

Significados asociados a la jubilación e influencia con la actividad de ocio y la ética del trabajo

Estanislao Pastor
Feliciano Villar
Joan Boada
Sonia López
María D. Varea
Teresa Zaplana

Departamento de Psicología
Universitat Rovira i Virgili
Tarragona

Resumen

Fundamentos: El presente trabajo se dirige a explorar los significados que se atribuyen con mayor frecuencia a la jubilación, diferenciando entre cuatro de ellos (pérdida, nuevo comienzo, continuidad, descanso). Se examina también el papel que variables como la edad, las actividades de ocio realizadas o las creencias relacionadas con la ética del trabajo pueden desempeñar en mantener unos u otros significados.

Métodos: El estudio contó con una muestra de 170 personas mayores jubiladas (media de edad de 71,9 años), extraída de cursos de extensión universitaria. Se les pidió que completaran tres cuestionarios: uno sobre significados de la jubilación, otro para evaluar la frecuencia con la que se realizaban diversas actividades de ocio y un tercero para medir la adscripción a creencias relacionadas con la ética del trabajo. Los resultados fueron tratados correlacionalmente.

Resultados y conclusiones: Los participantes en el estudio mostraron unos significados muy positivos hacia la jubilación. Una mayor presencia de significados asociados a "nuevo comienzo" se relacionaba con la realización de actividades de desarrollo, mientras los significados asociados al "descanso" o "continuidad" se asociaban a las actividades de ocio experiencial. El nivel de ingresos se mostró como una variable importante tanto respecto a los significados de la jubilación como a las actividades de ocio llevadas a cabo.

Palabras clave: Jubilación. Actividades de ocio. Ética del trabajo.

Summary

Objectives: This paper is aimed at examining frequent meanings attributed to retirement, taking into account four different meanings: loss, new beginning, continuity and rest. Also, we study the influence that age, leisure activities or work ethic beliefs may have on reported meanings about retirement.

Methods: One hundred retired people (average age 71,9 years-old) participated in our study. All the sample was extracted from university courses for older people. Three questionnaires were applied: The first one measured retirement meanings, the second one assessed frequency of leisure activities and the last one measured work ethic beliefs. Results were correlationaly analysed.

Results and conclusions: Our sample showed very positive meanings about retirement. Presence of high "new beginning" meanings was related to high scores in development leisure activities, while "rest" and "continuity" meanings were associated with high experiential leisure scores. Income level was an important factor that was related to both retirement meanings and leisure activities.

Key words: Retirement. Leisure activities. Work ethic.

Introducción

La jubilación es sin duda una de las transiciones evolutivas más importantes que la persona experimenta en la segunda mitad de la vida. Sin embargo, los resultados obtenidos hasta el momento respecto a los significados y el impacto de la jubilación nos ofrecen un panorama complejo, cuando no contradictorio.

Así, tradicionalmente se ha asociado la jubilación a impactos negativos en la satisfacción vital y otras medidas de bienestar personal^{1,2}. En cambio, otros hablan de efectos contrarios, mostrando cómo los jubilados presentan un descenso en las preocupaciones vitales, nivel de ansiedad y un aumento en la satisfacción personal y la salud subjetiva³. También hay algunos estudios que encuentran efectos positivos en unas dimensiones y negativos en otras⁴ y aún otros parecen mostrar que la continuidad y la ausencia de cambios es lo más destacable^{5,6}.

Una de las claves que puede ayudar a entender estos resultados contradictorios es que la jubilación, además de ser un acontecimiento puntual, es también un proceso. Es bien sabido que, debido a que en la mayoría de casos es algo esperable, las personas se forman expectativas sobre cómo va a cambiar su vida una vez jubilados^{7,8}. Cuando esto sucede, el posible impacto puede cambiar con el tiempo a medida que la persona pone en marcha mecanismos de adaptación a la nueva situación. Una de las propues-

Correspondencia:
Estanislao Pastor
Departamento de Psicología
Universitat Rovira i Virgili
Carretera de Valls, s/n
43007 Tarragona
E-mail: epm@fcep.urv.es

tas más influyentes y conocida que inciden sobre esta idea de la jubilación como un proceso es la de Atchley⁹, quien diferencia una serie de fases, ya clásicas, por las que pasaría la persona que se jubila. Sin embargo, cuando se han intentado comprobar empíricamente estas fases, los resultados no parecen avalar su existencia^{6,10}.

