Ese momento de pánico en el que la jubilación y la realidad chocan

PHYLLIS KORKKI

CONSEJERO LABORAL

Pregunta. *La jubilación casi está aquí, y aunque te has preparado bastante bien para ella desde el punto de vista económico, empiezas a preguntarte qué vas a hacer con todo ese tiempo libre. ¿Cómo puedes prepararte para esta nueva etapa de la vida?*

Repuesta. Dedicando a tu vida la misma atención que has dedicado a tu dinero. Es inteligente hacerlo antes de dejar de trabajar, porque es muy posible que tu idea de la jubilación esté basada en supuestos poco realistas, desfasados y cortoplacistas, según John R. Trauth, consultor financiero y estratégico para jubilados de San Francisco.

P. *¿Cuáles son algunos de los mitos más comunes sobre la jubilación?*

R. Trauth enumera cinco:

- Si la jubilación aún no ha llegado, no tienes que pensar en ella.
- La jubilación es sencilla: sólo tienes que dejar de trabajar.
- La jubilación será como unas vacaciones.
- Si tienes dinero suficiente para jubilarte, estarás bien.
- Te va a encantar pasar todo ese tiempo con tu cónyuge.

P. *Si éstos son los mitos, ¿cuál es la realidad?*

R. La realidad es que mientras frívolamente esperas escapar del trajín diario en la oficina (por no mencionar a tus pesados compañeros de trabajo), es posible que no aprecies del todo lo importante que es el trabajo para ti.

P. *¿Qué es lo que te da el trabajo?*

R. El trabajo ofrece tres cosas muy importantes, según Trauth: una manera de estructurar tu tiempo, una sensación de comunidad y una sentimiento de propósito compartido. Recrear esas condiciones en la jubilación es, según Trauth, una de las cosas más esenciales que hay que hacer.

P. *Pero ¿está tan mal querer tomarse tiempo libre y no hacer nada? ¿O viajar, leer o jugar al golf todo el día?*

R. Ni mucho menos, pero eso se pasa enseguida, y más rápido de lo que uno espera. Así que se puede contar con una "luna de miel" de diversión que dure entre seis meses y un año, según Alan B. Bernstein, un psicoterapeuta de Manhattan que está investigando sobre la jubilación. Y después de eso, la mayoría de la gente necesita tomar medidas para dar un propósito a su vida, agrega.

P. *¿Qué pasa si la gente no hace planes concretos para su jubilación?*

R. "Los que no pueden crearse un propósito, se marchitan", señala Bernstein. También son más vulnerables al abuso de sustancias. La tasa de divorcio entre los que tienen más de 55 años está creciendo, y una de las razones, en opinión de Bernstein, es que los jubilados desarrollan una dependencia excesiva que la relación no puede sostener.

P. *Así que, ¿qué es la jubilación ahora, exactamente?*

R. El título de un libro de Tamara J. Erickson que se publicará próximamente, *Retire retirement* [Jubilar la jubilación], refleja la frustración de muchos expertos con la palabra misma, por las connotaciones que tiene de unos pocos años de inactividad, seguidos de enfermedad y muerte. De hecho, como la esperanza de vida aumenta, es muy posible que la gente que se jubila tenga entre 20 y 30 años de salud por delante, según Erickson. Actualmente es más probable que jubilación signifique que has pasado de una fase de tu carrera profesional a otra, según Erickson.

P. *¿Qué pueden hacer los empresarios para aprovechar al máximo a sus jubilados?*

R. Una opción que deberían tener en cuenta las empresas es el empleo "cíclico", en el que el jubilado trabaja a tiempo completo en un proyecto, y después se toma seis meses libres, sugiere Erickson. Bernstein insta a los empresarios a ofrecer a los empleados de más edad la opción de tomarse un año sabático para explorar qué quieren hacer a continuación y favorecer que transmitan su legado institucional e intelectual a la nueva generación de trabajadores.

REED