



Anexo entrevistas

Julio Rodriguez

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada	
Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.	
Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Julio Rodriguez
Edad	51
Genero	Masculino
Fondo de pensiones	Colpensiones
Nivel educativo	Postgrado
Cargo que desempeña	Gerente Adjunto de Area Caliente
Preguntas	
Categoría 1: Ocupacional	
¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? Sí, la verdad sí me preocupa aburrirme o sentirme improductivo cuando ya no esté trabajando. He dedicado tanto tiempo a esta empresa que no me imagino qué voy a hacer con tanto tiempo libre cuando me jubile.	
¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría? Supongo que un día típico sería levantarme tarde, desayunar tranquilo, ver un rato tele, salir a caminar o hacer ejercicio si es que tengo energías. No sé, tampoco tengo muy claro en qué ocuparía tantas horas al día.	
¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo? No tengo pensado seguir trabajando formalmente. Creo que mi pareja y yo viajaríamos más, pasaríamos tiempo con los nietos o yo pintaría cuadros como hobby, pero realmente trabajar, trabajar, no.	
Categoría 2: Psicológica	



¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral?

Pensar en la jubilación me estresa. Imaginar que de la noche a la mañana dejo atrás tantos años de trabajo, rutinas y contactos aquí en la empresa me genera ansiedad. Siento que voy a extrañar hartas cosas de esto.

¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años?

Uf, va a ser durp dejar este trabajo. Han sido 12 años de levantarme todos los días para venir acá, saber cómo funcionan las cosas, tener mis responsabilidades claras. El cambio emocional no debe ser fácil.

¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto?

Qué te digo... siento incertidumbre, miedo sobre qué voy a hacer, si me alcanzará la plata, si lograré adaptarme a no tener esa rutina laboral. De sólo pensarlo me agobia un poco la verdad.

¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse?

Mis principales preocupaciones son no lograr adaptarme a la vida sin trabajo después de tantos años de hacer lo mismo, y que la pensión no me alcance para cubrir gastos básicos y algunos gustitos. Eso me inquieta.

Categoría 3: Económica

¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos?

La verdad es que no estoy muy claro en los cálculos de cuánto sería mi pensión. Solo sé que se consideran los últimos años de sueldo, pero no tengo claro cuál será el monto. Sí me preocupa que sea muy bajo.

¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación?

No, no tengo un plan de ahorro para la jubilación. Ganamos lo justo con mi señora para vivir tranquilos, así que nunca hemos podido guardar.

En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación?

No, la verdad es que no me siento preparado en lo económico. Creo que serán cambios fuertes en ese aspecto y no sé bien cómo los enfrentaremos.

Categoría 4: Administrativa

¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados?

Los requisitos sí los tengo claros a grandes rasgos, pero no todo el tema de trámites y papeleos que se necesitan. Y sí, me suena a que debe ser engorroso.



¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido?
No, aún no he empezado esos trámites. Quería averiguar bien antes de lanzarme, porque sé que en esas cosas uno se puede complicar si no va bien orientado.

¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación?
No, no he buscado asesoría legal. Igual creo que me haría falta para entender bien el sistema de pensiones y hacer bien los trámites. Tendré que ver eso.

Gilberto Hernandez

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada	
Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.	
Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Gilberto Hernandez
Edad	57
Genero	Masculino
Fondo de pensiones	Colpensiones
Nivel educativo	Bachillerato
Cargo que desempeña	Bricklayer
Preguntas	
Categoría 1: Ocupacional	
¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? Sí me preocupa. He definido gran parte de mi vida por el trabajo. Sentir que ya no contribuyo o soy productivo puede deprimirme. No sé bien cómo llenaría todo ese tiempo.	
¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría? Me genera ansiedad no saber en qué ocuparé tantas horas tras acostumbrarme a dedicar mi tiempo y energía a metas laborales. Es posible que al principio me aburra.	



¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo?
Supongo que dormiría más que ahora, vería algo de TV, pintaría. Pero siendo sincero, no logro imaginarme con facilidad en una vida sin mayores responsabilidades tras décadas trabajando.