Fundamentadas, en parte, en estas fases propuestas por Atchley, algunos investigadores^{11,12,8} han propuesto cuatro formas diferentes de experimentar la transición a la jubilación. La primera es vivirla como un descanso y alivio tras años de duro trabajo. La segunda, contemplarla como un nuevo comienzo lleno de oportunidades y más libre. En tercer lugar, habría jubilados que viven esta transición como una pérdida de actividades y roles muy valorados. Por último, estarían también aquellos que ven la jubilación como un periodo de continuidad, sin atribuirle ningún valor especial, ni negativo ni positivo. En este caso, y a diferencia de lo que sucedía con el trabajo de Atchley, estas dimensiones se proponen no como fases de un proceso de ajuste, sino más bien como formas alternativas de vivir la jubilación que diferencian a unos individuos de otros.

Con independencia de que tienda a organizarse en forma de proceso evolutivo o no, el significado atribuido al envejecimiento podría estar determinado por ciertos factores e influir, a su vez, en ciertos patrones de actividad. Así, se ha hablado del efecto positivo que tiene disponer de unos recursos suficientes¹³, una buena salud¹⁴ o unos vínculos familiares y sociales^{15,16} en la experiencia positiva de la jubilación.

Un aspecto menos estudiado, pero que podría ser importante, es el compromiso y valor que la persona atribuye al trabajo y a la productividad. En este sentido, algunos autores hablan de una "ética del trabajo" dominante en las sociedades occidentales por la que el valor que atribuimos a la persona (y el que la persona se atribuye a sí misma) depende en gran medida de su capacidad de implicarse y ser productiva a partir de la actividad laboral y de mostrar características personales relacionadas, como son la iniciativa, la competitividad, la confianza en uno mismo, la laboriosidad, etc. De acuerdo con algunos autores¹⁷, la persona podría elaborar un sentido más positivo de la jubilación si sustituye la ética del trabajo por un sucedáneo social y personalmente aceptable, como puede ser la ética del "estar ocupado". Así, la implicación en múltiples actividades podría sustituir el valor personal del trabajo remunerado y contribuir a adaptarse a una etapa de la vida para la que no se especifican tareas productivas normativas.

En relación con las actividades tras la jubilación, la participación del jubilado en asociaciones y grupos formales o informales, así como el desarrollo de aficiones y actividades recreativas (ya presentes antes de la jubilación o que el jubilado descubre a posteriori) que puedan compensar hasta cierto punto algunos de los beneficios que la persona extraía de su implicación en el mundo laboral favorecen una adaptación sin problemas a este nuevo estado^{18,19}. Sin embargo, también nos podríamos preguntar si el modo de vivir la jubilación se relaciona con la realización de cierto tipo de actividades. En este sentido, Lawton²⁰ propone una clasificación de las actividades de ocio fundamentándose no tanto en sus propiedades "objetivas", externas o abstractas, sino centrándose en las connotaciones que la actividad puede tener para quién la lleva a cabo, en las intenciones con las que es probable que la realice y la aportación que busca en ellas. Desde este punto de vista, lo importante son tanto las motivaciones para realizar la actividad como las funciones que ésta cumple para la persona. Partiendo de estos supuestos, Lawton establece una tipología que clasifica las actividades en tres grandes grupos:

- Actividades experienciales, en las que la motivación se encuentra en la propia realización de la actividad, aportando disfrute a la persona sin buscar una recompensa extrínseca. En la mayoría de ocasiones son actividades que no implican un gran esfuerzo físico ni intelectual para llevarse a cabo.
- Actividades sociales, llevadas a cabo por el valor que tienen para reforzar, establecer o mantener vínculos sociales y contactos positivos con terceras personas.
- Actividades de desarrollo, en las que se intenta conseguir una meta extrínseca que es valorada por la persona y que en algún sentido van a hacer que este individuo llegue a ser diferente de lo que es o produzca un bien valorado. En general, implican esfuerzo o la movilización de conocimientos o habilidades de los que dispone la persona.

