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002) sostiene que para lograr que el envejecimiento sea una experiencia positiva se lo debe acompañar de oportunidades de autonomía, salud, productividad y protección, mejorando también la esperanza de vida saludable y generando una mejor calidad de vida en la vejez (Puzzi, 2018), esto muchas veces en la práctica no se cumple.

Es sabido que el paradigma tradicional ha considerado a la vejez como una etapa de carencias de distintos tipos, entre ellas las económicas, físicas y sociales; estas carencias se expresan en problemas de ingresos, falta de autonomía y de desempeño en roles sociales. Incluso a los adultos mayores se los han considerado como beneficiarios de la asistencia social (Puzzi, 2018).

Según Puzzi (2018), los prejuicios con la vejez hicieron que las personas mayores se aislen de los procesos de consulta y de la toma de decisiones, provocando así una desvalorización que a su vez genera, como consecuencia, la invisibilidad y la falta de inclusión de los mismos, no teniéndolos en cuenta a la hora de diseñar políticas que les atañen. Es por eso que Fernández (2013) sugiere el término de vulnerabilización en lugar de

vulnerabilidad, ya que para que un grupo social sea excluido, se necesita la implementación de una serie de políticas por parte del Estado que vayan generando esta condición a lo largo del tiempo, es decir, no surge de manera espontánea. Asimismo, Morales (2011) postula que, para algunos, el cese de la actividad laboral supone una situación vivida con dolor, angustia y ansiedad.

En función de ello, Gastaldo et al. (2021), postulan que la transición que se da entre la vida laboral y la jubilación genera un sentimiento de pérdida de proyecto laboral, de grupo de pertenencia y un aumento del tiempo libre. Ello puede generar un proceso de duelo en todas las áreas enfatizando en la identidad, porque el ser y el hacer se confunden, ya que el último conforma al primero (Guichard, 2005).

No obstante lo dicho, y retomando a Puzzi (2018), en los últimos años se ha buscado generar un cambio en la mirada que se tiene hacia la vejez, buscando una imagen más positiva, que se asocie con un periodo de despliegue de potencialidades que les permita poner en marcha proyectos. Siguiendo con la autora, ésta postula que con relación a la dimensión subjetiva del envejecimiento, es importante considerar cómo influyen los cambios de roles sociales, el uso del tiempo libre, las maneras en que las personas acceden a sus bienes materiales y simbólicos o a la tecnología.

Morales (2011) considera que la jubilación es valorada positivamente ya que se la suele relacionar con el tiempo libre y con la posibilidad de realizar hobbies -tales como aprender una disciplina, viajar, pasear, entre otros- o dedicarse a actividades que promuevan el desarrollo personal. Antes de la jubilación esas actividades mencionadas eran exclusivas de los fines de semana, los feriados y las vacaciones, pero a partir de la jubilación se pueden concretar en cualquier momento del año, ya que no habría distinciones entre días laborables y días no laborables.

También, para Morales (2011), la familia es otro de los aspectos que ocupa el tiempo de los jubilados tras su desvinculación laboral. La autora expresa que se relaciona muchas veces a los abuelos jubilados con la atención y el cuidado hacia sus nietos, debido a la incorporación de la mujer al mercado laboral, que genera que los padres no puedan ocuparse de sus hijos, representando los abuelos un papel prioritario como cuidadores.

Jubilación Docente en Argentina

Un sistema que jubila a los 65 años de edad a la población que se encuentra trabajando en relación de dependencia genera un cambio sustancial en su vida, como lo expresa Puzzi (2018). La autora menciona que, si bien, este tope aplica también a los trabajadores autónomos, el impacto que produce en las personas en relación de dependencia es diferente, y sobre todo en el ámbito de la docencia. Esta diferencia se debe a que los trabajadores autónomos pueden continuar desarrollando su actividad laboral -y en muchos casos lo hacen-, con la ventaja de percibir su beneficio jubilatorio.

Aunque jubilarse o continuar trabajando, a partir de ciertas edades, se puede interpretar habitualmente como el resultado de una decisión individual, es cierto que las políticas públicas pueden influir en cómo se afrontan las etapas medias y tardías de la actividad laboral (Alcover de la Hera, 2020).

Es por ello que no se debe dejar de considerar el hecho de que la edad jubilatoria de una mujer docente que trabaja en la provincia de Neuquén, Argentina, es de 52 años de edad -siendo de 55 años para los varones-, cumpliendo con lo promulgado por la Ley 611/70 sobre la creación del Instituto de la Seguridad Social del Neuquén (ISSN), la cual decreta en su artículo 35 que tendrán derecho a la jubilación ordinaria los hombres -con 55 años- y las mujeres -con 52- que acrediten cumplir con 30 años de servicios como docentes de enseñanza

preescolar, primaria, media o superior, o 25 años en dichos servicios si 10 de ellos fueron al frente directo de alumnos.

También, esta Ley expresa que los servicios docentes provinciales, municipales o en la enseñanza privada, serán considerados si el afiliado acredita un mínimo de 10 años de servicios de los mencionados en el párrafo anterior.

Asimismo, cuando tengan en su haber los servicios docentes recientemente mencionados por un tiempo menor a 30 o 25 años, según el caso, y además otros servicios de naturaleza diversa, para que se le pueda otorgar la jubilación ordinaria, es necesario efectuar un prorrateo tomando los límites de edad y de antigüedad necesarios para cada tipo de servicios.

El mencionado artículo de la Ley 611/70 da cuenta de la joven edad jubilatoria de una mujer docente en la provincia de Neuquén, teniendo en consideración que la esperanza de vida en Argentina es de 81,44 años para las mujeres y 74,90 para los hombres, según lo expuesto por las proyecciones del INDEC (2013).

En la misma latitud de lo alegado y teniendo en cuenta que, según Alcover de la Hera (2020), la participación de las personas mayores en la fuerza de trabajo constituye uno de los pilares del envejecimiento activo, entonces el sistema jubilatorio de la docencia en Argentina atendería contra ello. Se considera al envejecimiento activo a la baja probabilidad de sufrir enfermedad y discapacidad, teniendo, por el contrario, una buena aptitud física, un elevado funcionamiento cognitivo, un estado de ánimo positivo y una buena capacidad de tolerancia al estrés, sumado a un firme compromiso con la vida (Fernández-Ballesteros et.al., 2013; Rowe y Khan, 1987, 1997, citados por Alcover de la Hera, 2020).

A raíz de ello, Alcover de la Hera (2020) es muy preciso al mencionar que la participación en la fuerza de trabajo remunerado es uno de los pilares básicos del envejecimiento activo, puesto que de él dependen -en gran medida- las oportunidades para

que las personas mayores mantengan sus redes sociales y participen socialmente, obteniendo aquellos ingresos que les permitan una vida económica independiente, saludable y segura.

El envejecimiento no es un proceso exclusivamente biológico, ni siquiera únicamente individual, sino que es un proceso psicosocial en donde los contextos interpersonales, culturales y sociales desempeñan un papel muy importante en el modo en que una persona envejece (Zacher, et al., 2018).

Retomando lo manifestado en las líneas anteriores, la edad jubilatoria de la docencia en Argentina es muy temprana, ni siquiera la OMS (2002) las consideraría *adultas mayores*, ya que eso sería a partir de los 60 años; por lo cual sería importante que, para mantener un envejecimiento activo y saludable, las mujeres docentes cuenten con un proyecto de vida que les permita desplegar todas sus capacidades; ya que, como indican Heggstad y Andrew (2012), citados en Alcover de la Hera (2020), la edad es simplemente una variable demográfica, no un constructo psicológico, es decir, no es la causante de cambios en variables como la personalidad, la motivación laboral o las actitudes hacia el trabajo, simplemente se correlaciona con cambios -no homogéneos en todas las personas- en estas variables.

En otra latitud, existen algunas razones por las cuales los docentes de nivel inicial se jubilan a tan corta edad. Chávez 2011 (como se citó en Salazar Garcés, 2014) menciona que los maestros ejercen su profesión muchas horas de trabajo en desmedro de su salud, incluso la jornada laboral de 8 horas puede llegar a provocar el llamado síndrome de burnout o desgaste profesional. Asimismo, se observa que el aumento de la jornada de trabajo, el exceso de estudiantes en el aula y la sobrecarga en preparación de material docente, genera cansancio laboral disminuyendo la cantidad de tiempo que los maestros pueden dedicarse a sí mismos y a su entorno familiar (Salazar Garcés, 2014).

Siguiendo esta misma línea, Pineda Pardo et al. (2017), en su estudio, hablan sobre el estrés laboral en maestras de nivel inicial, estrés que se genera al mantener ciertas responsabilidades y compromisos con aquellos niños y niñas que se encuentran en una edad donde tienen mayores necesidades de explorar, curiosear, experimentar, ser traviosos, inquietos y hacer bullicio; en este sentido, aplicar disciplina no siempre es una tarea fácil. Asimismo, se debe sumar a las actividades pedagógicas, las actividades de cuidado -como alimentación, limpieza e higiene- que demandan mayores esfuerzos y dedicación; de esta manera los autores recalcan los desafíos físicos, psicológicos y emocionales implicados en la salud y bienestar en la labor de las docentes. Además, es interesante destacar que, en los resultados de sus estudios, hallaron que las docentes más jóvenes -entre 25 y 31 años- muestran un nivel moderado de estrés, mientras que las docentes con más edad son quienes muestran los niveles más altos de estrés.

Jubilación y Género

Las mujeres jubiladas difieren en cuanto a los hombres jubilados en distintos aspectos. En primer lugar, durante la vida laboral se observan distintas expectativas sociales para varones y para mujeres, en donde la mujer de la sociedad occidental desempeña, a la par del rol productivo en el ámbito público o laboral, un rol reproductivo o de cuidado en el ámbito privado o familiar, quedando este rol incluso relegado exclusivamente a las mujeres como algo natural (Castañeda Abascal, 2007) o considerando a la posición de la mujer como subordinada dentro del hogar (Pérez Ortiz, 2006).

Siguiendo con la misma línea, Hermida et al. (2014) postulan que incluso las tareas que las personas realizan dentro del ámbito laboral tienen un correlato con aquello que se espera socialmente para cada género. En este sentido, al ser muy común la asociación del

género femenino al rol de cuidador, se observan mujeres desempeñándose en tareas de cuidado de salud en enfermería, tareas relacionadas con lo educacional -como es el caso de las docentes de educación inicial-, servicio doméstico o trabajos de oficina (Castañeda Abascal, 2007).

En segundo lugar, al hablar del cese de la actividad laboral, para Morales (2011) la jubilación en la mujer es vivida con distintas connotaciones, fruto de lo mencionado anteriormente: su rol dentro de la familia, de la evolución del modelo social, de su posición en el mercado de trabajo, entre otras causas. Según Hermida et al. (2014), para las mujeres, la jubilación puede ser considerada como un descanso, comienzo o continuidad, mientras que para los hombres puede ser una vivencia relacionada a una pérdida. Esto es así debido a los roles de género, donde para el hombre la jubilación puede significar una pérdida de estatus como proveedor y sostén económico a la familia, mientras que para la mujer, el dejar de trabajar, podría significar cumplir con su rol de género como cuidadora familiar.

A raíz de lo mencionado anteriormente, varios autores postulan que las mujeres tienen una mayor capacidad de aceptación frente a los cambios en el ciclo vital y las crisis, y además manifiestan una actitud levemente más favorable hacia la jubilación que los hombres, quienes presentan una actitud negativa hacia el retiro laboral (Rodríguez Feijóo, 2007; World Health Organization, 2007; Hermida et al., 2016).