Categoría 2: Psicológica

¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral?
Se me hace difícil proyectarme en esa etapa. Siento que dejar la rutina y dinámica laboral que me ha dado estabilidad podría significar un cambio brusco en mi vida. No sé si esté preparado aún.

¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años?
Creo que 10 años en una empresa también genera cierto apego a los compañeros y a los funcionamientos internos. Dejar eso más o menos de golpe genera incertidumbre sobre cómo será la vida después.

¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto?
Lo que más me genera es ansiedad y agobio al pensar en cómo me financiaré tras dejar de percibir ingresos mensuales fijos después de acostumbrarme a eso. También una cierta pérdida de sentido de productividad.

¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse?
Diría que mis principales miedos son: aburrirme al no tener obligaciones laborales, no sentirme necesario o útil sin un trabajo, y no lograr adaptarme bien a otra etapa muy distinta tras pasar tantos años en una empresa

Categoría 3: Económica

¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos?
La verdad es que no manejo en detalle cómo se calcula el monto de la pensión. Eso me preocupa porque temo que cuando llegue el momento, la cifra no sea suficiente para cubrir mis gastos básicos.

¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación?
No he planificado nada aún en torno a estrategias de ahorro pensando en la jubilación. Sé que es una actitud arriesgada de mi parte que debería cambiar

En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación?
No me considero casi para nada listo para los cambios económicos que significará dejar de percibir un sueldo mensual. Será todo un desafío administrar eso.



Categoría 4: Administrativa

¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados?
Conozco algunos requisitos generales para jubilar pero intuyo que concretar y navegar todo el papeleo será tremendamente engorroso y me tomará tiempo y dedicación.

¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido?
Aún no he iniciado esos futuros trámites administrativos pero desde ya preveo que conllevarán demasiada burocracia y manejo de numerosos detalles para concretarlos como corresponde.

¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación?
No he buscado ningún tipo de asesoría legal hasta ahora pero sé que la necesitaré imperativamente para informarme a cabalidad de todo este proceso y realizar los trámites pertinente según la normativa.

Rigoberto Castillo

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada

Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.

Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Rigoberto Castillo
Edad	55
Genero	Masculino
Fondo de pensiones	Colpensiones
Nivel educativo	profesional
Cargo que desempeña	Gerente de IT

Preguntas

Categoría 1: Ocupacional

¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? no

¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría? quiero tener mi propio negocio

¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo? quiero tener una ferretería

Categoría 2: Psicológica

¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral? no tengo problema



¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años? sin problema
¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto? tal vez nostalgia por mis amigos
¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse? extrañar mis compañeros
Categoría 3: Económica
¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos? no se como se calcula, me preocupa
¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación? no
En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación? no estoy preparado
Categoría 4: Administrativa
¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados? conozco algunos, pero si me parece complejo
¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido? aun no
¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación? no hasta el momento



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA

VIGILADA MINEDUCACIÓN - SNIES 1704



Consuelo Gallego

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada	
Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.	
Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Consuelo Eugenia Gallego
Edad	49
Genero	Femenino
Fondo de pensiones	Colpensiones
Nivel educativo	Profesional
Cargo que desempeña	Gerente de Calidad
Preguntas	
Categoría 1: Ocupacional	
¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? No	
¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría? Me interesaría hacer actividades como manualidades	
¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo? No, me gustaría hacer actividades que me gustan o gusten en su momento	



Categoría 2: Psicológica
¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral? Si se llega a dar y puedo hacer lo que me gusta sería muy feliz
¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años? Creería que no me afectaría ya que es un ciclo que cierra
¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto? Emoción
¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse? Que no me pueda llegar a pensionar
Categoría 3: Económica
¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos? No la conozco, si
¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación? No
En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación? Actualmente no, pero lo ideal es tener otra fuente de ingreso o hacer un ahorro adicional
Categoría 4: Administrativa
¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados? No los conozco
¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido? No he iniciado algún trámite
¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación? No lo he buscado



Wilson Urrego

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada	
Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.	
Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Wilson Urrego
Edad	48
Genero	Masculino
Fondo de pensiones	Colpensiones
Nivel educativo	Profesional
Cargo que desempeña	Gerente de logistica
Preguntas	
Categoría 1: Ocupacional	
¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? No, el trabajo no faltará, mi hermano tiene un taller y pienso ponerme a ayudarlo cuando salga, bueno si Dios y la vida lo permiten.	



¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría?
Bueno yo creo que va a estar más relajado, me levataré a la misma hora, me tomaré mi tinto y esperar a la hora del desayuno, luego pues como le menciono me iría a trabajar con mi hermano y trataría de estar siempre ocupado, no me veo todo el día en la casa sin hacer nada, definitivamente buscaría oficio, porque aunque ya tienen fijo uno la pensión, yo me conozco y la casa me vuelve loco.

¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo?
Si, definitivamente buscaría que hacer, no me veo en casa para nada, la casa me aburre, aunque sería el compañero de citas de mi esposa, ella se ha visto más enferma y pues de vez en cuando hay que ir a citas, le ayudaría con eso, pero sinceramente buscaría que hacer.

Categoría 2: Psicológica

¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral?
Me la imagino tranquila, al lado de mi mujer, esperando la voluntad de Dios a ver que nos tiene preparado, ella se ha visto más enferma que yo, pero solo la vida sabe si quizá a mi también me de la malquerida, aunque sinceramente, yo así este enfermo no iría al médico, voy a lo necesario y no más y eso por que acá en la empresa me obligan, si no no iría. Me veo más tranquilo y relajado pero si me veo haciendo algo más, siento que puedo hacer más cosas.

¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años? Pues siempre sería duro, después de tantos años dedicados a trabajar y a la empresa, yo creo que si le daría a uno guayabo, pero pues así es la vida, ya se le pasará a uno con el tiempo

¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto?
Pues a veces tranquilidad y otras incertidumbre, uno no sabe que tiene Dios para uno, y la verdad a estas alturas ya uno no hace planes, porque ya uno hizo lo que tenía que hacer, este tiempo que se me de luego de la pensión será tiempo extra.

¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse?
Pues miedos ninguno, bueno a estarme en la casa, no soy de los que me amano ahí, al principio me imagino que descansar unos días, pero ya después busco oficio como decía mi madre.

Categoría 3: Económica



¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos?
Pues tanto como preocuparme no, ya tengo la vida asegurada, con la casa es más que suficiente y las pocas deudas que tenemos pues ahí las iremos solventando.

¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación?
No señor, mas bien no tengo ningun ahorro, esas cosas ya las hice cuando estaba joven, igual pa que me ilusio a tener más, que los hijos se hagan cargo de continuar con las cosas y si no pues que acaben con todo.

En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación?
Pues si, no creo que sean muchos los cambios, igual cualquier pesito que llegue pues es una bendición. Desde que haya para la cerveza lo demas no importa.

Categoría 4: Administrativa

¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados?
No se mucho del tema, lo que se es que no me lo pueden quitar y que confiando en Dios si la logro.

¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido?
No todavia no; igual con que tiempo; uno trabajando aca fuera de la ciudad; no tiene tiempo ni para ir a sacar citas medicas menos para hacer papeleos; esperar cuando ya me toque moverme con eso

¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación? No, hasta el momento no, por ahí faltando un año para la edad irá mirar como pinta la cosas. Ahorita ni para que me muevo aun falta mucho tiempo.



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA

VIGILADA MINEEDUCACIÓN - SNIES 1704



Ariana Rincon

Guía de preguntas para la entrevista semi estructurada	
Objetivo: Las preguntas buscan explorar a profundidad las perspectivas, sentires, necesidades y experiencias de los participantes en su proceso de preparación para la jubilación.	
Fecha de la entrevista	
Nombre del entrevistador	Andres Felipe Clavijo
Datos del participante	
Nombre del entrevistado	Ariana Rincon
Edad	48
Genero	Femenino
Fondo de pensiones	Old Mutual
Nivel educativo	Profesional
Cargo que desempeña	Responsable de Cartera