Así, si realmente la jubilación se experimenta principalmente a partir de significados fundamentados en un nuevo comienzo, podríamos pensar que las actividades de desarrollo (y las sociales, especialmente aquellas que implican ayuda o cuidado de otros) podrían ser especialmente frecuentes. En cambio, otros significados más vinculados a la jubilación como etapa de descanso o como incluso pérdida podrían estar asociados a la realización de otras actividades de tipo más experiencial, especialmente aquellas que no implican un gran esfuerzo o que son en cierta medida pasivas.

En cualquier caso, estas relaciones entre significados atribuidos a la jubilación y actividades podrían estar mediadas por el valor que la persona atribuye al trabajo. Así, podríamos suponer que aquellas personas que se adscriben con mayor intensidad a una ética del trabajo tenderán a realizar especialmente actividades de desarrollo, ya que éstas son las más parecidas al trabajo, y menos actividades experienciales, por ser las más pasivas y que implican menor esfuerzo. Por otra parte, también parece plausible pensar que las personas con mayor adscripción a una ética del trabajo presentarán unos significados asociados a la jubilación especialmente alejados de la idea de descanso.

En resumen, nuestro estudio empírico tendrá como objetivo aportar algunos datos preliminares sobre las siguientes cuestiones:

- Comprobar qué significados atribuyen las personas ya retiradas a la jubilación, cuáles son los significados dominantes y hasta qué punto existen indicios de que éstos se organizan en forma de fases. En este caso, esperaríamos que, incluso en un estudio transversal, existiese cierta relación entre la manera de vivir la jubilación y el tiempo transcurrido desde que la persona dejó el trabajo.
- Valorar la posible relación entre la frecuencia con la que la persona jubilada realiza ciertas actividades y la presencia de unos determinados significados asociados a la jubilación, así como el papel que pueden tener aquí las creencias sobre la ética del trabajo.

Material y métodos

Sujetos y procedimiento

El estudio se llevó a cabo con una muestra de 170 personas jubiladas, formada por 82 hombres y 88 mujeres, con edades comprendidas entre los 58 y los 88 años (media: 71,9 años, des. Típica: 8,01 años). Como promedio, las personas de la muestra habían comenzado a trabajar a los 17,01 años (des. Típica: 6,4 años) y llevaban ya jubiladas 9,3 años (desv. Típica: 5,6). De los 170 participantes, la gran mayoría estaba casada (64% de la muestra), siendo los viudos un 22% y los solteros un 14%.

La muestra fue extraída de las conferencias y cursos para personas mayores que organiza la Universitat Rovira i Virgili. Este programa de conferencias tiene una duración anual y se lleva a cabo en diferentes poblaciones de la provincia de Tarragona. A la finali-

zación de varias de estas conferencias los investigadores presentaron los objetivos de la investigación y repartieron los cuestionarios. El único criterio de exclusión fue que la persona no hubiese tenido un trabajo remunerado previo a la jubilación (por ejemplo, las amas de casa). A la semana siguiente y en el mismo contexto los investigadores volvieron a recoger los cuestionarios ya completados.

Obviamente, trabajar con una muestra extraída de este colectivo hace que la generalización de los resultados a otro tipo de personas mayores sea muy limitada. Entre otras características, nuestra muestra presentaba un nivel de estudios ligeramente superior al promedio que representa a las personas de la misma edad. Así, 17 de ellos habían cursado una carrera universitaria, 73 tenían estudios secundarios, 78 tan sólo disponían de estudios primarios y únicamente 2 personas mencionaron no tener ningún tipo de estudio.