Para la población femenina en general, la jubilación se manifiesta especialmente por la repercusión que tiene para sus cónyuges, ya que muchas de ellas no han cotizado, sino que se han ocupado fundamentalmente del cuidado de la familia, tanto ascendente como descendente. Esta situación genera que muchas mujeres comiencen a añorar aquél tiempo que no se dedicaron a ellas mismas, sino que lo dedicaron a su familia, dejando de hacer muchas cosas. No obstante, eventualmente aparece el discurso de quien sí está satisfecha por su

dedicación familiar en supresión de la esfera laboral. Es la constante contraposición entre la familia y el trabajo (Morales, 2011).

Siguiendo con esta misma línea, Morales (2011) continúa planteando que otra diferencia según el género en la jubilación radica en que algunas mujeres se plantean dejar el mercado laboral para ser cuidadora de sus progenitores; aunque actualmente esto está cambiando y se observan familias que recurren cada vez más a las residencias para que los mayores pasen los últimos años de sus vidas. Por otro lado, la mencionada autora hace hincapié en que en la etapa de la jubilación también se puede estar atravesando por el ciclo vital en donde una mujer se convierte en abuela, entonces también se suma a sus tareas el hecho de ocuparse de los hijos de sus hijos.

Nuevamente, el género femenino es portador de situaciones desiguales, ya que la mayoría de las mujeres jubiladas que ejercían un trabajo fuera de su hogar, experimentan una sensación de liberación. Sin embargo, esta liberación se refiere sólo a la parte relacionada con la actividad laboral, ya que dentro de su hogar han de continuar desarrollando parte de sus tareas habituales que por lo general no siempre se valoran: las domésticas (Morales, 2011).

En este sentido, para Castañeda Abascal (2007), la realización de un tipo de rol no excluye al otro, siendo frecuente que las mujeres realicen dos o más roles simultáneamente, generando aquello que se denomina carga múltiple. La autora alega que esta práctica de manera sistemática afecta a la utilización del tiempo dedicado al descanso y la recreación, repercutiendo de manera desfavorable sobre la salud física y mental.

Es por ello que la jubilación puede ser considerada una pérdida de la rutina laboral que se traduce en un exceso de tiempo libre, que, en el caso de las mujeres, podría representar un alivio a esta sobrecarga generada durante la vida adulta por el desempeño simultáneo de tareas laborales y domésticas, lo que se desemboca en una actitud más positiva frente a la jubilación (Hermida et al. 2016).

Orientación Vocacional en la Jubilación

Rascovan (2015) define lo vocacional como “el campo de problemáticas del ser humano” (p. 18). A su vez, el autor establece que ese campo vocacional permite la interacción entre ciertas variables que pertenecen a toda organización social y productiva, junto con las variables individuales de cada persona, aquello que hace a la singularidad del sujeto. A raíz de estas concepciones, surge la definición de orientación vocacional como aquella intervención que facilita la elección de objetos vocacionales, los cuales son principalmente el trabajo y el estudio, ya que éstos producen inclusión social (Rascovan, 2015).

Teniendo en cuenta que la orientación vocacional se entiende como un proceso, ya que se trata de un trayecto o de un itinerario de vida inacabado, a través del cual el sujeto reconoce y encuentra —dentro de una gran variedad— uno o más objetos con los que establece vínculos singulares (Rascovan 2015), entonces las intervenciones de orientación vocacional deben entenderse como un acompañamiento que se desarrolla a lo largo de toda la vida, como expresan Savickas et al. (2012).

En esta latitud, si la orientación vocacional se despliega a lo largo de toda la vida, una persona jubilada también puede recibir un proceso de orientación vocacional. De hecho, Puzzi (2018) postula que la intervención en materia de orientación vocacional con adultos mayores es beneficiosa, ya que se busca impulsarlos a través de un acompañamiento que permite devolverles sus saberes, buscar nuevos quehaceres y también cuestionar mandatos, con el fin de descubrir nuevos horizontes de posibilidades. Al igual que en otros momentos de la vida, la orientación vocacional será una búsqueda, un proceso abierto que se va construyendo, deconstruyendo y reconstruyendo (Rascovan 2005).

En este sentido, Puzzi (2018) señala que sería deseable promover la orientación vocacional a quienes lo deseen, generando propuestas para que cada sujeto pudiera ser acompañado tanto por un profesional como por un grupo de pares, no sólo en la elección de un quehacer, sino también para la elaboración de una nueva condición -como es el retiro laboral-, para revalorizar el propio deseo y estimular su protagonismo en la construcción de su proyecto de vida.

En concordancia con lo mencionado, Puzzi (2018) también postula que la orientación vocacional permitirá abordar imperativos sociales, con el fin de trascender la necesidad de buscar actividades como un intento de aferrarse a una rutina, o para ocupar el tiempo, sino para poder disfrutar de lo que se hace sin responder a valores dominantes. Según la autora, será entonces un momento propicio para *reinventarse*.

Finalmente, Rubio-Cano (2019) sostiene que la planeación para la jubilación debe darse desde una edad muy temprana para ir tomando consciencia de la relevancia que va adquiriendo al transcurrir los distintos ciclos y etapas de la vida.

Método

Diseño de Estudio

El presente trabajo de investigación empírico de corte cualitativo y con diseño narrativo tiene como objetivo principal explorar acerca de los proyectos de vida llevados a cabo en mujeres docentes jubiladas de la ciudad de Neuquén y compararlos con aquellos planificados en la etapa pre-jubilatoria. En este sentido, Según Montero y León (2007), los estudios empíricos cualitativos comprenden aquellos que se realizan bajo la perspectiva epistemológica de los participantes. El enfoque narrativo es pertinente a este estudio ya que, de acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza Torres (2018), pretende entender la sucesión de eventos -como es la jubilación- en “donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones” (p. 542), a partir de las vivencias contadas por estas mujeres.

Participantes

Las participantes del presente trabajo de investigación fueron 12 mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la Ciudad de Neuquén Capital, que llevan entre 5 y 10 años de haberse jubilado. La muestra se compone de mujeres jubiladas del cargo de profesora, preceptora o directora de educación inicial. Las edades de estas docentes jubiladas van desde los 57 a los 62 años.

Criterios de Inclusión y Exclusión

Uno de los criterios de inclusión, es que se trate de mujeres jubiladas de la docencia en el nivel inicial, que hayan cumplido entre 5 y 10 años desde su jubilación. Otro criterio incluye que se hayan desempeñado en la docencia como único título habilitante.

Entre los criterios de exclusión, en primer lugar, no se trabajó con mujeres jubiladas que poseían un título habilitante de otra profesión que les permitiera seguir trabajando de manera autónoma; en segundo lugar, se excluyeron las mujeres jubiladas cuya jubilación se haya dado por enfermedad incapacitante o por invalidez.

Instrumentos de Recolección de Datos

El instrumento utilizado para recolectar los datos fue la entrevista semidirigida, con la intencionalidad de que las participantes tengan la libertad de expresarse y narrar en profundidad sobre el tema abordado, tomando como guía algunas preguntas que invitan a hablar sobre los grandes temas a tratar (ver anexo). Tal como mencionan Hernández-Sampieri et al. (2014), en la entrevista se llevan a cabo una serie de preguntas con sus respuestas, buscando generar una comunicación y construir significados de manera conjunta respecto de una temática.

Procedimiento

Para el procedimiento del presente trabajo se desarrolló un protocolo de preguntas con el formato de entrevista semidirigida que permitió responder a la pregunta de investigación y a los objetivos de la misma. En función de ello se convocaron las participantes a partir del contacto con una docente jubilada, quien posibilitó la comunicación con el resto de la muestra. Este tipo de muestreo no probabilístico lleva el nombre de bola de nieve, el cual implica identificar a una participante clave y preguntarle si conoce a otras personas que puedan proporcionar más datos o ampliar la muestra (Hernández-Sampieri y Mendoza Torres, 2018).

Luego se realizaron las entrevistas de manera virtual, entregándose previamente el consentimiento informado a cada participante para ser firmado.

Finalmente, se llevó a cabo un análisis de contenido de cada entrevistada y con la información obtenida se realizó una categorización para obtener los datos que darán respuesta al objetivo.

Consentimiento Informado

En este trabajo de investigación se respetaron los principios éticos propios de la profesión, ya que se les brindó a las participantes información previa sobre la temática abordada -en carácter de Trabajo Integrador Final para acceder al título de Licenciatura en Psicología- y sobre la finalidad de los datos recolectados, haciendo hincapié en la confidencialidad de los mismos, bajo el amparo de la Ley de Protección de los Datos Personales N° 25.326/00. Para ello, cada una de las participantes completó el consentimiento informado que se le brindó en formato digital, el cual contenía toda la información pertinente mencionada anteriormente. Según Losada (2014) este consentimiento está dentro del derecho a la salud y forma parte de varios tratados internacionales en materia de derechos humanos; por otro lado, garantiza el respeto de ciertos principios como por ejemplo la no discriminación, la autonomía y la dignidad, entre otros.

Resultados

Para comenzar, se detallarán los datos sociodemográficos de la muestra, conformada por 12 mujeres docentes jubiladas de la docencia de nivel inicial en la ciudad de Neuquén.

Tabla

Datos sociodemográficos de la muestra

Entrevistada	Edad	Años de jubilada	Cargo del que se jubiló
Entrevistada 1	60	8	Directora de educación inicial
Entrevistada 2	59	7	Preceptora de educación inicial
Entrevistada 3	62	9	Preceptora de educación inicial y de la escuela de música
Entrevistada 4	62	9	Preceptora y profesora de educación inicial
Entrevistada 5	59	7	Directora de educación inicial
Entrevistada 6	61	8	Preceptora de educación inicial
Entrevistada 7	61	7	Vicedirectora de educación inicial
Entrevistada 8	61	9	Profesora de educación inicial
Entrevistada 9	57	5	Preceptora y profesora de educación inicial
Entrevistada 10	62	9	Profesora especial de música en educación inicial

Entrevistada 11	58	6	Preceptora de educación inicial
Entrevistada 12	62	10	Directora de educación inicial

Fuente: elaboración propia (Iglesias, 2024).

Tipos de actividades llevadas a cabo en la etapa post jubilatoria

Física

En este caso, se observó que todas las docentes entrevistadas refieren hacer algún tipo de actividad física actualmente. Las actividades que más mencionaron fueron ir al gimnasio, hacer pilates, yoga, caminata y baile o zumba. También hubo entrevistadas que relataron actividades más específicas como esferodinamia, danzas circulares, newcom y aquagym. Algunas de las docentes expresaron que durante su trayectoria laboral no tenían tiempo para dedicarle al cuerpo, y ahora en su jubilación comenzaron a realizar más actividad física. La **Entrevistada** (en adelante **E**) **6** menciona “gimnasia, que son cosas que uno por horarios a veces postergás, ahora de jubilada no” y la **E 5** también comenta: “recién ahora empecé a hacer cosas para mí”. Sin embargo, otras expresaron que siempre hicieron actividades, aún mientras trabajaban, la **E 9** dice "yo siempre hice muchas cosas al margen de que trabajaba".

Educativa

En cuanto a lo educativo, 10 de las docentes han estudiado alguna disciplina o actualmente la estudian. En la mitad de los casos se observa el estudio de un idioma como el inglés, alegando que es bueno mantener la mente activa, la **E 1** dice “un poco para hacer algo distinto, otro poco para pensar que el Alzheimer llegue más adelante” y la **E 12** menciona que su meta es incluir “alguna actividad que involucre el pensar”. También hubo entrevistadas

que se formaron en coaching ontológico, en astrología y en terapias holísticas como el reiki, registros akáshicos, entre otras; la **E 6** comenta que se trata de disciplinas de formación continua, “siempre van surgiendo cosas nuevas, te estás formando constantemente”.

