

INFORME

# CARTA A MIS PAPÁS



Conclusiones del cuestionario

¿Cuánto tiempo compartimos  
con nuestros hijos?



**Responsables orgánicos:**

ARHOE-Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles  
Subvencionado por la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid

**Responsables técnicos:**

**Dirección y autor:** Mariano Ruipérez Moslares

**Coordinación:** Aránzazu Ruiz Vicente

**Derechos de copia y licencia:**

ARHOE y Comunidad de Madrid

**Edita:**

ARHOE  
Calle Alcalde Sainz de Baranda 35, 1.º D  
28009 Madrid  
info@horariosenespana.com

**Soporte de edición:**

Publicación en línea, formato electrónico en pdf  
Edición: 12/2018

Publicado en España - Published in Spain



# Índice

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	4
<b>2. EL CUESTIONARIO: ¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTIMOS CON NUESTROS HIJOS?</b> .....	5
2.1. METODOLOGÍA.....	5
2.2. LA MUESTRA.....	6
<b>3. CONCLUSIONES</b> .....	14
3.1. Los progenitores están muy insatisfechos por el tiempo que dedican a sus hijos .....	14
3.2. Los cuidados siguen siendo “cosa de mujeres” .....	19
3.3. Padres y madres dedican más de 2 horas diarias al cuidado y atención de sus hijos, si bien los primeros representan un menor número y dedican menos tiempo .....	23
3.4. En un día normal 6 de cada 10 padres dedica tiempo a jugar y solo el 40% lo dedica a ayudarles con los deberes. ....	24
3.5. El trabajo, las tareas domésticas, el cansancio y el estrés son los mayores obstáculos para alcanzar la conciliación .....	26
3.6. Nueve de cada diez progenitores sabe qué hacer para conseguir más tiempo que dedicar a sus hijos. Casi un tercio desconectándose de algún dispositivo smart.....	27
3.7. Al gobierno y a las empresas las personas les piden, fundamentalmente, y en el ámbito laboral, medidas de racionalización de los horarios, del tiempo y de los espacios. ....	29
3.8. Propuesta de medidas a emprender por las organizaciones .....	33
3.9. Las madres y padres participantes son conscientes de su situación, incluso con una significativa orientación a emprender cambios en su contexto familiar. ....	34
<b>4. CONCLUSIONES FINALES</b> .....	35



## 1. INTRODUCCIÓN

ARHOE–Comisión Nacional para la Racionalización de los Horarios Españoles ha desarrollado el programa «CARTA A MIS PAPÁS», iniciativa subvencionada por la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid, y que ha tenido por objetivo sensibilizar sobre la necesidad que tienen los menores de compartir más tiempo con sus familias, así como crear conciencia acerca de las actividades y el tiempo que realmente emplean los padres y las madres en la educación y cuidado de sus hijos.

En particular:

- ☉ Sensibilizar acerca de la necesidad que los menores tienen de compartir mayor tiempo con sus familias.
- ☉ Crear conciencia acerca del tiempo que realmente emplean los padres y madres en el cuidado y educación de sus hijos/as y su responsabilidad.
- ☉ Promover cambios encaminados a incrementar el tiempo dedicado a los hijos/as.

Para ello el programa ha desarrollado dos líneas de trabajo:

- ☉ **Talleres para escolares de Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.** Ambos tienen una metodología participativa y una duración máxima de una hora. Su finalidad ha sido reflexionar sobre el tiempo que pasan con sus padres, qué dificultades impiden hacerlo, qué soluciones se proponen para ampliar los momentos en familia y qué actividades les gustaría realizar con ellos. El producto del taller ha sido una carta escrita por ellos y dirigida a sus padres, donde han expresado sus necesidades al respecto, así como las actividades que les gustaría compartir.
- ☉ **Cuestionario online «¿Cuánto tiempo compartimos con nuestros hijos?».** Dirigido a padres y madres, ha recogido información para conocer los hábitos y necesidades de estos respecto a las relaciones que mantienen con sus hijos/as y el tiempo que les dedican.



Asimismo, y lo que consideramos más valioso, es haberles hecho reflexionar y que sean conscientes de lo que hacen, lo que no hacen, cómo se sienten y qué piensan al respecto, así como hacerles reconocer las barreras que les impiden alcanzar un nivel satisfactorio de relación con sus hijos. También hemos explorado acerca de lo que ellos podrían hacer, lo que está en su mano para lograr dicho objetivo, y lo que la empresa y los gobiernos podrían hacer para facilitarlos.

En el presente informe se plasman las conclusiones del cuestionario.

## **2. EL CUESTIONARIO: ¿CUÁNTO TIEMPO COMPARTIMOS CON NUESTROS HIJOS?**

### **2.1. METODOLOGÍA**

El cuestionario, de respuesta anónima, consta de 31 preguntas dividido en 5 bloques.