Variables de estudio

En referencia a los datos que presentamos, los sujetos contestaron tres cuestionarios:

- Un cuestionario de significados acerca de la jubilación, traducido y adaptado del utilizado por Richardson y Kilty (1991). Nuestra versión constaba de 19 ítems agrupados en cuatro dimensiones diferentes (pérdida, nuevo comienzo, continuidad y descanso). Cada uno de los enunciados disponía de una escala tipo Likert del 1 al 6 (de "total acuerdo" a "total desacuerdo"), en la que el participante debía pronunciarse. La fiabilidad del cuestionario, medida a partir del alfa de Cronbach, resultó estar, en función de la dimensión contemplada, entre 0,59 y 0,72²¹.
- Un cuestionario que medía creencias asociadas a la ética del trabajo (Tabla 1). Este cuestionario constaba de 7 afirmaciones en las que el sujeto tenía que mostrar su grado de acuerdo o desacuerdo en una escala tipo Likert del 1 al 6 (de "total acuerdo" a "total desacuerdo"). Tres de las afirmaciones fueron redactadas en sentido negativo, de manera que un mayor acuerdo con ellas implicaba una puntuación de ética de trabajo menor. Las puntuaciones de estos tres ítems fueron revertidas en el análisis posterior.
- Un cuestionario que comprendía 23 actividades de ocio diferentes. Para cada una de ellas el participante debía especificar la frecuencia con la que esa actividad era llevada a cabo en una escala del 1 al 4 (de "nunca" a "muy frecuentemente").

Tabla 1.
Ítems que compusieron
el cuestionario sobre ética
del trabajo.
Entre paréntesis,
el sentido positivo
o negativo del ítem

Número	Sentido	Enunciado
1	(-)	Cuando acaba el día de trabajo, una persona debería olvidar su trabajo y disfrutar de la vida.
2	(+)	El trabajo duro hace a las personas mejores.
3	(-)	El propósito principal del trabajo es proporcionar los medios necesarios para disfrutar del tiempo libre.
4	(+)	Perder el tiempo es tan malo como perder dinero.
5	(-)	Siempre que sea posible, una persona debería relajarse y aceptar la vida como es, en lugar de esforzarse por lograr metas inalcanzables.
6	(+)	Un indicador de lo que vale una persona es observar lo bien que hace su trabajo.
7	(+)	Con las mismas condiciones, es mejor tener un trabajo con mucha responsabilidad que con poca.

De entre estas actividades se escogieron, para el estudio que presentamos, sólo aquellas que consideramos prototípicas de un tipo de actividad experiencial, social o de desarrollo. Para ello, tres jueces ajenos a la investigación clasificaron las actividades en las tres categorías, guiándose únicamente por la definición de cada categoría. Finalmente, se eligieron aquellas en las que los jueces mostraron total acuerdo. Estas actividades fueron las siguientes:

- Experienciales: ver la televisión, escuchar la radio, pasear, ir de compras, viajar.
- Sociales: asistir a fiestas o bailes, ir de visita a casa de familiares o amigos, conversar.
- De Desarrollo: practicar deporte, trabajar, promover o dirigir asociaciones, participar en actividades de formación, asistir a actividades culturales, realizar manualidades o actividades creativas.

El resto de actividades ha sido excluido de los análisis expuestos en este artículo al considerar que representaban de forma más imprecisa estas tres tipologías.

Resultados

Significados asociados a la jubilación

De acuerdo con el primero de los objetivos expuestos en la introducción, examinamos el grado de acuerdo de los participantes en cada uno de los enunciados del cuestionario sobre la jubilación. Los resultados de acuerdo medio los podemos observar en la Tabla 2, junto con la dimensión a la que se adscribía cada enunciado.

Como observamos en la Tabla 2, los significados asociados a la jubilación con más frecuencia son los de descanso y nuevo comienzo, mientras que los menos

frecuentes en nuestra muestra eran sin duda los de pérdida. Los significados asociados a la idea de continuidad ocupan, como podemos observar, los lugares intermedios. En conjunto, en nuestra muestra sin duda predominaban los significados positivos respecto a la jubilación.