Asimismo, 3 de las docentes se dedicaron a hacer cursos sobre actividades relacionadas con la tierra, como huertas, jardinería y hongos. Finalmente, también se mencionaron actividades artísticas como maquillaje, bordado en fotografía, clases de pintura, o literarias como narración oral y taller de escritura.

Como se observa, las actividades que ellas eligen aprender no están relacionadas con la educación en el sentido de la docencia, la **E 5** relata “hay algo que yo lo tenía claro, que no quería seguir estudiando algo relacionado con educación”, y la **E 8** menciona “decidí seguir formándome, estudiando en algo que no tenga nada que ver con la docencia”.

Laboral

En el ámbito laboral, en todos los casos, las jubiladas alegan que no desempeñan ninguna actividad remunerada y la mayoría comenta que tampoco está en sus planes tener un trabajo post-jubilación. Los comentarios que más se escucharon fueron aquellos relacionados con evitar trabajar por la limitación de horarios y la responsabilidad que ello involucra. La **E 1** comenta “no sé si tengo ganas de estar atada a un horario y trabajar”, la **E 3** refiere “no, yo ya trabajé, no quiero responsabilidades” y la **E 12** recalca “y de hecho no pienso hacerlo (...), me condicionaría”. Otras docentes refieren que mantener la conducta de ejercitarse, cuidar de sí mismas y de la casa es un trabajo, la **E 4** dice “todo es un trabajo pero no está remunerado”.

Por otro lado, algunas jubiladas mencionan que sus actividades artísticas, manualidades, etc. las realizan sin fines de lucro y cuando ellas eligen hacerlo; la **E 11** refiere “nosotros hacemos conservas (...), envasados, pero nunca vendí nada”, la **E 9** menciona “toda

mi vida hice cosas, pero en general en esa área no se valora y terminás regalando” y la **E 8** relata “no como un trabajo (...), lo hacía si tenía ganas y si estaba inspirada”.

Sin embargo, hubo algunas docentes que proyectaron llevar adelante una actividad de forma remunerada en algún futuro, la **E 6** expresa “la idea es en un futuro cobrar y hacerlo como un modo de ingreso, pero hoy no lo estoy haciendo”.

Si bien, las jubiladas refieren encontrarse alejadas de la docencia y la educación, en algunos casos reconocen haber enseñado alguna disciplina en algún momento, aunque no de manera remunerada; como la **E 12** que comenta “hice el instructorado de tai-chi y daba tai-chi gratis” o la **E 3** que refiere “me llamó una del grupo para decirme que había un lugar en oncología en la parte de quimioterapia para dar arte, pintura”.

Familiar

En cuanto al ámbito familiar, la mayoría de las docentes comenzó hablando de otras actividades sin incluir explícitamente el cuidado del hogar como una actividad en sí misma, la **E 8** menciona “quedarme en la casa de ama de casa lo hago con gusto y todo pero no era... no me sentía”. Sin embargo, algunas docentes sí mencionaron el cuidado del hogar, la **E 1** alega “me ocupo de mi casa” y la **E 2**, “ayudo en lo que necesite la familia”.

Sobre su estado civil, 9 docentes dicen estar casadas, 1 en pareja conviviendo y 2 solteras. Aquellas que viven con el marido, mencionaron compartir momentos como viajes, cuidado del jardín y huerta, salidas a tomar un café, entre otras. Algunas tienen a su marido jubilado, mientras que otras refieren que, al tener a su marido en actividad, deben organizarse mejor en algunas cuestiones como viajes familiares. La **E 1** expresa “yo soy la jubilada pero mi marido está en plena actividad (...), de hacer otro tipo de viajes hoy yo lo tengo que planificar mucho”, la **E 6** alega “él, al todavía continuar trabajando y yo tener una libertad de horarios, por ahí no la podemos pilotear tanto en eso”. Asimismo, la **E 10** expresa “mi marido

trabaja (...) entonces él está así corriendo todo el día y yo al estar más reflexiva como que lo invito a estar más tranquilo”.

En otra latitud, algunas docentes no tienen hijos y la mayoría de las que sí los tienen, éstos ya son grandes y están independizados, incluso algunos residen en otras provincias o en el exterior. Con respecto al cuidado de nietos, la mayoría de las jubiladas no tiene nietos, la **E 1** menciona “No tengo nietos que uno pueda proyectar: bueno, tengo que cuidar mis nietos”, la **E 3** coincide: “no tenía hijos, no tenía nietos, que vos decís: bueno, me pongo a criar los nietos”. No obstante, aquella docente que mencionó el cuidado de los nietos, también reconoció que pudo marcar el límite, la **E 10** expresa “los cuido de vez en cuando, no siempre porque le pude poner ese límite”.

Finalmente, se mencionó bastante el cuidado de personas mayores, como padres o suegros. La **E 1** alega “la condición de salud de mi papá a mí me atraviesa y me condiciona”, la **E 8** expresa “mis padres están más grandes, están lejos, tenés que empezar a decidir cuestiones” y la **E 5** comenta haber transitado por el cuidado de sus padres y sus suegros durante varios años post-jubilación: “era todo el tiempo enfermos, me consumió eso, la situación familiar”.

Social

Se nota una presencia muy marcada de la vida social en la mayoría de las docentes jubiladas, la **E 1** comenta “promuevo esas cosas, contacto social, porque yo soy muy sociable”, la **E 7** coincide: “tengo mucha vida social de amigas, varios grupos”, incluso la **E 5** organizó una lista de personas con las que quería encontrarse: “fui tildando encuentros, un café (...) ya cerré el año con todas las personas que tenía citas”. Asimismo, hay 2 entrevistadas que se mudaron de provincia luego de su jubilación y actualmente residen lejos de la ciudad de Neuquén, por lo que resaltan la importancia de la vida social para construir

nuevos vínculos: la **E 3** menciona “encontré dónde hacer algo social y bueno, recurrí a la biblioteca porque me gusta leer” y la **E 12** expresa “me encanta mucho hacer sociales (...) yo hago sociales con mucha facilidad”.

Sin embargo, a pesar de que todas ellas refieren tener encuentros con amistades, hubo una minoría que reconocen estar más en su casa, la **E 2** menciona “lo mío es más bien tranqui, más bien de la casa” y la **E 6** refiere “soy más bien casera, soy más del hogar”.

Otras actividades

En cuanto a otras actividades, en el común denominador se observó la importancia de la presencia de viajes en su vida post-jubilatoria, expresando la posibilidad de viajar en cualquier momento del año, ya sin tener los horarios de la profesión; la **E 4** expresa “viajé, quiero seguir viajando” y la **E 3** menciona “viajaba en julio y en enero, y yo decía: bueno, cuando me jubile voy (...) en cualquier época”. Varias de las entrevistadas viajan con su marido, como la **E 11** que cuenta “cuando podemos viajamos, hacemos un par de viajes al año con mi marido”; pero también incluyen viajes entre amigas o en solitario, como expresa la **E 7** “tengo grupos de viajes, algunos hago con la familia y otros con amigas”, o la **E 6** que relata “yo sola también hago cosas, o viajo, o por mi hija que vive lejos”.

Por otro lado, entre otras actividades se mencionó en una minoría la participación en un voluntariado, la **E 3** comenta “me metí en un voluntariado en el hospital que era de la iglesia”, la **E 8** dice “también estoy en una actividad en la iglesia, que el cuarto domingo de cada mes (...) tenemos el té de los abuelos” y la **E 11** que asiste a un comedor: “colaboro desde el 2021 con un comedor, que me lleva 2 días por mes”.

Otra minoría comentó el cuidado del jardín y actividades relacionadas con la tierra, como la **E 2** que dice “me dedico a mis plantas (...) el patio es grande, así que es mucho tiempo”, o la **E 8** que refiere “todos los años algún curso hago para ponerlo en práctica en mi

jardín, en mis plantas”; también la **E 11** dedica la mayor parte de su tiempo en el patio: “en casa hacemos huerta, nos gusta mucho el afuera, producimos hongos cuando se puede”.

Finalmente, sobre actividades de ocio se mencionaron mirar películas y novelas, leer, cocinar, hacer pintura, incluso escribir un libro.

Proyectos de vida

Proyectos de vida previos a la jubilación

En relación a este apartado, es interesante destacar que la totalidad de las jubiladas docentes de nivel inicial que fueron entrevistadas manifestaron no haber planificado, antes de jubilarse, proyectos de vida que pudieran llevar a cabo en su etapa posterior a su jubilación. Los comentarios que más se escucharon en un principio fueron: “no lo tenía tan decidido, yo sabía que iba a ser una etapa buena pero no tenía un planeamiento”, como expresa la **E 10**, o “nada pensado ni planeado... como se fue dando”, como menciona la **E 2**; incluso comentarios que denotan que fueron decidiendo los pasos a seguir sobre la marcha de las circunstancias, la **E 11** dice “yo fui viendo”, “cuando me jubilé en cuanto a expectativas no lo tenía muy claro honestamente, no tenía un norte”, la **E 6** expresa “lo que va pintando” y la **E 8** comenta “entonces digo: no, mi proyecto de vida ya se va a ir dando, y se fue dando”.

No obstante, al continuar con el relato, algunas de ellas comenzaron a reconocer ciertas expectativas previas o metas a corto y mediano plazo, aunque no las clasificaron en primera instancia como proyectos de vida como tales. Por ejemplo, la **E 1** primero manifestó “nunca fue: bueno a ver qué hago con esto, sino: bueno a ver qué aparece”, pero luego recordó: “pensando en qué podía llegar a hacer yo cuando me jubilara, viene a mí la formación de coaching”; asimismo, la **E 10** menciona “ya estaba viendo esto de coaching, de

alguna forma pensás: bueno cuando me jubile lo voy a poder hacer, pero todavía estaba como muy desdibujado”.

También se observaron expectativas relacionadas con el disfrute del tiempo libre, de las actividades que eligen hacer, de la familia y del ejercicio físico. La **E 7** esperaba de su jubilación: “disfrutar más del tiempo (...) y hacer lo que realmente me gustaba”; la **E 5** manifiesta “yo quería jubilarme y quería tomar un café (...) con unas amigas”; la **E 6** alega “dedicarme a mi familia, disfrutar el tiempo al no tener un trabajo sistematizado y con horario” y la **E 12** expresa “siempre me puse como meta de vida hacer actividad física”.

Algo muy marcado, que nuevamente aparece, es el tema de viajar. Muchas de las jubiladas tenían la expectativa de que cuando se jubilaran iban a poder viajar en cualquier época del año. Como se mencionó anteriormente, la **E 3** destaca “me gustó viajar pero durante mi actividad viajaba en julio y en enero, y yo decía: bueno, cuando me jubile voy a abril, en mayo, en cualquier época”. La **E 4** dice que tenía el plan de viajar más, “cuando yo me jubilé, me fui de viaje a Europa, porque ese era mi sueño”. Coincide también la **E 12**: “la expectativa de viajar sin tiempo, en cualquier momento (...), no esperar las vacaciones”.

Siguiendo esta línea, la **E 9** comentó que desde hace 12 años tenía la idea de viajar en motorhome con su marido, y que actualmente lo lograron: “quizá lo del motorhome fue un sueño que surgió en el 2012, que creíamos irrealizable”, “empezamos hace 2 años con viajes cortos, o encuentros con amigos”. También es interesante agregar que 2 jubiladas se mudaron de ciudad y que la **E 12** hoy reconoce tener un proyecto que surgió hace 3 años atrás, sobre mudarse de ciudad: “ahora el proyecto es ese (...) cada 2 años voy a cambiar de lugar”.