1. El primero dedicado a la obtención de datos socio-demográficos.
2. Un segundo bloque orientado a obtener información sobre su vida laboral (situación, tipo de trabajo, horarios, tipo de jornada, etc.).
3. Otro para conocer la situación personal y, en su caso, de pareja (pareja, hijos, hábitos sobre realización de las tareas domésticas, cuidados, nivel de corresponsabilidad, etc.).
4. Un cuarto dedicado a saber y a hacer reflexionar sobre las actividades que realiza y tiempo que dedican a sus hijos, barreras que lo impiden, así como para conocer sus sentimientos e intención de cambio al respecto.
5. El quinto y último creado para conocer lo que ellos pueden hacer para conseguir mayor y mejor tiempo de dedicación, así como sus propuestas para la mejora de la situación provenientes de las empresas y los gobiernos.



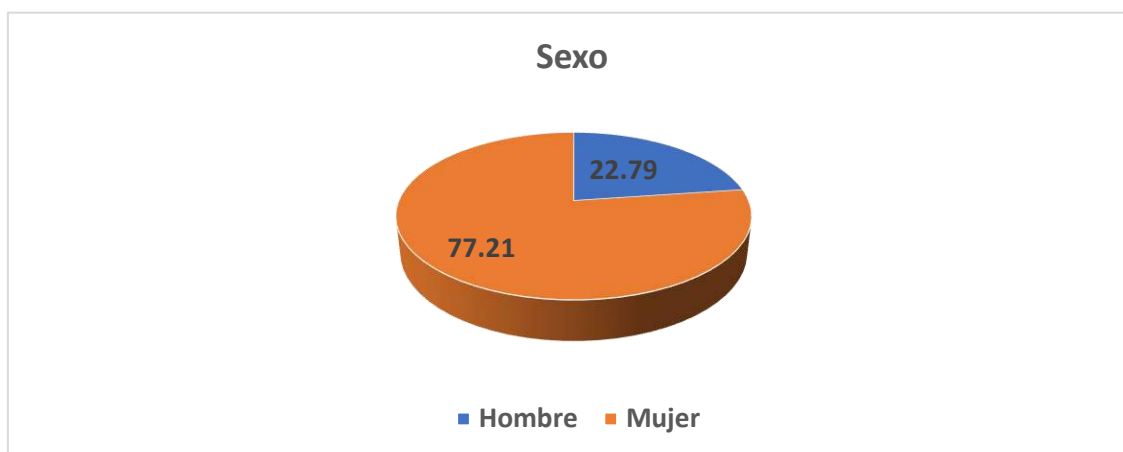
El cuestionario ha estado disponible desde el 3 de octubre al 11 de diciembre. Se ha difundido a través de redes sociales (Twitter, Facebook y correo electrónico), habiéndose obtenido 430 respuestas.

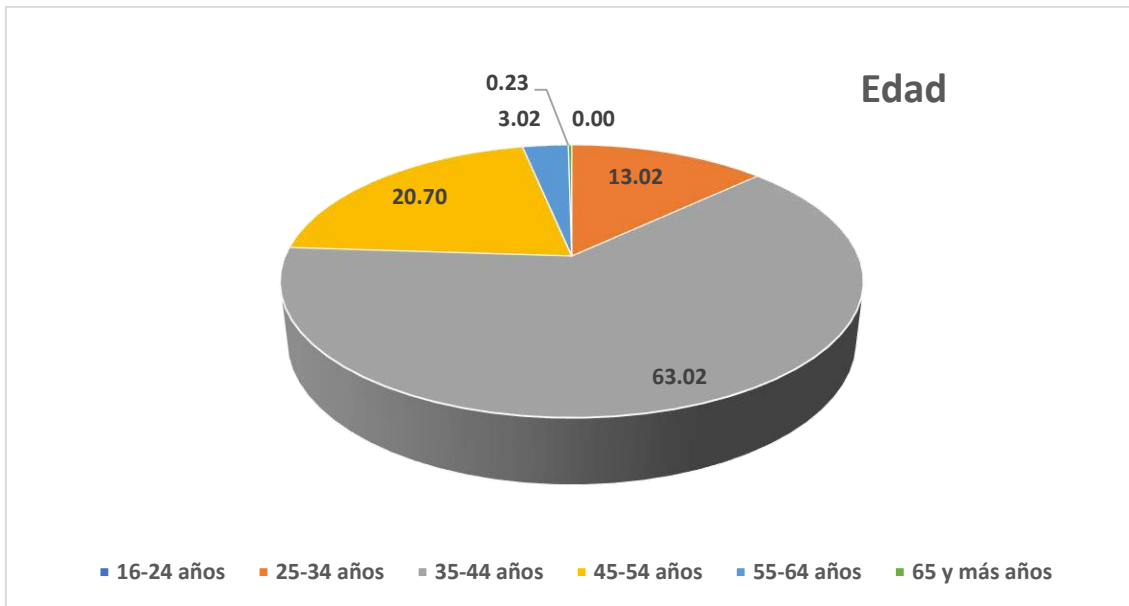
## 2.2. LA MUESTRA

Aquí mostramos los datos de identificación de las personas que han dado respuesta al cuestionario, además de su situación laboral y doméstica.