Preguntas
Categoría 1: Ocupacional
¿Le preocupa aburrirse o sentirse improductivo cuando ya no trabaje? sí, porque cuando uno está en la casa deja de hacer cosas y eso que uno vaya perdiendo capacidad funcional, mental y social. aunque hay días en que anhelo no tener que cumplir horario ni tener que madrugar y tomar el transporte.
¿Cómo se imagina que será un día típico después de jubilarse? ¿Qué actividades realizaría? bueno yo me imagino al inicio dormir hasta tarde, descansar de tanto correr. ir a visitar a la familia que hace años no veo. encontrarme con los amigos. organizar la casa y ver televisión. hacer algo de deporte me gusta caminar y conocer otros sitios.
¿Tiene pensado continuar trabajando después de jubilarse? ¿En qué le gustaría ocupar su tiempo? pues hay días de días. me gustaría no volver a trabajar y como te digo descansar de tantos años haciendo lo mismo, pero también hay días que me gustaría seguir haciendo cosas, pero que ojalá fueran mías, no se como poner un negocio. eso sí que no sea de alimentos porque me tocaría todos los días. algún negocio donde si no quiero trabajar no pase nada. que esté en mi casa donde no tenga que pagar arriendo ni estresarme por esas cosas.
Categoría 2: Psicológica
¿Cómo ha sido para usted imaginar la vida después del retiro laboral? Bueno ya he imaginado esto porque tengo familiares y amigas que ya están pensionadas y las veo y digo ah yo quisiera hacer eso, como también veo cosas que no haría. esas cosas me hacen pensar en que será mi vida cuando ya me toque la pensión. o también pienso pues ojalá pueda disfrutarla porque que tal me muera y no pueda disfrutar de la pensión.
¿Cómo cree que será la transición emocional de dejar su trabajo después de tantos años? pues lo más duro va a ser dejar a los compañeros, porque aquí tengo grandes amigos y conocidos. entonces ver que ya no los vere todos los días eso me pone a pensar. y el tiempo, es que me imagino que al principio todo será bien. pero luego ya que empiecen los achaques o que se aburra uno. no sabría.
¿Qué sentimientos o pensamientos le genera la idea de pensionarse pronto? felicidad, ganas de que pase el tiempo rápido, ya han sido demasiados años en el trabajo.
¿Cuáles son sus principales preocupaciones, miedos o incertidumbres frente al proceso de jubilarse? enfermarme o sentirme inútil. es que tengo una conocida que se pensionó y como dejó de hacer cosas la memoria se le empezó a afectar y ahorita tiene Alzheimer y no es ni la mitad de lo que era antes. entonces me da miedo que me pase igual ya uno sin tener tanto compromiso se echa a las petacas



Categoría 3: Económica

¿Sabe cómo se calcula el monto de su pensión? ¿Le preocupa que sea insuficiente para cubrir sus gastos? no se. pero me imagino que menos del minimo no será. y pues es lo que actualmente me gano y aunque no alcanza pues toca inventarse cosas para uno poder cumplir con los gastos de la casa.

¿Actualmente cuenta con algún plan o estrategia de ahorro para su jubilación? pues lo unico que tengo es la casita y digo pues en ultimas arriendo una pieza y que eso me ayude a solventar mis.necesidades . aunque he sido siempre ahorradora ahora que me preguntan no tengo pensado nada al respecto.

En general, ¿se considera preparado económicamente para asumir los cambios financieros que trae consigo la jubilación? pues si. ya lo que no hice en la juventud menos lo vóy hacer ahorita. ya tengo los hijos grandes y ellos ya hicieron sus vidas; pues yo creo que si

Categoría 4: Administrativa

¿Conoce los requisitos y trámites necesarios para pensionarse? ¿Los considera complicados? creo que tener las semanas y la edad. por ahora. porqie cada vez cambian todo que uno ya ni sabe. con tantas decisiones que los gobernantes toman y no les importa lo que le pueda a uno pasar

¿Ha iniciado los trámites administrativos de su pensión? ¿Qué dificultades ha tenido? no todavia no. me faltan 5 años para cumpmir la edad, y me toca empezar es a miarar lo de las semanas porque yo dure unos añitos en casa cuando mis hijos eran pequeños y jum quien sabe si se me vaya mas tiempo para poderme pensionar. confiando en Dios qie todo dalga bien.