Sin embargo, no todo es alegría, ya que si bien la mayoría manifiesta haber esperado su jubilación con ansias, algunas de ellas comentaron haber atravesado una crisis, un periodo de adaptación al cambio e indecisión, aparecen frases como “bueno, pero estoy jubilada, y ahora qué hago con todo eso”, como expresa la **E 10**. En función de esto, la **E 7** manifiesta

“al principio cuando recién me jubilé, que yo pensé que se me iba a venir el mundo abajo, me anoté en todo, que canto, que pintura, que natación”, la **E 3** reconoce “el primer año fue sentarme en un sillón a mirar la tele”, “después ya me agarró un poco la desesperación (...), algo tengo que hacer, ¿qué me gusta?, no encontraba qué me gustara”. Incluso, los momentos de crisis y tensión también se observaron en años posteriores a la jubilación, por ejemplo la **E 1** comenta que años después de jubilada decidió dar un giro a su vida y comenzó a replantearse “no me gusta la vida que tengo”, “y bueno, ¿qué hago?, ¿me pongo a estudiar?, y las cosas se fueron dando, algunas las busqué yo, otras se fueron dando y hoy es lo que estoy eligiendo”.

Con respecto a esto último, varias entrevistadas también reconocieron que su trayectoria post-jubilatoria se fue tejiendo a través de la prueba y el error, como por ejemplo comenzar alguna actividad y luego darse cuenta de que no les gustaba, hasta ir encontrando el camino por el que transitan actualmente. Esto se observa explícitamente cuando la **E 10** dice “es como ensayo y error, voy a ver si esto funciona”, también la **E 11** comenta “te das cuenta que tenés que ir encontrándole después lo que te enamora”, cuando cuenta que estudió italiano y no le gustó; y la **E 7** comenta “a ver qué puedo traer para vender o qué puedo hacer (...), pero después me fui dando cuenta que no, que no era lo mío y lo dejé en el camino”.

Cumplimiento de los proyectos de vida pre-jubilatorios

En relación al cumplimiento de los proyectos de vida, cabe destacar que ninguna docente manifestó haber construido, en el momento previo a su jubilación, proyectos de vida para llevar adelante en su etapa post-jubilación, por lo tanto no se puede pensar en el cumplimiento o incumplimiento de proyectos como tal. Sin embargo, sí se puede hacer foco en el cumplimiento de aquello que pensaban antes de jubilarse, en esas expectativas que tenían previamente y en las actividades que actualmente llevan a cabo, actividades que

generan una vida de disfrute, un tanto más descontracturada y sin horarios, aquella vida que eligen tener. Por ejemplo, la **E 12** refiere “la expectativa se cumplió ampliamente (...), dejé de trabajar y comencé a hacer las cosas que yo quería con los tiempos que yo quería”, a su vez, la **E 4** alega “es como que mis expectativas se están cumpliendo, porque era esto, vivir más tranquila, hacer las cosas que me gustan, elegir lo que quiero hacer, viajar (...), tener una vida sana, estar tranquila y disfrutar de cada cosa”.

Con respecto a la expectativa de mantener la vida social que proporcionaba el trabajo, la **E 5** dice “y sí, ahora sí se me está cumpliendo, porque mi vida social la sigo teniendo desde otro lado”, y en relación a los viajes la **E 3** refiere que cumplió con su plan de viajar en cualquier época del año: “lo primero que hice cuando me jubilé, me fui a hacer el camino a Santiago Compostela”, ella manifiesta que cumplió: “Yo cumplí con todo”.

Se observa que, a pesar de no reconocer la existencia de proyectos previos planificados, consideran que sus expectativas pre-jubilatorias sí se cumplieron a través de los años, incluso atravesando algunas crisis y periodos de prueba y error. Finalmente, las jubiladas en su totalidad manifiestan conformidad con la situación actual de sus vidas, “ahora que tengo tiempo estoy feliz de la vida” concluye la **E 12**.

Valores que se ponen en juego

En cuanto a lo valioso para estas docentes jubiladas, se reconoció una preponderancia de respuestas relacionadas a lo vincular, la **E 5** reflexiona: “los valores siempre fueron desde lo vincular”, y en particular se evidencia la marcada presencia de la familia. Esto se observa en respuestas como “el bienestar de la familia”, que menciona la **E 1**, o “valioso en mi vida, primero mi familia”, que menciona la **E 8**, coincide también la **E 7**: “para mí en este momento es la familia, el tiempo que les puedo dar a mis hijos”.

Se suman a estas reflexiones otras que incluyen los espacios de socialización y el contacto con los demás por fuera del ámbito familiar, de hecho, la **E 1** reconoce “hoy tengo claro que la mejor manera de estar bien (...) sean proyectos que me mantengan (...) en contacto con el otro”, la **E 9** añade: “la vida social es muy importante, estar con otros, compartir”, asimismo la **E 11** acuerda: “siempre lo colectivo”.

Por otro lado, otras respuestas que se observaron fueron aquellas relacionadas a aprender cosas nuevas, disfrutar el momento y la tranquilidad, hacer lo que les gusta y priorizarse a sí mismas. La **E 9** menciona “el aprender día a día, yo creo que uno nunca tiene que dejar de aprender, en todos los aspectos”, la **E 5** alega “yo disfruto de los momentos que paso con la gente que quiero”, por otro lado, la **E 6** expresa “para mí lo básico y fundamental es la tranquilidad, el no tener que estar atada a horarios, ni a un sistema, ni a la dependencia” y la **E 4** menciona “yo trato siempre de priorizarme, hacer las cosas que siento”.

Por último, también se mencionó la superación personal como un valor, por ejemplo la **E 5** habla sobre “poder vencer los prejuicios” sobre sí misma en cuanto a emprender actividades nuevas y la **E 12** menciona “son desafíos, es como probarme a mí misma que puedo”.

Obstáculos y facilitadores encontrados

En primer lugar, en cuanto a la presencia de obstáculos, se encontró una clara división, ya que 7 de las entrevistadas refirieron en un primer momento no haberse encontrado con grandes obstáculos que atravesar en su etapa posterior a la jubilación, como menciona la **E 9** “creo que no he tenido grandes obstáculos en mi vida”, o incluso menciona la **E 7** que el obstáculo era el mismo trabajo “el tema del trabajo fue difícil (...) más los últimos años que yo estaba en este cargo como para poder jubilarme”.

No obstante, luego, durante la entrevista, algunas de ellas sí reconocieron ciertas situaciones que de igual manera no las clasificaron como obstáculos. Sus respuestas fueron del estilo: “no he tenido grandes dificultades en mi vida (...) así que fue una etapa más la jubilación, que la deseaba, pero no sabía qué hacer con ella en un momento”, como dice la **E 3**, quien a su vez reconoce que en un primer momento no sabía cómo afrontar su jubilación. En relación a ello, la **E 6** comenta la presencia de una condición de salud que tampoco la definió como obstáculo ya que ella misma dice “no me impide esto de leer, de estudiar”, sin embargo, posteriormente menciona que el hecho de que el marido siga trabajando puede limitarla en cuanto a tiempos y viajes “sigue trabajando, o sea, estamos limitados a los tiempos que él tiene libres o su época de vacaciones”. También se observó en el caso de la **E 11** que mencionó no haber tenido obstáculos pero que quizá su pensamiento político podría ser uno, “quizá los propios prejuicios (...), estoy atravesada por algún pensamiento político que me puede alejar de alguna gente, ese puede ser algún obstáculo en mi vida”.

Siguiendo con lo mencionado anteriormente, por otro lado, están aquellas entrevistadas que sí reconocieron la presencia de obstáculos desde un primer momento, y se trató de casi la mitad de la muestra. Por ejemplo, la **E 1** alega que un obstáculo es la condición de salud de su padre y la actividad laboral de su marido “yo quiero tener la libertad de poder decir: este fin de semana me voy, y hoy no lo tengo”. En relación al tema familia y enfermedad, también la **E 4** reconoce haber atravesado la enfermedad de su marido y la **E 5** la enfermedad y fallecimiento de sus padres y sus suegros.

Posteriormente, en cuanto a otros obstáculos, se observó la presencia de la parte económica, la **E 4** dice “la economía del país (...) uno tiene que ir viendo, ir eligiendo cuáles son las prioridades”; o respuestas en torno a la propia organización, como agrega la **E 8**: “vos tenés que tener una cierta estructura, tenés que tener una responsabilidad, todo eso que ya ahora depende de mí y de las ganas que tenga”, y concuerda la **E 10**: “al estar jubilada estás

tranquila y hacés lo que querés pero lo veo también como una amenaza que si vos no tenés como hábitos, todo eso que vas concretando se te puede caer".

En segundo lugar, en cuanto a los facilitadores, muchas respuestas incluyeron el bienestar económico: “tengo mi casa, no pago alquiler, entonces estoy más tranquila”, menciona la **E 4**, o como dice la **E 7**: “ya tenés un lugar donde vivir, tenés un medio para moverte”. Además, muchas de ellas se encuentran conformes con su sueldo jubilatorio, por ejemplo, la **E 10** menciona “la jubilación me facilitó poder tener un sueldo y poder concretar mis proyectos” y la **E 6** coincide: “en ese sentido sirve el sustento jubilatorio”. Además, se observaron respuestas relacionadas a la facilidad de coordinar horarios con sus maridos, al estar también jubilados, en contraposición a aquellas que justamente consideraron este ítem como un obstáculo ya que sus maridos trabajan y deben organizarse con más cuidado. En este sentido, la **E 9** alega “jubilarnos juntos, que los dos tenemos la posibilidad de viajar”.

Finalmente, se encontraron algunas respuestas en relación a los tiempos libres, como dice la **E 8**: “como facilitadores tenía todo el tiempo a disposición”; otras respuestas en relación con desempeñarse en actividades que les gusten, como menciona la **E 5**: “pienso (...) que me reencontré y empecé a hacer actividades que a mí me gustan”; y también hubo una respuesta de una de las docentes que reconoció los vínculos formados en su vida como un facilitador “yo creo que los contactos, porque tengo gente amiga en todos lados” dice la **E 12**.

Opiniones

Opiniones sobre la jubilación

Durante las entrevistas las jubiladas comenzaron a incluir en su relato algunas opiniones en relación al concepto de jubilación; como por ejemplo la **E 10** manifiesta: “cómo cambió el concepto de jubilación, porque antes (...) parece que te jubilabas y se te terminaba

la vida, y ahora parece que después de la jubilación empezamos a vivir una vida distinta, pero plena, con muchas actividades”; o la **E 6**, que dice "es una etapa totalmente distinta, es una etapa extensa, si tenés buena salud y la vida te da esa oportunidad, es larga, porque yo ya van a hacer casi 10 años que me jubilé y me considero joven". Por otro lado, la mayoría de las entrevistadas manifiesta que quería jubilarse y que la ha esperado con ansias. Las frases que se escucharon al respecto son del estilo: “yo antes de jubilarme tenía muchas ganas de jubilarme”, como expresa la **E 10**, o “la esperé con los brazos abiertos”, como menciona la **E 4**, incluso la **E 8** contestó “fue el día más feliz de mi vida”.