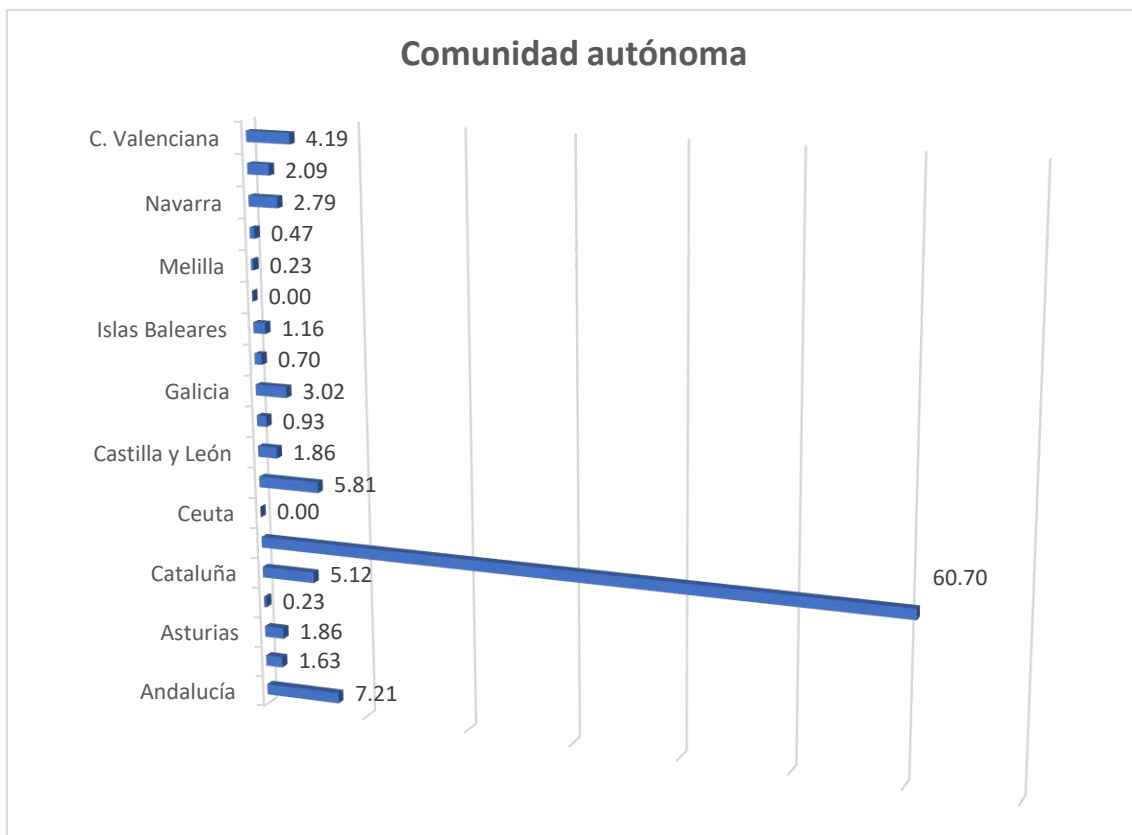
### Datos de identificación

Como hemos dicho, se han recogido 430 respuestas, de las cuales 332 (77,21%) corresponden a mujeres y 98 a hombres (22,90%). El diferencial en la respuesta por sexo evidencia lo significativo, o relevante, que es el tema que propone el cuestionario para unas y para otros.



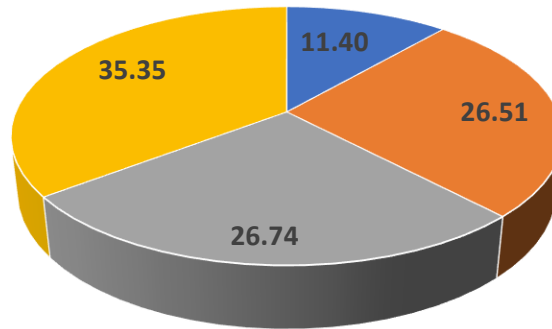


Es significativo observar que la mayoría de las respuestas provienen de la Comunidad de Madrid (60,70%). Esto es así porque los talleres que se han desarrollado en el ámbito escolar, asociados a la presente encuesta, se han realizado en Madrid.