Las diferentes dimensiones, sin embargo, no pueden considerarse independientes entre ellas. En la Tabla 3 mostramos las interrelaciones existentes:

Como vemos en la Tabla 3, las relaciones entre las diferentes dimensiones, aunque no sean demasiado elevadas, van en la dirección esperada en la mayoría de casos. Así, "pérdida" y "nuevo comienzo" se relacionan negativamente y no comparten ningún correlato más. Por el contrario, "descanso" parece asociarse positivamente tanto a "nuevo comienzo" como a "continuidad", pero no a "pérdida". Por último, "continuidad" se relaciona significativamente con "pérdida".

Significados asociados a la jubilación, actividad y ética del trabajo

El segundo objetivo del estudio que presentamos es ofrecer algunos datos preliminares respecto a la relación entre realizar ciertas actividades con más o menos frecuencia y vivir la jubilación de una determinada manera.

En este sentido, el patrón de correlaciones que presentaban las dimensiones de ambos factores fue el que muestra la Tabla 4.

Como vemos, aunque ninguna correlación ha sido demasiado elevada, el patrón resultante parece ser coherente con lo esperado. Así, la dimensión pérdida, aunque sin alcanzar la significación estadística, se relaciona negativamente con el ocio asociado al desarrollo y positivamente con el experiencial. Las actividades de desarrollo, sin embargo, se relacionan positivamente con la dimensión "nuevo comienzo". Por lo que respecta a las dimensiones "continui-

Dimensión	Enunciado	Media	desv.
Comienzo	Jubilarme me ha permitido comenzar a hacer las cosas que realmente me apetecen.	4,89	1,29
Descanso	En mi caso, lo mejor de la jubilación es estar libre de exigencias, horarios y obligaciones.	4,87	1,37
Descanso	Desde que me jubilé me tomo las cosas de manera más pausada	4,77	1,19
Descanso	Para mí la jubilación es sobre todo un merecido descanso después de tantos años de duro trabajo	4,54	1,42
Descanso	En mi caso la jubilación es, sobre todo, un tiempo de descanso tras muchos años de trabajo.	4,34	1,48
Comienzo	Desde la jubilación he dedicado mucho más tiempo a aspectos de mi vida que tenía abandonados.	4,33	1,29
Comienzo	La jubilación dio paso a una nueva etapa de mi vida que esperaba con impaciencia	3,97	1,49
Comienzo	Ahora que estoy jubilado estoy poniendo en marcha los planes que hace mucho tiempo quería hacer	3,91	1,37
Continuidad	La jubilación no ha supuesto ningún cambio importante en mi vida	3,72	1,72
Comienzo	La jubilación me ha permitido conocer aspectos de mí mismo que no había descubierto hasta entonces	3,57	1,58
Continuidad	Mi vida tras la jubilación es muy parecida a la que llevaba cuando trabajaba	3,38	1,59
Descanso	Una de las cosas que más me gusta de la jubilación es que se dispone de tiempo para no hacer nada y relajarse.	3,31	1,84
Continuidad	Las cosas que hago desde que me he jubilado son prácticamente las mismas que hacía antes.	2,94	1,58
Continuidad	Jubilarse significa simplemente disponer de más tiempo libre, nada más	2,78	1,75
Pérdida	Desde que me he jubilado me siento una persona mucho más improductiva que cuando trabajaba	2,64	1,65
Pérdida	Echo de menos los años anteriores a la jubilación, cuando trabajaba	2,63	1,68
Pérdida	Desde que me he jubilado me ha sido imposible encontrar actividades que sustituyan al trabajo que hacía.	2,45	1,72
Pérdida	Desde que me jubilé mi vida me parece vacía.	1,90	1,42
Pérdida	Desde que me he retirado no sé qué hacer con el tiempo	1,87	1,38

Tabla 2.
Enunciados del cuestionario de significados de la jubilación, ordenados en función del grado de acuerdo que expresaron los sujetos de nuestra muestra