Sin embargo, las exclamaciones mencionadas anteriormente, en varios casos, parecen estar más relacionadas con el hecho de querer dejar de trabajar -por la demanda física, mental y emocional que implica el cargo de profesora de educación inicial- que por el hecho de jubilarse en sí pensando en la jubilación como una etapa con proyectos nuevos; es decir, muchos comentarios rondaron en expresiones como “no voy a trabajar más, no quería seguir trabajando”, como expresa la **E 5** o “vas como si irías en fórmula 1 a 250 por hora”, como menciona la **E 10**, alegando que su trabajo le generaba estrés. También se escucharon comentarios en torno a la falta de tiempo durante la actividad laboral, en este sentido la **E 12** comenta “a mí me faltaba tiempo, por eso yo digo ahora que tengo tiempo estoy feliz de la vida” y la **E 6** menciona “para mí la liberación fue a través del horario”.

En función a lo expresado en las líneas anteriores, sobre el desgaste de la actividad laboral, la **E 6** comenta “yo creo que, en la docencia, al jubilarnos relativamente jóvenes, yo creo que es una edad justa porque en el caso nuestro no tenemos la misma capacidad física sobre todo para niñitos chiquitos que requieren tanta energía”. También, algunas relacionaron a la jubilación como el fin de una etapa que concluyó o que cumplió su ciclo, por ejemplo la **E 2** contó “yo me fui creo que en el momento correcto. Ya cambiaba el ámbito, los compañeros, ya la gente nueva era más joven que mi hijo”, “fue el momento justo”.

No obstante, a pesar del cansancio que implica la docencia y del aparente deseo de jubilación, una minoría manifestó encontrarse, en un principio, con una realidad que no sabían afrontar. A raíz de ello, la **E 3** comenta “ahí tuve como una crisis así existencial digamos, porque muy lindo estar trabajando pero ¿y ahora qué?”, la **E 7** reconoce “al principio cuando recién me jubilé, que yo pensé que se me iba a venir el mundo abajo, me anoté en todo”, y la **E 9** relata “el primer tiempo yo sentía como que estaba en falta, el domingo yo siempre planificaba, (...) preparaba materiales; y es como que los primeros domingos fueron extraños, como que no estaba haciendo lo que tenía que hacer”.

Asimismo, el cambio que implica pasar del ritmo vertiginoso de la docencia a la tranquilidad de la jubilación, tampoco fue del todo sencillo. En los testimonios, una docente expresa haber tenido que reorganizar sus horarios, la **E 8** relata “toda la vida me levanté temprano, primero para estudiar, después para trabajar, entonces ese reloj biológico no lo podía bajar quedándome en mi casa a dormir”. Otra docente expresó la dificultad para desconectarse emocionalmente del jardín: “vos salís de un nivel de ritmo de lo más vertiginoso (...), y de buenas a primeras listo, mañana no vengo más (...), pero vos todavía seguís atada, o seguís emocionalmente” cuenta la **E 1**, incluso la **E 6** reconoce “a los chicos todavía los sigo extrañando”.

Opiniones sobre su carrera profesional

En este apartado, debido a que la mayoría de las docentes se jubilaron con elevados cargos a nivel jerárquico en lo que respecta a la educación de nivel inicial -por ejemplo del cargo de dirección de jardín de infantes o preceptoría- o llevando adelante un cargo de doble turno, el cual implicaba trabajar en horarios de mañana y de tarde, la mayoría de las entrevistadas manifestó encontrarse cansada o agotada del ritmo de vida que llevaba previo a

su jubilación. En relación a esto, la **E 3** comenta: “llegué tan cansada, porque doble turno toda la vida (...), volviendo a las 7 de la tarde a mi casa después de haber salido a las 7 y media”, la **E 5** coincide: “yo fui una madre que me levantaba a las 6 de la mañana y volvía a mi casa a las 6 de la tarde (...), al terminar, terminé tan gastada que dije: voy a descansar”, asimismo la **E 7** expresa “el día que terminé me saqué la mochila re pesada” y la **E 4** agrega “como trabajaba tanto llegaba a mi casa muy cansada y con el jardín siempre tenés que seguir trabajando, y el fin de semana también, no tenés tiempo”.

Sin embargo, a pesar de la carga horaria y del desgaste, la mayoría de las jubiladas mencionaron en algún momento haber disfrutado de su profesión, por ejemplo, la misma **E 5** reconoce “yo en el trabajo disfrutaba porque me gusta mucho divertirme, jugar, entonces lo disfrutaba”, “ojalá mi cabeza de maestra nunca se me vaya” y la **E 7** también recuerda: “sí que disfruté muchísimo porque a mí siempre me gustó lo que hice, trabajé a gusto”.

Asimismo, la **E 10** dice “es un trabajo de mucha satisfacción, trabajar con los chicos era mucha satisfacción y hasta me emociona porque realmente es un trabajo hermoso”, la **E 12** expresa “mientras estuve trabajando lo disfruté y lo pasé espectacular (...), realmente no tengo nada que decir de mi carrera laboral, estaba feliz (...) y ahora también estoy bien”.

Opiniones sobre la orientación vocacional en la jubilación

Resulta interesante reconocer que ninguna de las entrevistadas ha participado nunca en un proceso de orientación vocacional, ni en su etapa previa a la jubilación, ni en su juventud. La mayoría de ellas, sin embargo, sí reconoce haber escuchado alguna vez hablar sobre orientación vocacional, pero la relacionaban con los adolescentes que salen del secundario, mas no como un proceso a lo largo de toda la vida, de hecho, la **E 1** comenta

“uno siempre piensa en orientación vocacional como algo de lo que vos querés estudiar en los momentos de tu vida joven”.

No obstante, dos de las entrevistadas mencionan haber llevado a cabo un proceso terapéutico durante su etapa anterior a la jubilación, la **E 3** dice “previo a la jubilación estuve, porque estaba con un agotamiento terrible y estuve con psicóloga”, asimismo la **E 5** también cuenta que la psicóloga le ayudó a atravesar la transición de su jubilación y su situación familiar. Si bien ambas reconocen haber adquirido ciertas herramientas para la vida, no fue un proceso de orientación vocacional como tal, de hecho, la **E 3** considera que dicho proceso se lo hizo ella misma y la **E 5** menciona “no sé, a lo mejor lo hice inconscientemente”.

Siguiendo con lo mencionado, un poco más de la mitad de las entrevistadas consideran que sí les hubiera servido haber recibido algún tipo de orientación vocacional en su momento previo a jubilarse, como expresa la **E 11**: "me hubiera servido quizá hacer algo previo, eso lo voy descubriendo ahora (...) seguramente hubiera acertado un poco los caminos. Como no tenía ningún plan, por ahí me hubiera venido bien", o como dice la **E 8** “si te presentan eso, hubiese sido en seguida, la primera en anotarme y ver". Mientras que las demás manifiestan que no les hubiese servido; por un lado, algunas alegan que no fue necesario, como la **E 2** que menciona “no, lo mío fue distinto, fue como se fue dando y era lo que necesitaba”; otras consideran que pudieron adaptarse a las circunstancias sin ayuda, la **E 5** dice “lo que pasa es que yo hoy (...) estoy bien (...), hoy te diría no lo necesité”. En este sentido, también algunas reconocieron que quizá podría servirle a alguien más, la **E 9** expresa “creo que en mi caso no lo necesitaría, pero sé que muchas jubiladas sí lo necesitan”. Finalmente, la **E 12** asegura “no, no me hubiera servido porque no la necesitaba (...), no hubiera hecho otra cosa diferente a lo que hago ahora con una orientación”, “yo creo que la vida misma de cada uno te va orientando y te va guiando”.

Discusión

El presente trabajo final integrador tuvo como objetivo explorar la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén. Para poder lograr este cometido, se consideró al proyecto de vida como concepto teórico dentro del campo de la orientación vocacional. Además, los resultados se clasificaron en 3 grandes grupos para dar respuesta al objetivo general, ellos son: tipos de actividades llevadas a cabo en la etapa post-jubilatoria -incluyendo actividades físicas, educativas, laborales, familiares, sociales y otras actividades-; proyectos de vida -considerando los proyectos previos a la jubilación, el cumplimiento de sus proyectos de vida pre-jubilatorios, los valores que se pusieron en juego y los obstáculos y facilitadores encontrados-; y las opiniones -opiniones sobre la jubilación, sobre su carrera profesional y sobre la orientación vocacional en la jubilación-.

En el primer grupo de respuestas, se indagó sobre los tipos de actividades que las entrevistadas realizaban en su etapa posterior a la jubilación. En todos los casos, las jubiladas llevaban adelante una o más actividades, incluyendo actividades físicas, familiares, sociales y otras más específicas según cada caso. En cuanto a las actividades educativas, la mayoría mencionaron que estudian una disciplina por placer, pero no relacionada con la educación. Por otro lado, no se observó el desarrollo de ninguna actividad remunerada que las docentes hayan considerado como laboral.

Estos hallazgos se pueden comparar con el estudio llevado a cabo por Sbrola (2023), quien menciona que se identificó un gran cambio en los roles de estudiante y trabajador ya que pocas continúan siéndolo, mientras que el de ama de casa se mantuvo en el tiempo; y con el estudio efectuado por Álvarez y Pastorino (2022), el cual menciona que varias docentes continúan trabajando, refiriendo que aún se sienten productivas.

En este sentido, el presente trabajo difiere del estudio presentado por Álvarez y Pastorino (2022) en tanto que ninguna de las entrevistadas continúa trabajando actualmente, y concuerda con la investigación de Sbrola (2023) en el hecho de que no se evidencia un rol de trabajadora. Sin embargo, el rol de estudiante sí se mantuvo en la muestra de la presente investigación; y en cuanto al rol de ama de casa, si bien las jubiladas mencionaron que se ocupan de su hogar, muchas de ellas no enfatizaron en el cuidado de la casa como una actividad en sí misma.

Siguiendo con Sbrola (2023), hay otro de los hallazgos de su estudio que coincide con el presente, y es en lo que respecta al rol social. La autora establece que no se observaron grandes cambios con respecto a tener amistades y a ser miembro de una familia; este hecho coincide con que la mayoría de las docentes jubiladas de este estudio enfatiza en la importancia de mantenerse en contacto social, alegando tener grupos de amistades y compartir actividades en familia. Finalmente, en el estudio de la autora se halló que las mujeres entrevistadas expresaron tener una vida activa ya que algunas son abuelas, otras asisten a clases de baile, teatro o emprenden; esto también se observa en el presente estudio, ya que todas las entrevistadas tienen una vida que podría considerarse activa.

En otra latitud, la presente investigación buscó descubrir los proyectos de vida previos a la jubilación, indagando en el cumplimiento o no de los mismos en su etapa post jubilatoria. El resultado hallado al respecto fue que ninguna de las entrevistadas manifestó haber planificado proyectos de vida para su etapa posterior a la jubilación. Este hallazgo también coincide con lo postulado por Álvarez y Pastorino (2022), en el sentido de que la mayoría de las mujeres docentes jubiladas de su muestra no tenía un proyecto de vida definido. Asimismo, Nadal et al. (2023) hallaron que no existe un proyecto de vida único en los adultos mayores de 60 entrevistados y que incluso los proyectos actuales no son los mismos que

cuando eran jóvenes. Sin embargo, para Ramírez et al. (2019), es importante que la persona realice su proyecto de vida a una temprana edad.

A pesar de que las docentes del presente estudio no reconocieron haber planificado algo puntual, sí mencionaron expectativas sobre el estilo de vida que deseaban llevar en su etapa posterior a la jubilación, y en general se observó un deseo de una vida tranquila, sin horarios, en donde puedan disfrutar de las actividades que les gustan -como estudiar, ejercitarse, reunirse con amigos, entre otras-, de la familia y también viajar. Estos hallazgos van de la mano con los de Nadal et al. (2023), quienes postulan que el plan de los adultos mayores es disfrutar o seguir disfrutando, libre de presiones, mantenerse activos, apuntar a la autorrealización y aprender.