### Núm. habitantes población residencia



■ Menos de 10.000 ■ 10.001 - 100.000 ■ 100.001 - 400.000 ■ Más de 400.000

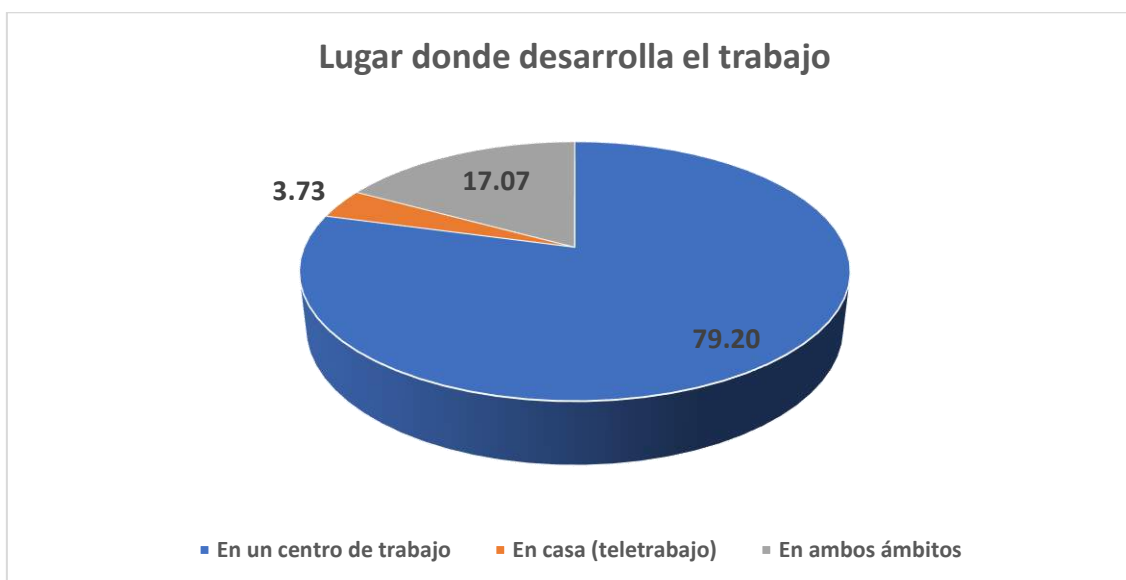
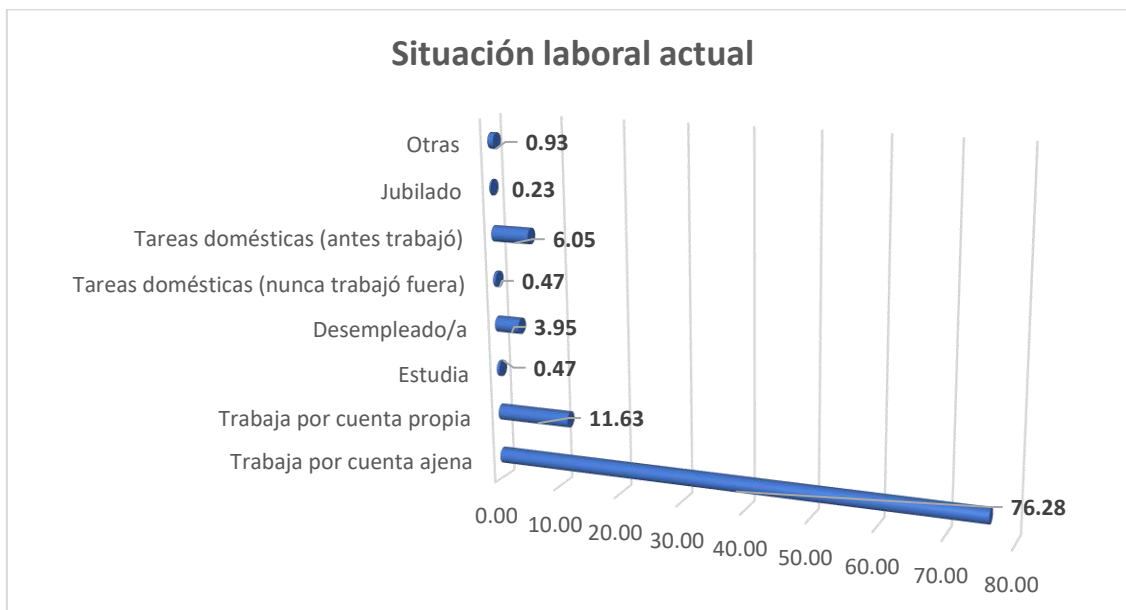
### Nivel de estudios