	Pérdida	Comienzo	Continuidad
Comienzo	-0,23; p<0,01		
Continuidad	0,21; p<0,01	-0,13; n.s.	
Descanso	0,03; n.s.	0,26; p<0,01	0,17; p<0,05

Tabla 3.
Patrón de correlaciones entre las diferentes dimensiones del cuestionario de significados de la jubilación

	Pérdida	Nuevo Comienzo	Continuidad	Descanso
Desarrollo	-0,17; p<0,05	0,21; p<0,01	0,05; n.s.	-0,03; n.s.
Social	-0,05; n.s.	0,13; n.s.	0,19; p<0,02	0,35; p<0,01
Experiencial	0,11; n.s.	0,11; n.s.	0,21; p<0,01	0,34; p<0,01

Tabla 4.
Patrón de correlaciones entre los significados asociados a la jubilación y los tipos de actividad de ocio realizada

dad" y "descanso", éstas muestran correlaciones significativas con la frecuencia de realización de actividades sociales y, sobre todo, experienciales.

Respecto al tercer factor considerado, la ética del trabajo, como era de esperar la única dimensión de entre los significados de la jubilación con la que se ha relacionado significativamente ha sido la dimensión "descanso" ($r=-0,306$; $p<0,01$): aquellos sujetos que presentaban en mayor medida una ética del trabajo elevada tendían a vivir la jubilación en menor medida como un descanso.

Con respecto a las diferentes actividades de ocio, ninguna de las correlaciones alcanzó valores estadísticamente significativos, aunque es reseñable cómo la dirección de la correlación entre la ética del trabajo y los tipos de actividad de ocio sí fue la predicha: positiva en el caso de las actividades de desarrollo, negativa en el caso de las experienciales.

Variables demográficas: relación con el significado de la jubilación y actividades

Una tercera cuestión interesante es analizar las posibles relaciones entre las puntuaciones de los sujetos en el cuestionario sobre la jubilación y algunas variables demográficas recogidas.

En este sentido, el nivel de ingresos mostró correlaciones significativas con alguna de las dimensiones. En concreto, los ingresos correlacionaban negativamente con la dimensión "continuidad" ($r=-0,211$; $p<0,01$) y con "descanso" ($r=-0,225$; $p<0,01$). La correlación también era negativa con la dimensión "pérdida", pero positiva con la dimensión "nuevo comienzo", aunque en ninguno de estos dos casos alcanzó significación estadística.

Ni la edad ni los años transcurridos tras la jubilación correlacionaron con ninguna de las dimensiones de la experiencia de la jubilación. Esta relación no se alcanzaba ni categorizando la edad o los años transcurridos en grupos extremos, descartando los valores centrales.

En cuanto al sexo, la dimensión "continuidad" fue la única que mostró diferencias entre hombres y mujeres. Las mujeres mostraron más acuerdo promedio con los enunciados de esta dimensión que los hombres ($t=-2,644$; $p<0,01$). Esta diferencia resulta comprensible si tenemos en cuenta que, aún trabajando fuera de casa, el trabajo del hogar todavía hoy

(y especialmente en las generaciones más mayores) es asumido de forma mayoritaria por mujeres. Como este trabajo sigue tras la jubilación, puede contribuir a dar continuidad al proceso.

Estas variables demográficas también mostraron un patrón de relación similar con las diferentes dimensiones de la actividad. Así, la variable ingresos se relacionó de manera positiva con las actividades de desarrollo ($r=-0,191$; $p<0,05$) y negativamente con las actividades experienciales ($r=0,209$; $p<0,01$). El sexo se relacionó también con este último tipo de actividades, mostrando las mujeres una mayor frecuencia promedio de actividades experienciales que los hombres ($t=-6,066$; $p<0,01$).