Por otro lado, la mayoría de las entrevistadas de esta investigación manifestó que no quería seguir trabajando y que incluso al jubilarse no tenían pensado un proyecto de vida que incluyera continuar con una actividad laboral, y menos relacionada con la educación. Este resultado dista mucho de lo hallado por Amar (2021), quien sostiene que su entrevistada -que por motivos de salud queda jubilada- mantiene el deseo de volver al aula; sin embargo, se puede pensar que ese deseo puede deberse a que su jubilación fue prematura y por motivo de enfermedad. Sin embargo, existen otros estudios que enfatizan en la importancia del trabajo post-jubilación y se han encontrado resultados en donde los jubilados continúan con algún tipo de actividad laboral. Por ejemplo, Rabini (2024), en sus resultados encontró que el trabajo es considerado como un elemento que valoriza la identidad de las personas, otorgándole dignidad y status social y que, además, éste actúa como anclaje identitario, estructura el tiempo y tiene un papel socializador. Asimismo, Sbrola (2023) halló que el rol docente se sostiene en el tiempo y que algunas de las docentes de la muestra siguen dictando clases. Finalmente, el estudio de Londoño Moreno y Díaz Bambula (2019) hace hincapié en la importancia del empleo puente para estructurar la vida, y menciona que estos empleos se

convierten en puentes que permiten que no haya un salto al vacío entre la carrera y el retiro total del mundo del trabajo.

Siguiendo con los resultados de la presente investigación, en cuanto a los valores encontrados, la mayoría tenían que ver con lo vincular, particularmente la familia y también espacios de socialización, además aprender cosas nuevas, disfrutar el momento y la tranquilidad, hacer lo que les gusta y priorizarse a sí mismas. En este sentido, Ramírez et al. (2019) concuerdan al mencionar en sus resultados el hecho de que ahora las personas jubiladas comparten más tiempo con los hijos, destacando los valores como aspectos predominantes en la dinámica familiar. También, el estudio de Díaz-Cuero y Méndez-Pedroza (2024) se asimila a los resultados obtenidos, ya que han encontrado experiencias relacionadas con el bienestar de las personas jubiladas, como realizar actividades -tanto en grupo como individualmente, hobbies, ejercicio físico, entre otras-, relacionarse con familiares y amigos, valorar los conocimientos adquiridos, cuidar la salud, expresar opiniones. Además, las autoras destacan la importancia de los factores psicosociales, reconociendo como positivo el control percibido, recursos financieros y de salud, y relaciones de pareja.

En cuanto a obstáculos y facilitadores encontrados, la mayoría de las docentes manifestó no haberse encontrado con grandes obstáculos en la vida, sin embargo algunas mencionaron que el mismo trabajo era un obstáculo y también el tener ciertos prejuicios. Sobre lo antedicho, Díaz-Cuero y Méndez-Pedroza (2024) hallaron expectativas negativas sobre la jubilación, la falta de control y la insatisfacción laboral previa.

Por otro lado, los facilitadores que las docentes mencionaron fueron en relación a la libertad, tener tiempos libres y coordinar sus horarios, y al bienestar económico que les brinda la misma jubilación. En este sentido, Álvarez et al. (2022) identifican vivencias referidas a la libertad en las mujeres docentes jubiladas de su muestra y también la necesidad

de cumplir proyectos durante su jubilación. Sin embargo, estos autores también identificaron emociones y sentimientos diversos como: alegría, satisfacción, tristeza, incertidumbre y temor al nuevo cambio de vida; pudiendo ser esto un facilitador o un obstáculo para su vida post-jubilatoria.

En último lugar, se indagó sobre las opiniones que las docentes tenían sobre la jubilación, sobre su carrera profesional y sobre la orientación vocacional en la jubilación. En cuanto a los resultados, las entrevistadas manifestaron que hoy veían a la jubilación como una etapa positiva, plena y llena de actividades, donde podían encontrarse libres de horarios y disfrutar. Esto coincide con el estudio de Ramírez (2019), el cual encontró que las personas jubiladas consideran que la jubilación no es sinónimo de enfermedad ni debe relacionarse con dolor, angustia, inactividad o incapacidad.

En relación con lo expresado anteriormente, en este estudio, si bien la mayoría de las docentes manifestó que quería jubilarse, es importante destacar que, en un principio, una minoría de las entrevistadas reconoció haber atravesado dificultades e indecisión en el momento de transición del ritmo laboral al cese de su cargo docente. En función de esto, Rabini (2024) en su estudio encontró que, en cuanto a la concepción de jubilación, la mayoría de las personas asoció este periodo con ideas de festejo, descanso, premio, bienestar y disfrute, mientras que otras lo describieron como depresivo o incluso con la capacidad de anularla como persona. También Mejía-Velasco (2020) encontró esta ambivalencia en las respuestas, la autora relata que la aceptación de la jubilación es muy alta, reflejada en emociones y pensamientos positivos, sin embargo, existen prejuicios e información social que no son favorables, considerando a la jubilación como etapa improductiva y a la persona jubilada como obsoleta, una carga familiar, carente de vida y de salud; en este sentido la etapa de jubilación puede ser indeseada vinculándose con emociones de tristeza, temor, incertidumbre e indiferencia.

Por otro lado, en lo que respecta a la carrera profesional, la mayoría de las entrevistadas manifestó que, al momento de jubilarse, estaban cansadas o agotadas del ritmo de vida que llevaban, debido a que fueron muchos años de arduo trabajo y con mucha carga horaria; sin embargo también reconocen que su profesión les gustó y que la disfrutaron mucho, que fue una linda etapa que terminó su ciclo. En relación a ser docente, Rabini (2019) menciona que es un modo de vida en el que uno tiene la posibilidad de enseñar y aprender. También en sus resultados, los entrevistados comentaron que, en cuanto a la elección de carrera, algunos la eligieron por vocación, otros por el gusto a la disciplina que iban a enseñar o porque la profesión daba una rápida salida, y otros porque se encontraron motivados por un deseo/mandato familiar vinculado con el status que la profesión reportaba.

Finalmente, abordando la temática de la orientación vocacional en la jubilación, ninguna de las entrevistadas había recibido algún tipo de preparación previa, y la mayoría desconocía este campo de la psicología aplicado en la etapa jubilatoria. Es importante destacar que la mayoría de las docentes reconoció que le hubiera servido tener este tipo de acompañamiento, aunque casi la mitad manifestó que no. En relación a la importancia de una preparación previa, son varios los autores que coinciden en este aspecto. Díaz Cuero y Méndez Pedroza (2024) destacan la importancia del apoyo psicológico y emocional, como así también los programas de preparación para la jubilación. También Álvarez et al. (2022), en su estudio, mencionan que las docentes se encontraban sufriendo una situación de duelo, por lo tanto era necesario planificar talleres y encuentros intergeneracionales para incentivar a la reflexión de las concepciones sociales de envejecimiento, vejez y jubilación. Asimismo, Álvarez y Pastorino (2022) mencionan que es necesario que la universidad tenga un plan de apoyo para las mujeres docentes en etapa de prejubilación, promoviendo estilos de vida saludables y chequeos médicos semestrales. Se suma a esta reflexión Mejía-Velasco (2020) quien postula que la familia, las autoridades y la sociedad tienen la tarea pendiente de

fortalecer valores y desarrollar acciones para mejorar la percepción que se tiene sobre la jubilación. Finalmente, Ramírez et al. (2019) concluyen su estudio mencionando que el principal desafío que enfrentaron las personas en su proceso de jubilación ha sido obtener una buena preparación para esta etapa.

Conclusión

El presente trabajo integrador de corte cualitativo se basó en explorar la relación entre los proyectos de vida pre-jubilatorios y las actividades llevadas a cabo por mujeres docentes jubiladas de la educación inicial en la ciudad de Neuquén. Para el abordaje de dicho objetivo, se realizó una búsqueda de antecedentes y de información pertinente acerca de proyectos de vida, jubilación y docencia tanto en Argentina como en el resto del mundo. Asimismo, se llevaron a cabo entrevistas semidirigidas a 12 docentes jubiladas de educación inicial, efectuando luego un análisis del discurso que permita una categorización de los resultados para la posterior discusión.

Los objetivos específicos se centraron en conocer los tipos de actividades que las docentes entrevistadas realizan en su etapa posterior a la jubilación y los proyectos de vida que previamente planificaron, para indagar acerca del cumplimiento o no de los mismos, identificando obstáculos y facilitadores que permitieron el desarrollo de dichos proyectos.

A partir de lo expuesto, los resultados obtenidos indicaron que ninguna de las docentes jubiladas manifestó haber realizado una planificación previa a su jubilación en cuanto a proyectos de vida. Esto implica que, en parte, el supuesto básico de investigación, en el cual se esperaba la construcción de nuevos proyectos de vida previos a la jubilación para ser desarrollados en la etapa post-jubilatoria, no se cumplió.

Sin embargo, las entrevistadas tenían expectativas en relación a disfrutar del tiempo libre, realizar actividades de su agrado, compartir momentos con la familia y amistades, y viajar. A raíz de esto, cada una desarrolló actividades en función de dichas expectativas, lo cual indica que la segunda parte del supuesto básico, en el cual se espera que las jubiladas realicen actividades acordes de sus proyectos, sí se cumplió. En este caso, se observó que todas las docentes jubiladas hacen algún tipo de actividad física y la mayoría de ellas incluye

el aprendizaje de disciplinas en su rutina diaria, aunque no relacionadas a la docencia. En su discurso, las docentes manifestaron que no desarrollan ninguna actividad remunerada y que tampoco tienen planes de tener un trabajo post-jubilación.

La mayoría de las entrevistadas considera que sus expectativas se cumplieron y que no tuvieron grandes obstáculos en su vida post-jubilatoria, reconociendo como facilitadores el tener estabilidad económica, tiempo libre y la posibilidad de coordinar viajes y actividades con sus maridos jubilados. Sin embargo, algunas reconocieron haber atravesado una crisis o un periodo de indecisión y ciertos obstáculos como enfermedades familiares, dificultades en la organización de horarios en aquellas que tienen un marido activo laboralmente y el factor económico. Para estas docentes, los valores que se ponen en juego son en relación a lo vincular, y, en particular, la presencia de la familia; también mencionaron como valioso el aprendizaje de cosas nuevas y la superación personal.

En cuanto a las opiniones sobre jubilación, la mayoría manifiesta que quería jubilarse y que han esperado la jubilación con ansias, ya que mencionaron haber llegado al fin de su carrera laboral con mucho desgaste físico y mental propio de la actividad docente, sobre todo al trabajar con niños de nivel inicial. Finalmente, ninguna de las entrevistadas participó en un proceso de orientación vocacional en ningún momento de su vida, aunque la mayoría reconoció que le hubiera servido.

A raíz de esto último mencionado y considerando la falta de planificación en la totalidad de las docentes jubiladas entrevistadas, se destaca la importancia de contar con talleres de preparación para la jubilación en materia de orientación vocacional, permitiéndole a las docentes la posibilidad de pensar proyectos de vida para llevar adelante en su etapa posterior a la jubilación, y ayudándoles, además, en la transición del rol de docente al de jubilada.

Aportes y Contribuciones de la Investigación

El presente trabajo aporta nuevos conocimientos a la ciencia sobre el concepto de proyecto de vida dentro del campo de la orientación vocacional, teniendo en cuenta que es un constructo relativamente actual y no existen tantos estudios sobre esta temática orientados a docentes de nivel inicial, y ninguno en la ciudad de Neuquén Capital.