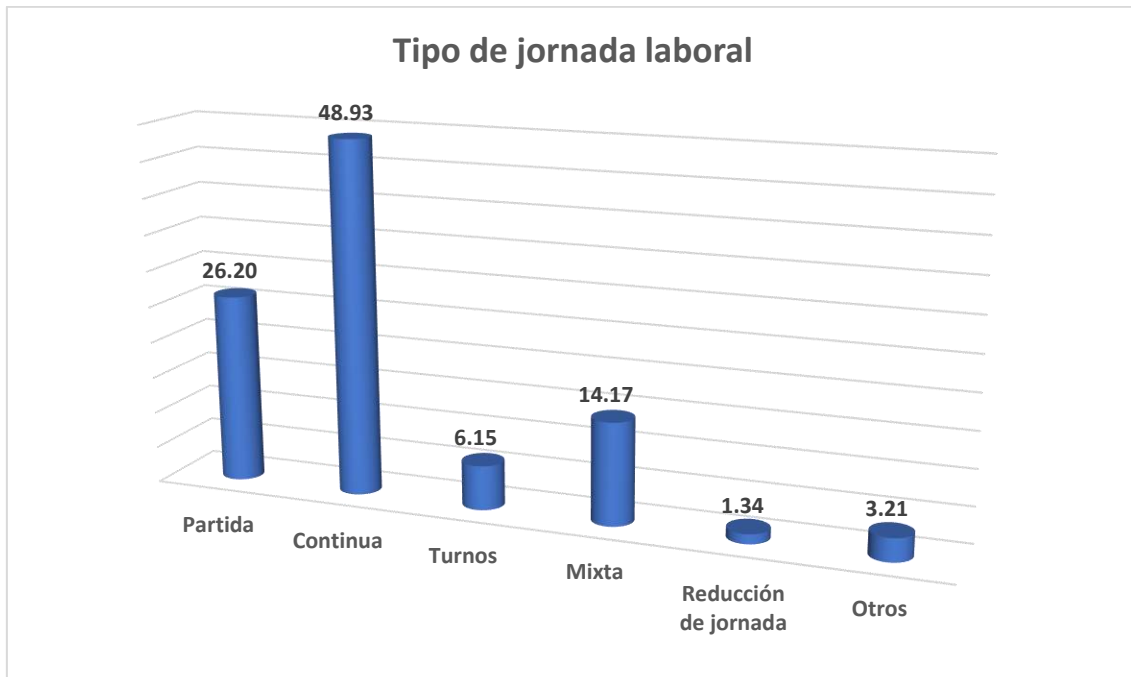






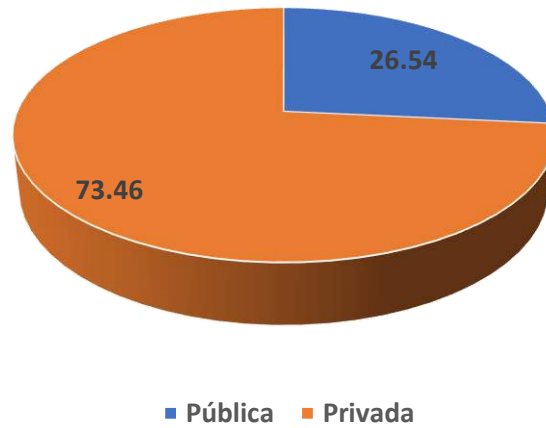
## Información sobre el ámbito laboral



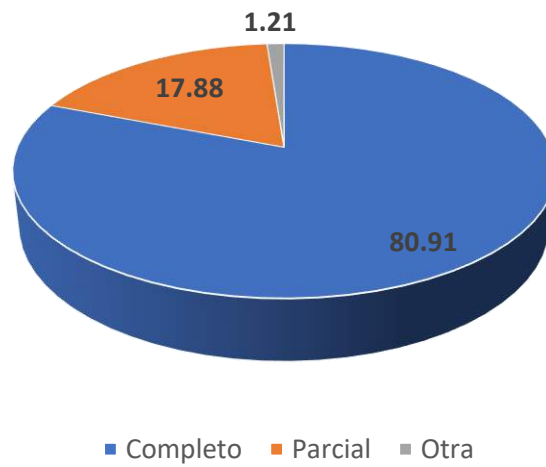




### Pública / Privada

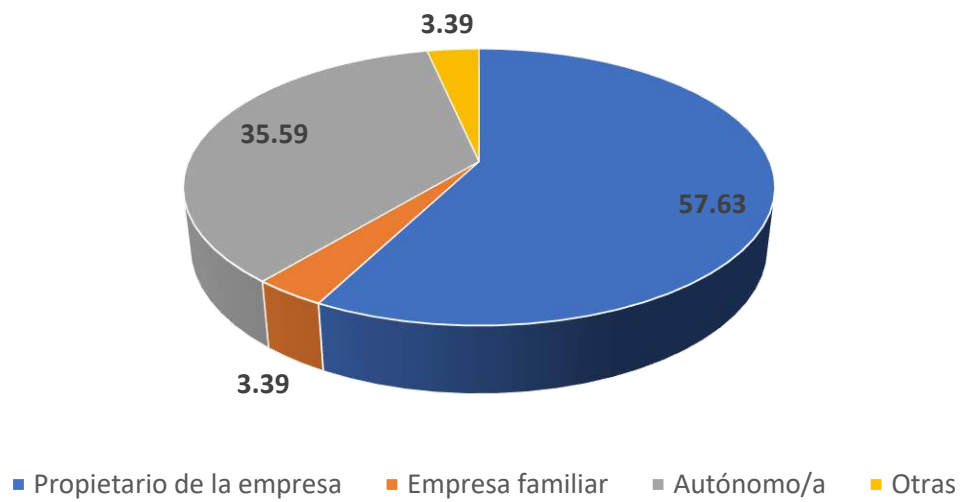


### Si trabaja por cuenta ajena, lo es a tiempo:



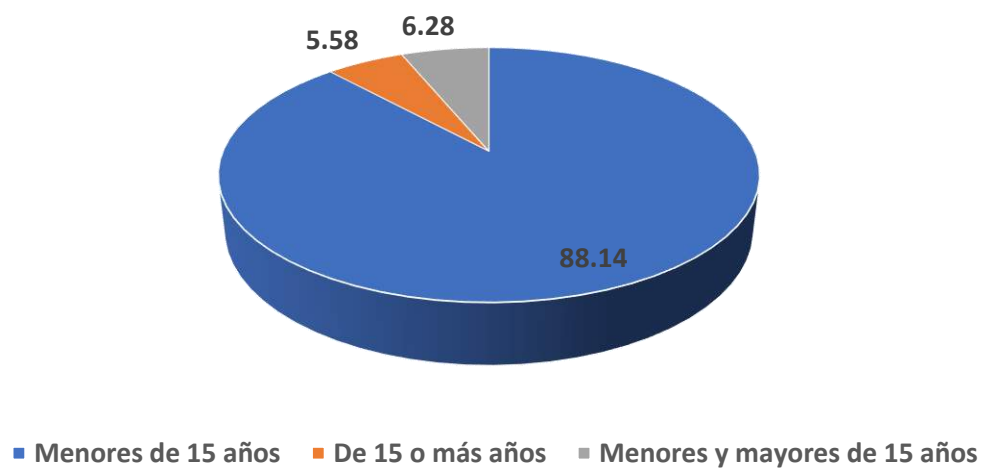


**Si trabaja por cuenta propia es:**



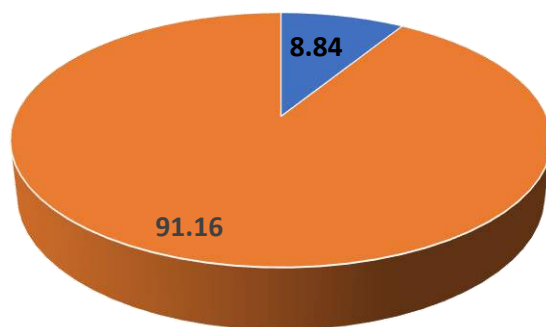