Respecto a la ética del trabajo, ni la edad ni los años desde la jubilación ni los ingresos influían en la mayor o menor adscripción a este tipo de creencias. El sexo tampoco estableció diferencias. Los hombres tenían una puntuación ligeramente más elevada que las mujeres, aunque las diferencias no alcanzaban la significación estadística. Cuando las comparaciones se llevaron a cabo enunciado a enunciado, únicamente en dos el sexo parecía establecer diferencias: el ítem 5 ("Siempre que sea posible, una persona debería relajarse y aceptar la vida como es, en lugar de esforzarse por lograr metas inalcanzables"), en el que las mujeres estaban más de acuerdo ($t=-2,71$; $p<0,01$) y el ítem 7 ("Con las mismas condiciones, es mejor tener un trabajo con mucha responsabilidad que con poca"), en el que eran los hombres los que mostraban mayor grado de acuerdo ($t=2,03$; $p<0,05$).

Discusión

Para interpretar correctamente estos datos es imprescindible, por una parte, tener en cuenta su naturaleza transversal y, por otra, el tipo de muestra del que han sido extraídos.

Respecto a la primera de las cuestiones, es bien sabido que de un estudio transversal difícilmente vamos a extraer datos que nos hablen de procesos evolutivos. Sin embargo, en nuestro caso, tampoco las variables que captan aspectos temporales (edad, años desde la jubilación) son relevantes respecto a la vivencia del proceso de la jubilación. De hecho, y esta es quizá la primera de las conclusiones que cabe reseñar, pensar en los diferentes significados (continuidad, nuevo comienzo, descanso, pérdida) como fases evolutivas, tal y como propone el trabajo clásico de Atchley (1976), no se justifica en absoluto a partir de nuestros datos.

Respecto a la cuestión de la muestra, resulta crítica en nuestro caso, dado que nuestra muestra procede de un contexto privilegiado en alguna medida: personas mayores implicadas en cursos impartidos en aulas universitarias. Suponemos que precisamente este factor está debajo de la preeminencia de los significados positivos asociados a la vejez que hemos encontrado. Estos resultados, dentro de un continuo de mayor a menor favorabilidad, parecen apuntar que, con independencia de que se dirijan a significados cualitativamente diferentes, pérdida y nuevo comienzo formarían los extremos de ese hipotético continuo, con descanso y continuidad situados en la zona intermedia. Sin duda, trabajar con muestras más heterogéneas, contando también con personas en las que el envejecimiento pueda tener una cara menos favorable, ayudará a perfilar las relaciones y procesos que apuntamos en el artículo.

A pesar de estas limitaciones, nuestros resultados parecen sugerir una segunda conclusión: podría existir cierta relación entre llevar a cabo determinadas actividades y vivir la jubilación de una determinada manera. En concreto, nuestros resultados parecen ser coherentes con una interpretación que atribuya al modo de experimentar la jubilación un papel en el tipo de actividades que se realizan en la vejez. Las personas mayores que viven la jubilación como un nuevo comienzo son las más proclives a realizar actividades que implican un gran nivel de energía y recursos, y que contribuyen a la mejora personal. En cambio, el ocio experiencial, más pasivo, se vincula a las vivencias de descanso o continuidad.

Sin embargo, debido a la naturaleza correlacional de los datos que ofrecemos, la dirección de esta relación entre vivencias de la jubilación y actividades no puede ser esclarecida, así como tampoco podemos descartar hipótesis alternativas que den cuenta de las relaciones encontradas. Por ejemplo, una interpretación alternativa sería pensar en una tercera variable que diese cuenta de las relaciones encontradas entre significados asociados a la jubilación y tipos de actividades realizadas. Esta alternativa no es en absoluto desdeñable, ya que contamos con un factor, los ingresos, que por una parte se relaciona con algunos de los significados asociados a la vejez y por otra con algunos de los tipos de actividad.

Respecto a la ética del trabajo y su influencia en las vivencias de la jubilación y las actividades realizadas, nuestros datos parecen confirmar lo esperado sólo en parte. Así, tener una estricta ética del trabajo parece que evita que la jubilación se viva como un descanso. Sin embargo, las relaciones con el

tipo de actividades realizadas, aunque van en la dirección predicha, son más débiles de lo esperado. Sin duda, contar con muestras más heterogéneas también podría ayudar a aclarar el papel de la ética del trabajo.