Limitaciones de la Investigación

El estudio se enfocó en explorar los proyectos de vida que tenían las docentes jubiladas de nivel inicial y su relación con las actividades que actualmente desarrollan. Sin embargo, se dio por supuesto que las entrevistadas contaban con proyectos de vida previos a su jubilación, hecho que no fue así, esto dificultó luego la posibilidad de cumplir con el objetivo específico de determinar el cumplimiento o no de proyectos. Por otro lado, la muestra fue reducida y se centró en un jardín de infantes en particular de la ciudad de Neuquén, sin indagar en otros jardines o en población de otras ciudades o provincias.

Líneas de Investigación Futuras

Resulta interesante reconocer que la mayoría de las entrevistadas tenía como expectativa post-jubilatoria el descanso y el disfrute del tiempo libre, pero no proyectaron realizar ninguna actividad remunerada, ni contar con horarios fijos, y menos continuar con la docencia. En este sentido, considerando que la mayoría de ellas manifestó haber terminado su carrera laboral con mucho desgaste físico y mental a raíz del trabajo con niños infantes, se podría indagar sobre la elección de la carrera profesional, si fue por vocación o por otro motivo. Esto teniendo en cuenta el contexto sociopolítico de la mujer en la década de los 80, donde la mayoría de las jubiladas provienen de pueblos y las posibilidades de estudio y trabajo eran diferentes a la actualidad.

Propuestas de Intervención

El presente trabajo integrador final considera que la población estudiada -mujeres docentes jubiladas de la educación de nivel inicial en la ciudad de Neuquén- presenta la necesidad de contar con herramientas que les permitan, por un lado, la planificación de proyectos de vida para ser desarrollados en su etapa posterior a la jubilación, y por el otro, el afrontamiento de la transición del rol de docente al rol de jubilada. Esta es una necesidad de tipo percibida según Montero (1994), ya que las entrevistadas pueden percibirla, pero no sentirla por haber naturalizado las emociones de confusión o indecisión sentidas en el proceso de jubilación, catalogándolas como propias o normales de la misma, justificando asimismo el camino transitado a base de prueba y error en cuanto a sus elecciones. Esto puede ser debido en parte al desconocimiento del concepto de proyecto de vida a lo largo de toda la vida y del campo de la orientación vocacional y ocupacional, sumado al embotamiento producido por los medios de comunicación o los ideales de jubilación que presentan.

Son varios los estudios que resaltan la importancia de desarrollar programas o talleres de preparación para la jubilación, en donde a partir del apoyo psicológico y emocional se debe reflexionar sobre las concepciones sociales de envejecimiento, vejez y jubilación (Díaz Cuero y Méndez Pedroza, 2024; Álvarez et al., 2022; Álvarez y Pastorino, 2022; Mejía-Velasco, 2020; Ramírez et al., 2019). El taller, según García (1997) es la modalidad operativa más eficiente de la década y conforma una experiencia social en donde los participantes interactúan entre sí en torno a una tarea específica, permitiendo la vivencia, la reflexión y la conceptualización.

A raíz de lo mencionado anteriormente, se propone la realización de un taller grupal de preparación para la jubilación orientado a mujeres docentes de educación inicial que se encuentren próximas a su jubilación -hasta 2 años antes de jubilarse- o que se encuentren

recientemente jubiladas -hasta 1 año de haberse jubilado-, con el objetivo de desarrollar estrategias que faciliten la transición del rol docente al rol de jubilada, brindándoles herramientas que les permitan planificar proyectos de vida post-jubilatorios que sean satisfactorios, promoviendo el autoconocimiento de aptitudes, capacidades, rasgos de personalidad, etc. y el enriquecimiento personal.

Todo ello se llevará a cabo gracias a la participación activa de un psicólogo o psicóloga profesional, quien cumplirá el rol de coordinador del grupo, facilitando la comunicación y el aprendizaje (García, 1997); a partir de 6 encuentros con una duración de 1 hora y media, de manera presencial cada 15 días, los días sábados. Sin embargo, el taller presenta la flexibilidad de agregar 1 o 2 encuentros más, o extender los encuentros hasta 2 horas. La convocatoria a las docentes se logrará a partir de publicidad en las redes sociales, visitas a jardines de infantes -con el permiso de los directivos-, reparto de folletos y también articulando la propuesta con los sindicatos docentes de la ciudad de Neuquén, como la Asociación de Trabajadores de la Educación de Neuquén (ATEN), o el Sindicato Argentino de Docentes Privados de Neuquén (SADOP).

Aquellas mujeres interesadas podrán contactarse al número telefónico que se dejará a su disposición; a partir de allí se concretará una preentrevista telefónica para establecer la posible concurrencia y el cumplimiento de los requisitos de inclusión mencionados anteriormente, acerca de la cantidad de años pre y post-jubilación. Luego se llevarán a cabo una primera entrevista individual, que puede ser de manera virtual o presencial, en donde se recabará información acerca de la demanda expresada, la expectativa que tienen respecto del programa, y también el grado de orientabilidad, el cual permitirá conocer el nivel de compromiso personal ante la posibilidad de desarrollar nuevos proyectos de vida (Gavilán y Souto, 1983).

Una vez que se forme un grupo de entre 4 a 10 mujeres, en donde 7 podría considerarse un buen punto de referencia (Fernández-Álvarez, 2008), se dará inicio al taller en una sala de conferencias preparada a tal fin en la zona este de la ciudad de Neuquén. Según Shaw (1980) se entiende al grupo como el conjunto de dos o más personas que interactúan entre sí de modo tal que cada una influye en las demás y es influida por éstas.

A partir de la conformación del grupo, en el primer encuentro se dará la bienvenida a las docentes y se realizarán dinámicas de presentación como la técnica de la telaraña (Vargas Vargas y Bustillo de Núñez, 1990). También se harán las aclaraciones necesarias acerca del encuadre del programa de preparación para la jubilación, se trabajarán cuestiones como especificar el rol del coordinador y el de las participantes, cantidad de encuentros, lugar, horarios, duración y normas de convivencia que atañen a la psicoterapia de grupo. A su vez, se dejará un espacio para que debatan acerca de sus expectativas sobre el taller, cómo llegaron a conocerlo, si habían tenido previamente algún tipo de orientación vocacional o psicoterapia, y puedan presentar todas las dudas y preguntas que vayan surgiendo.

En el segundo encuentro se comenzará con una técnica de apertura o animación como mar adentro - mar afuera (Vargas Vargas y Bustillo de Núñez, 1990). El objetivo de este encuentro es profundizar sobre el autoconocimiento y los ideales que traen acerca de la jubilación y vejez. Se podrían utilizar técnicas de armado de la historia vocacional, como la autobiografía vocacional o la línea de vida (Rascovan, 2016).

En el tercer encuentro, además de las técnicas de apertura, se hará una reflexión acerca de los aprendizajes que han adquirido durante su vida y carrera profesional, buscando capitalizar la experiencia; pero también aquellos que desearon y no pudieron desarrollar o no los desarrollaron como hubiesen querido. Para ello se tendrán en cuenta, además, los obstáculos y facilitadores que encuentran en su situación actual. Podrían utilizarse técnicas recomendadas para personas adultas como el árbol de la vida (Rascovan, 2016), la cual

permite explorar cómo se encuentra la participante actualmente y cómo significa sus experiencias pasadas junto con la posibilidad de proyectar a futuro.

En el cuarto encuentro se trabajará sobre el descubrimiento de intereses, junto con una reflexión acerca de las concepciones de jubilación y vejez, permitiéndose la posibilidad de proyectar un nuevo horizonte de posibilidades. Podría incluirse la técnica psicométrica del inventario de intereses de personalidad de Holland (1975) o la técnica de visión de futuro (Rascovan, 2016) pensando en un futuro cercano -de 5 a 10 años-.

En el quinto encuentro, se materializarán los bocetos o borradores sobre cada proyecto, pasando de lo ideal a aquello que es posible. Para ello también se trabajará la tolerancia a la frustración, las fantasías, ansiedades, y miedos frente a los proyectos de vida futuros.

Finalmente, en el sexto y último encuentro se llevará a cabo una puesta en común sobre lo trabajado en todo el taller, profundizando en cada proyecto y brindando información relevante para su concreción. Se permitirá otro espacio para comentarios, dudas y preguntas. La flexibilidad del taller permitirá que se pacten, de ser necesario y si el grupo así lo quiere, uno o dos encuentros más en donde se profundizará en aquellas cuestiones que hayan quedado sin resolver.

Referencias

- Abran, P., Bonanata, D., Gastaldo, Z. y Saidman, R. (2017). Genealogía de la orientación vocacional con adultos mayores. *Revista Tiempo*, 34.
- Aisenson, D., Virgili, N., Polastri, G. y Azzolini, S. (2012). La noción de “proyecto” en jóvenes que consultaron en un servicio de Orientación. Abordaje desde la teoría de las representaciones sociales. *Anuario de Investigaciones (Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología)*, XIX, 297-304.
- Alcover de la Hera, C. M. (2020). Envejecimiento activo en el trabajo y preparación para la jubilación. En A. L. García-Izquierdo (Ed.), *Intervención psicosocial para una prevención de riesgos laborales inclusiva* (pp. 213-242). Universidad de Oviedo.
- Álvarez, S. R., Pastorino, M. S., y Guerrero, I. G. P. (2022). Construcción socioemocional de la jubilación en mujeres docentes universitarias, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. 2020. *Revista Torreón Universitario*, 11(31).
<https://doi.org/10.5377/rtu.v11i31.14291>
- Álvarez, S. R., y Pastorino, M. S. (2022). Implicancias para la salud y apoyo institucional en mujeres docentes jubiladas. *Ciencia e Interculturalidad*, 31(2), 76-89.
<https://doi.org/10.5377/rci.v31i02.15181>
- Amar, V. (2021). La mayor experiencia del mundo. La narrativa de una maestra de infantil entre la actividad laboral, la enfermedad y la jubilación. *Revista de investigación en educación*, 19(1), 53-66. <https://doi.org/10.35869/reined.v19i1.3513>
- Carbajal Arregui, M. (2016). La orientación en la escuela a partir del preescolar. En *Orientación Vocacional-Ocupacional. Educación y Trabajo* (pp. 88-101). Frontera Editorial.