**Información sobre el ámbito doméstico y hábitos:**

**Grupo de edad donde se encuadran sus hijos:**



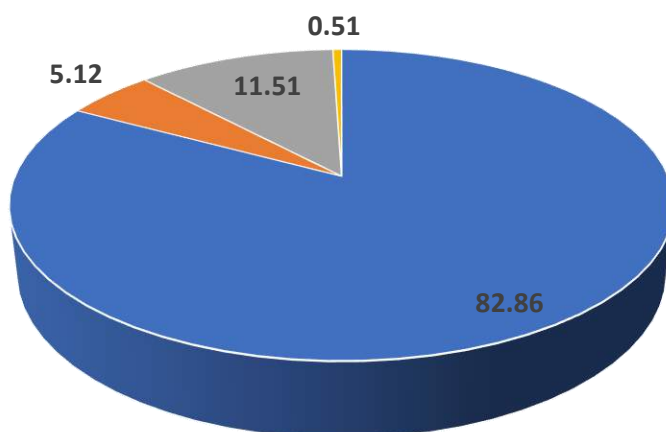


### Tipo de hogar en el que vive:



■ Monoparental ■ Pareja

### En caso de ser pareja, ¿quiénes trabajan?



■ Trabajan los dos ■ Trabaja solo usted ■ Trabaja solo su pareja ■ No trabaja ninguno de los dos