¿Ha buscado o requerido asesoría legal sobre algún aspecto de su proceso de jubilación? pues cuando mi hermana se pensionó yo medio me entere de lo que hay que hacer para pensionarse, por eso te digo que quiza mi pension este embolatada y solo falta es que cuándo me pensiones es ya no temga las fuerzas para gozar lo que tanto trabaje.



Categorización

Categoría	Código	Análisis de dato
Conocimiento sobre requisitos y trámites pensionales	CR	Explorar el nivel de información y preparación de los participantes respecto a los requerimientos administrativos y legales para acceder a la pensión.
Apoyo organizacional para la jubilación	AJ	Analizar la existencia, alcance y utilidad de programas o recursos provistos por la empresa para facilitar la transición a la pensión.
Preparación y disposición financiera	PDF	Describir la situación económica percibida por los participantes para afrontar los cambios que implica la jubilación.
Expectativas frente a cambios vitales	ECV	Examinar las creencias y actitudes de los participantes ante los potenciales cambios ocupacionales, familiares y sociales por la jubilación.
Estrategias de adaptación psicoemocional	EAP	Explorar los recursos y mecanismos de afrontamiento que poseen los sujetos para la transición psicológica que implica el retiro laboral.
Intereses y nuevos propósitos	INP	Analizar las aspiraciones, proyectos y actividades deseadas por los participantes para su etapa posterior a la vida laboral.

Codificación de las entrevistas



Participante	Texto	Código	Categoría	Análisis
1	No	INP	Ocupacional	No le preocupa aburrirse o sentirse improductivo en su retiro.
1	No	INP	Ocupacional	Al no preocuparle sentirse improductiva en el retiro, podría facilitar su adaptación al cambio de ritmo y dinámica, al no experimentar una pérdida de propósito tras dejar de trabajar.
1	Me interesaría hacer actividades como manualidades	INP	Ocupacional	Planea desarrollar pasatiempos y actividades manuales en su retiro para mantenerse activo.
1	Me interesaría hacer actividades como manualidades	INP	Ocupacional	Tener intereses y pasatiempos definidos como las manualidades le permitirá mantenerse activa y con un sentido de productividad en su vida posterior al retiro laboral.
1	Si se llega a dar y puedo hacer lo que me gusta sería muy feliz	EAP	Psicológica	Su optimismo y enfoque positivo ante la posibilidad de dedicar tiempo a sus áreas de interés personal en la etapa del retiro laboral, facilitaría su proceso de adaptación psicoemocional.
1	Si se llega a dar y puedo hacer lo que me gusta sería muy feliz	EAP	Psicológica	La participante se muestra positiva frente a su futuro retiro laboral, al imaginar que podrá realizar actividades de su interés.
2	Qué te digo... siento incertidumbre, miedo sobre qué voy a hacer, si me alcanzará la plata, si lograré adaptarme a no tener esa rutina laboral.	ECV	Psicológica	Presenta incertidumbre e intranquilidad sobre cómo será su vida después del retiro laboral en varios aspectos.
2	Siento incertidumbre, miedo sobre qué voy a hacer, si me alcanzará la plata, si lograré adaptarme a no tener esa rutina laboral.	ECV	Psicológica	Los sentimientos de ansiedad e incertidumbre sobre diversos aspectos clave de su futuro, podrían dificultar su proceso de adaptación psicoemocional al retiro y afectar su



				percepción subjetiva de bienestar.
2	No tengo un plan de ahorro para la jubilación. Ganamos lo justo con mi señora para vivir tranquilos, así que nunca hemos podido guardar.	AJ	Económica	La falta de un plan financiero podría mermar su estabilidad económica futura y, por ende, su adaptación al período de retiro laboral.
3	No he planificado nada aún en torno a estrategias de ahorro pensando en la jubilación.	AJ	Económica	No cuenta con un plan estratégico de ahorro que le permita solventar efectivamente el cambio financiero que implica la jubilación
3	Sentir que ya no contribuyo o soy productivo puede deprimirme. No sé bien cómo llenaría todo ese tiempo.	INP	Ocupacional	Su percepción de autovalía y función podrían deteriorarse sintiéndose improductivo. Esto dificultaría significativamente su bienestar psicoemocional en el retiro.
3	Sentir que ya no contribuyo o soy productivo puede deprimirme. No sé bien cómo llenaría todo ese tiempo.	INP	Ocupacional	Le preocupa perder su sentido de productividad y propósito tras el retiro laboral.
4	Quiero tener mi propio negocio	INP	Ocupacional	Tener un proyecto ocupacional claro le facilitaría la transición de rol laboral, manteniendo una percepción de propósito y funcionamiento óptimo.
4	Quiero tener mi propio negocio	INP	Ocupacional	planea emprender un negocio propio en su retiro para mantenerse activo.
5	Me imagino tranquilo, pero también haciendo algo más, siento que puedo hacer más cosas.	EAP	Psicológica	Su tranquilidad y confianza en su capacidad de seguir activo repercutiría positivamente en su motivación para explorar nuevos intereses y adaptarse a los cambios.