Una última conclusión importante es que aspectos como el nivel de ingresos de la persona o ser hombre o mujer parecen tener un papel relevante en los estos estilos de vida tras la jubilación. En concreto, las personas con mayor nivel de ingresos y los hombres parecen contemplar la jubilación no tanto como una continuidad de la vida pasada sino más como un periodo de nuevas oportunidades. Las mujeres, al menos en el tipo de muestra con la que hemos trabajado, se inclinan en cambio por una vivencia de continuidad y por actividades experienciales, que quizás implican menos conocimientos y habilidades previas y aportan menos al desarrollo personal. Obviamente, las mayores dificultades de las que se han dispuesto a lo largo del ciclo vital para atesorar estos conocimientos y habilidades (tanto en las mujeres como en las personas con menos recursos) pueden explicar su menor frecuencia al llegar a la jubilación.

Bibliografía

1. Elwell F, Multbie-Cranell AD. The impact of role loss on the coping resources and life satisfaction of the elderly. *J Gerontol* 1981;36:223-32.
2. Bossé R, Aldwin CM, Levenson MR, Eckerdt DJ. Mental health differences among retirees and workers: Findings from the Normative Aging Study. *Psychol Aging* 1987;2:383-9.
3. Thériault J. Retirement as a psychosocial transition: Process to adaptation to change. *Int J Aging Hum Dev* 1994;38:153-70.
4. Reitzes DC, Mutran EJ, Fernandez ME. Does retirement hurt well-being? Factors influencing self-esteem and depression among retirees and workers. *Gerontologist* 1996;36:649-56.
5. Palmore EB, Fillenbaum GG, George, LK. Consequences of retirement. *J Gerontol* 1984;39:109-16.
6. Gall TL, Evans, DR, Howard J. The retirement adjustment process: Changes in the well-being of male retirees across time. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 1997;52B:110-7.
7. Berjano E, Llopis D. *Jubilación: Expectativas y tiempo de ocio*. Madrid: Fundación Caja de Madrid, 1996.
8. Gee S, Baillie J. Happily ever after? An exploration of retirement expectations. *Educ Gerontol* 1999;25:109-28.

9. Atchley RC. *The sociology of retirement*. Nueva York: Hasted Press, 1976
10. Kim JE, Moen P. Retirement transitions, gender, and psychological well-being: A life-course, ecological model. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 2002;57B: 212-22.
11. Hornstein GA, Wapner S. Modes of experiencing and adaptation to retirement. *Int J Aging Hum Dev* 1985; 21:548-71.
12. Hanson K, Wapner S. Transition to retirement: Gender differences. *Int J Aging Hum Dev* 1994, 39, 189-208.
13. Ricardson V, Kilty, KM. Adjustment to retirement: Continuity vs discontinuity. *Int J Aging Hum Dev* 1991; 33:151-9.
14. Mutran EJ, Reitzes DC, Fernandez ME. Factors that influence attitudes toward retirement. *Res Aging* 1997; 19:251-73.
15. Vinick BH, Ekerdt DJ. Retirement and the family. *Generations* 1989;13:53-6.
16. Vinick BH, Ekerdt DJ. Retirement: What happens to husband-wife relationships? *J Geriatr Psychiatry* 1991;24:23-40.
17. Ekerdt DJ. The busy ethic: Moral continuity between work and retirement. *Gerontologist* 1986;26:239-44.
18. Leturia FJ, Yanguas JJ, Leturia M. La jubilación laboral y su impacto psicológico: del afrontamiento a la preparación. *Geriatría* 1994;10:55-61.
19. Sáez N, Meléndez JC, Aleixandre M. La percepción de limitaciones y estereotipos en la jubilación. *Universitas Tarraconensis* 1995;17:113-22.
20. Lawton MP. Meanings of activity. En: Kelly JR, editor. *Activity and aging*. Newbury Park: Sage; 1993;25-41.
21. Pastor E, Villar F, Boada J, Zaplana T, Varea MD, López S. Construcción y validación de una escala de significados sobre la jubilación. *Universitas Tarraconensis* (en prensa).