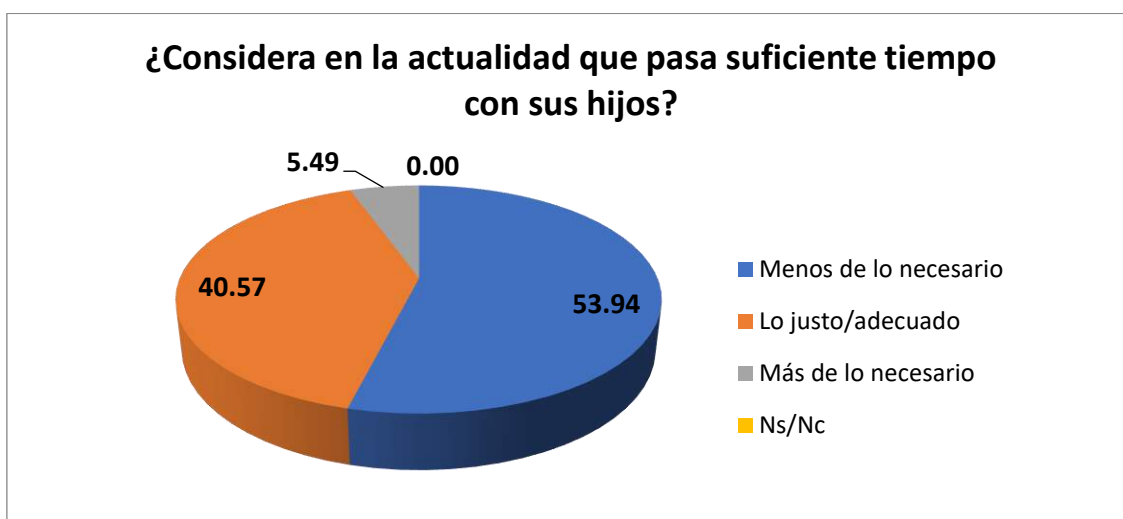


### 3. CONCLUSIONES

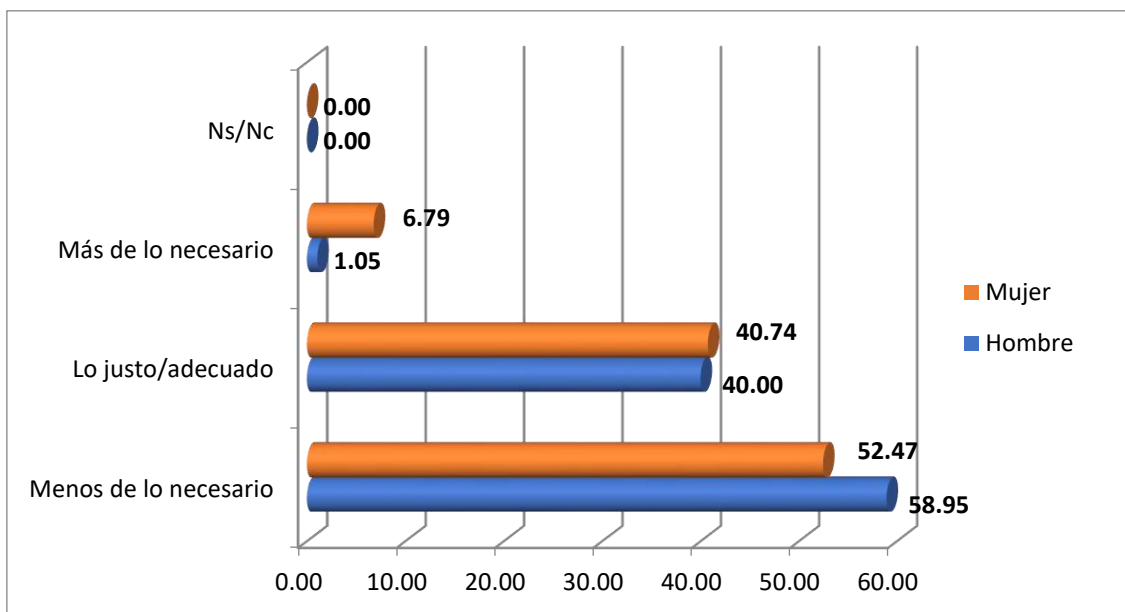
Respecto a las conclusiones, deben ser tomadas como una tendencia. No obstante lo anterior, dadas en muchos casos las diferencias registradas entre respuestas, dan luz acerca del statu quo relativo al uso y tiempo que dedican las familias al cuidado de sus hijos/as.