5	Me imagino tranquilo, pero también haciendo algo más, siento que puedo hacer más cosas.	EAP	Psicológica	Se muestra optimista sobre adaptarse a los cambios en su retiro.
6	Me preocupa perder capacidad funcional y mental si dejo de tener actividad.	INP	Ocupacional	Esta preocupación podría movilizarlo a buscar alternativas para estar activo, lo que facilitaría su adaptación, si logra encontrar opciones viables a largo plazo.
6	Me preocupa perder capacidad funcional y mental si dejo de tener actividad.	INP	Ocupacional	Teme al deterioro físico y mental por inactividad en etapa de retiro.

Resultados De Entrevistas

Las entrevistas con trabajadores próximos a la jubilación revelaron una variedad de preocupaciones que abarcan tanto aspectos emocionales como prácticos. Algunos expresan inquietud ante la perspectiva de enfrentar desafíos al adaptarse a un nuevo ritmo de vida o al perder la sensación de productividad y propósito (códigos ECV, INP). Además, se identifica una carencia de conocimiento acerca de los requisitos administrativos y legales asociados al proceso de jubilación (CR). La falta de un plan financiero o estrategia de ahorro es prevalente entre la mayoría de los entrevistados (AJ), por lo que podrían tener repercusiones en su estabilidad económica futura.

El análisis detallado de estas entrevistas permitió destacar necesidades específicas que podrían facilitar la transición de los trabajadores hacia la jubilación. En el ámbito laboral, se manifestó preocupación y ansiedad en muchos casos, principalmente debido al temor de aburrirse o sentirse improductivos después de abandonar sus empleos (código INP). Desde una perspectiva emocional, surgen sentimientos de incertidumbre en relación con el estilo de vida futuro y el miedo a no adaptarse después de años de rutina (código ECV). En el ámbito económico, la mayoría reconoció



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA

VIGILADA MINEDUCACIÓN - SNIES 1704



la falta de un plan de ahorro o estrategia financiera para afrontar de manera eficaz la transición a la jubilación (código AJ), llegando incluso al desconocimiento sobre cómo se calcula el monto de la pensión. En el aspecto administrativo, se evidenció una falta generalizada de información y preparación en cuanto a los requisitos legales y trámites necesarios para acceder a la pensión (código CR).

Teniendo en cuenta los resultados de las entrevistas un programa estructurado de preparación para el retiro laboral, que aborde dimensiones ocupacionales, psicoemocionales, económicas y administrativas, podría tener un impacto significativo en la mitigación de ansiedad frente al futuro y en la mejora de la adaptación posterior de los trabajadores próximos a pensionarse. Al educar sobre los requerimientos administrativos e instruir en planificación financiera, se dotaría a los participantes de un mayor sentido de control y predictibilidad frente al cambio de vida que enfrentarán. Asimismo, al explorar intereses y opciones viables de actividades a futuro, identificando posibilidades de mantenerse activos y con propósito, se podría fortalecer su percepción de utilidad y bienestar ocupacional tras la jubilación, facilitando la transición. Finalmente, compartir estrategias efectivas de adaptación psicoemocional y fomentar la construcción de una visión positiva frente a los beneficios de la etapa del retiro laboral, aportaría a reducir la ansiedad y optimizar su proyección sobre esta nueva fase vital que habrán de transitar luego de dejar sus empleos formales.