- Castañeda Abascal, I., E. (2007). Reflexiones teóricas sobre las diferencias en salud atribuibles al género. *Revista cubana de salud pública*, 33(2).
- Casullo, M., Cayssials, A., Liporace, M., De Diuk, L., Arce, J., y Álvarez, L. (1994). *Proyecto de vida y decisión vocacional*. Paidós.
- Ciano, N. y Gavilán, M. (2010). Elaboración de proyectos en adultos mayores: aportes de la orientación. *Orientación y Sociedad*, 10(10).
- D'Angelo Hernández, O. (2004). *Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social*. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Díaz-Cuero, I. D., y Méndez-Pedroza, L. M. (2024). *Análisis de los Factores Psicosociales Influyentes en el Bienestar Psicológico de los Docentes Jubilados de Instituciones de Educación Superior en Latinoamérica. Una Revisión Sistemática de Estudios Realizados Entre 1991 y 2020*. [Trabajo final de grado, Universidad de Santander]. Repositorio institucional de la Universidad de Santander.
<https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/10704>
- Fajardo-Ortiz, G., y Olivares-Santos, R. (2008). Viejismo en el ambiente cotidiano. En *Viejismo: prejuicios y estereotipos de la vejez*, (pp. 57-81). México, D.F.: UNAM, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.
- Fernández, A., M. (2013). *Jóvenes de vidas grises. Psicoanálisis y biopolíticas*. Nueva visión.
- Fernández-Álvarez, H. (2008). Psicoterapia de grupo: un modelo integral. En *Integración y salud mental* (pp. 593-632). Desclée de Brouwer.
- García, D. (1997). Innovaciones pedagógicas. En *El grupo. Métodos y técnicas participativas* (pp. 17-46). Espacio.
- Gastaldo, Z. G., Alcaraz, L. M. y Mirada, V. (2021). *Orientación vocacional y ocupacional para adultos mayores. Derecho a proyectar a lo largo de la vida*. Primer Congreso

- Latinoamericano de Trabajo Social de la UNVM. VII Jornadas Regionales de Trabajo Social, Villa María, Argentina.
- Gavilán, M. y Souto, G. (1983). La primera entrevista en el proceso de orientación vocacional. *Revista de Psicología*, 9, 25-27.
- Guichard, J. (2005). Life-Long Self-Construction. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 5, 111-124. <https://doi.org/10.1007/s10775-005-8789-y>
- Habermas, J. (1994). Derechos humanos y soberanía popular: las concepciones liberal y republicana. *Derechos y Libertades, Revista del Instituto Bartolomé de las Casas*, 2(3), 215-230.
- Hermida, P. D., Tartaglino, M. F., Ofman, S. D., y Stefani, D. (2014). El efecto del género sobre los significados atribuidos a la jubilación en adultos mayores. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 6(2), 71-80.
- Hermida, P. D., Tartaglino, M. F., y Stefani, D. (2016). Actitudes y significados acerca de la jubilación: un estudio comparativo de acuerdo al género en adultos mayores. *Liberabit*, 22(1), 57-66.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6a ed.). McGraw-Hill.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill.
- Holland, H. (1975). *La elección vocacional. Teorías de carrera*. Trillas.
- Ibarra González, V. H. (2004). *Elaboración de un programa de pre-jubilación para los trabajadores de la Facultad de psicología de la U.A.N.I.* [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León]. <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/5442>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2013). Estimaciones y proyecciones de población 2010-2040: total del país. *Serie Análisis Demográfico*, 35.

https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/publicaciones/proyeccionesyestimaciones_nac_2010_2040.pdf

- Klappenbach, H. (2005). Historia de la orientación profesional en Argentina. *Orientación y Sociedad*, 5.
- Kosberg, J., I. (2000). Stigmatization of older people in the U.S. En C., D. Bryant (Ed.), *Encyclopedia of criminology and deviant behavior. Vol. IV, Self-destructive behavior and disvalued identity* (pp. 447-450). Taylor and Francis.
- Ley 611. Creación del Instituto de Seguridad Social del Neuquén (ISSN). 27 de julio de 1970. Boletín Oficial Neuquén. <https://boficial.neuquen.gov.ar/Detail?id=209566>
- Ley 25.326. Protección de los Datos Personales. 4 de octubre del 2000. InfoLEG. <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/60000-64999/64790/texact.htm>
- Londoño Moreno, A. M., y Díaz Bambula, F. (2019). Postcarrera: Una experiencia de los jubilados en trabajos puente. *Psicoperspectivas*, 18(2), 109-121.
- Losada, A. V. (2014). Uso en Investigación y Psicoterapia del Consentimiento Informado. En Kerman, B. y Ceberio, M. R. (Comps.), *En búsqueda de las ciencias de la mente. Investigación en Psicología sistémica, cognitiva y neurocientífica* (pp. 159-167). Universidad de Flores.
- Mallol, E. P., Posada, F. V., i Grau, J. B., Chivrrall, S. L., Varea, M. D., y Alcaraz, T. Z. (2003). Significados asociados a la jubilación e influencia con la actividad de ocio y la ética del trabajo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 13(1), 15-22.
- Mejía-Velasco, L. E. (2020). La jubilación desde la percepción de los profesores activos laboralmente. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 3(2), 90-100.
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of clinical and Health psychology*, 7(3), 847-862.

- Montero, M. (Coord.). (1994). *Construcción y crítica de la Psicología Social*. Editorial Anthropos.
- Morales, N. (2011). Significados de jubilación y expectativas de futuro. *Documentación social*, 160, 209-231.
- Nadal, M. Z., Baró, S., Gómez González, R. y Doti, M. M. (2023). *Proyecto de vida en adultos mayores y su relación con el aprendizaje*. [Manuscrito presentado para su publicación].
- Organización Mundial de la Salud (2002). Envejecimiento Activo: un marco político. Contribución de la OMS a la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 37(2), 74-105.
- Parsons, F. (1990). *Choosing a vocation*. Houghton-Mifflin.
- Pérez Ortiz, L. (2006). Jubilación, género y envejecimiento. En J. Giró Miranda (Coord.). *Envejecimiento activo, envejecimiento en positivo* (pp. 89-112). Breogán.
- Pineda Pardo, G. A., Casas Palomino, J. C., y Cruz Garzón, J. A. (2017). *Nivel de estrés laboral y síndrome de agotamiento en personal docente del hogar infantil pequeñines Popayán, 2017* [Trabajo Final de Pregrado, Fundación Universitaria María Cano]. Repositorio de la Fundación Universitaria María Cano.
- Puzzi, M. L. (2018). Orientación vocacional con adultos mayores. En Rascovan, S. (Comp.), *Orientación vocacional con sujetos vulnerabilizados. Experiencias socio-comunitarias en los bordes* (pp. 183-203). Noveduc.
- Ramírez, R. B., Carranza, A. M., Novoa, Y. R., y Núñez, H. V. (2019). Integración familiar de personas jubiladas y la relación con el proyecto de vida post-jubilación. *Humanitas*, 16(16), 44-56.
- Rabini, M. A. (2024). *Retiro laboral e identidad narrativa en docentes jubilados de colegios secundarios de la Provincia de Buenos Aires* [Trabajo Final de Grado, Universidad de

Flores]. Repositorio Institucional de la Universidad de Flores.

<https://hdl.handle.net/20.500.14340/1505>

Rascovan, S. (2005). *Orientación vocacional. Una perspectiva crítica*. Paidós.

Rascovan, S. (2015). *Orientación vocacional y escuela secundaria*. Ministerio de educación de la Nación.

Rascovan, S. (2016). *La orientación vocacional como experiencia subjetivante*. Paidós.

Rodríguez Feijóo, N. (2007). Actitudes hacia la jubilación. *Interdisciplinaria*, 24(1), 5-42.

Rubio-Cano, B. S., Martínez-Arboleda, S. A., Reyes-Lindarte, J. A., Ibarra, D. A. P., y Velásquez-Carrascal, B. L. (2019). Planeación Para La Jubilación. *Revista Convicciones*, 6(11), 76-84.

Ruhm, C. J. (1990). Bridge jobs and partial retirement. *Journal of Labor Economics*, 8(4), 482-501.

Ruiz, J. R. (2011). Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. *Teoría y praxis investigativa*, 6(1), 27-35.

Salazar Garcés, M. S. (2014). *El cansancio laboral docente, en la calidad educativa, del centro de educación inicial "José Luis Román" de la parroquia chaupicruz, cantón quito, provincia de pichincha* [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Ambato].

Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato.

<http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/6361>

Savickas, M., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J-P., Duarte, M. E., Guichard, J., Soresi, S.,

Van Esbroeck, R., & van Vianen, A. E. M. (2012). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior* 75(3), 239-250.

<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>

Sbrola, S. (2023). *Transición del rol de trabajadora al rol de jubilada en mujeres docentes adultas entre 55 y 70 años residentes de la ciudad de Casilda* [Trabajo Final de Grado,

Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio Institucional de la Universidad Abierta Interamericana. <https://repositorio.uai.edu.ar/handle/123456789/1893>

- Seid, G. (2021). ¿Qué querés ser ahora que sos grande?: proyectos de vida en personas de mediana edad de distintas posiciones sociales (AMBA). En *XII Congreso Argentino de Antropología Social (CAAS)(La Plata, junio, julio y septiembre de 2021)*.
- Shaw, M., E. (1980). Naturaleza de los pequeños grupos. En *Dinámica de grupos* (pp. 17-35). Herder.
- Vargas Vargas, L., Bustillo de Núñez, G. (1990). *Técnicas participativas para la educación popular*. Alforja.
- Vázquez Gómez, G. (1982). La educación como proyecto laboral. *Aula Abierta*, (36), 107-139.
- World Health Organization, Women, Health and Development Unit. (2007). *Women, ageing and health. A framework for action. Focus on gender*.
- Zacher, H., Kooij, D., A., T., M., & Beier, M., E. (2018). Active aging at work: Contributing factors and implications for organizations. *Organizational Dynamics*, 37, 47-55.

Anexos

Consentimiento Informado

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de UFLO Universidad, desean conocer sobre los proyectos de vida de las mujeres docentes jubiladas.

Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar sobre la relación entre los **proyectos de vida pre-jubilatorios** y las **actividades llevadas a cabo actualmente** por **mujeres docentes jubiladas** en la ciudad de Neuquén.

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a las preguntas que se me realizarán en el marco de la investigación. La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto. Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales, que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la Ley 25.326. Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación:

- Sí, acepto participar.

- No, no acepto participar.

Nombre y Apellido

DNI

Fecha

Consentimiento informado

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de UFLO Universidad, desean conocer sobre los proyectos de vida de las mujeres docentes jubiladas.

Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar sobre la relación entre los **proyectos de vida pre-jubilatorios** y las **actividades llevadas a cabo actualmente por mujeres docentes jubiladas** en la ciudad de Neuquén.

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a las preguntas que se me realizarán en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto.

Se me ha dicho que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento

para el equipo de investigación, resguardando mi privacidad y los resultados no serán ligados

a mi información que se coloca al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales, que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a

sinvestydes@uflo.edu.ar

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación. *

Sí, acepto participar.

No, no acepto participar.

Nombre y Apellido: *

Tu respuesta

DNI: *

Tu respuesta

Fecha: *

Fecha

dd/mm/aaaa

Enviar

Borrar formulario

Protocolo de Entrevista

Edad:...

Estado Civil:...

Año en el que te jubilaste:...

Tiempo de jubilada:...

Composición familiar actual:...

Cargo del que te jubilaste:...

- 1) ¿Cómo es tu vida ahora que estás jubilada? ¿Qué actividades realizas cotidianamente?
- 2) De todas tus actividades, ¿alguna la realizas como si fuera un trabajo?
- 3) Si tuvieras que recordar tu vida antes de jubilarte, ¿qué es lo que esperabas de la jubilación? ¿Qué expectativas tenías con respecto a proyectos a desarrollar?
- 4) ¿Habías planificado tu vida después de la jubilación? ¿Habías pensado en proyectos a mediano y/o largo plazo?
- 5) Eso que pensabas antes de jubilarte, ¿es igual a la vida que llevas ahora? ¿en qué cambió?
- 6) ¿Cómo fuiste decidiendo los pasos a seguir? (por ejemplo si preparaste el camino para cumplir tus objetivos, si decidiste en tanto se le iban presentando propuestas, etc.)
¿Qué criterios o valores se pusieron en juego?
- 7) ¿Encontraste algún obstáculo para lograr aquello que habías proyectado? ¿Hubo alguna situación que sentiste que facilitó la concreción de tus proyectos?
- 8) ¿Recibiste algún tipo de orientación vocacional o preparación previa a la jubilación?
¿Crees que te sirvió o te hubiera servido?