#### 3.1. Los progenitores están muy insatisfechos por el tiempo que dedican a sus hijos

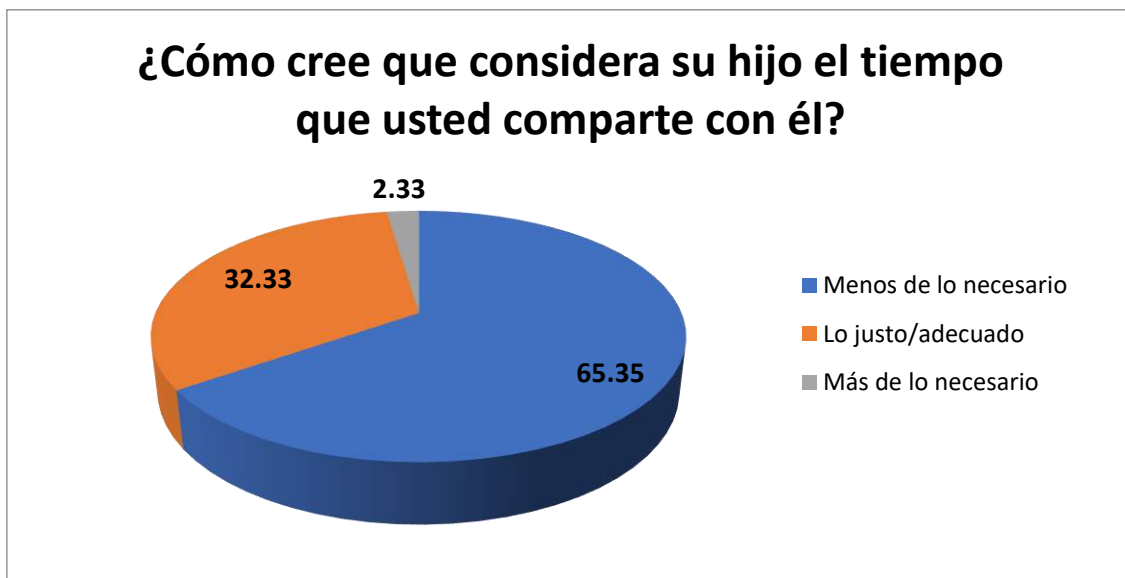
La necesidad, por parte de los progenitores, de dedicar más tiempo a sus hijos se evidencia cuando vemos que en el 54% de las respuestas se manifiesta que, en la actualidad, pasan menos tiempo con sus hijos del que consideran necesario.



Es interesante ver cómo la valoración que hacen los hombres, respecto a las mujeres, es tendente a manifestar, en mayor medida que ellas, que el tiempo que les dedican ellos es "menor del necesario", en un 58,95%, frente al 52,47%, respectivamente.



Por otra parte, cuando les hemos pedido que **se pongan en el lugar de sus hijos** y valoren qué piensan ellos y ellas respecto al tiempo que les dedican, el porcentaje que considera que se emplea menos tiempo del necesario asciende 8,59 puntos, de 53,94 al 65,35 %.

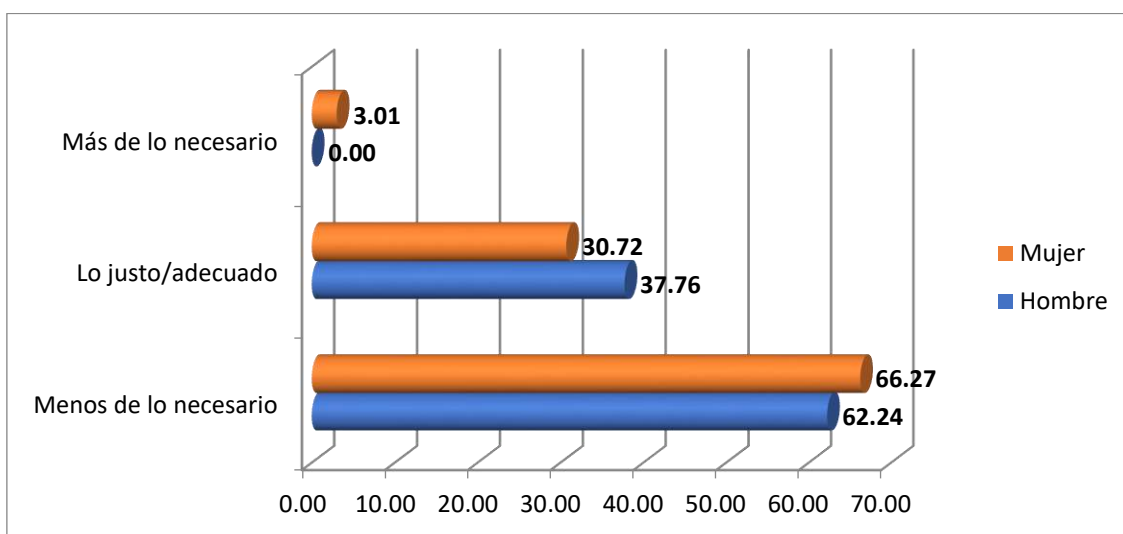


Es evidente que la percepción que tienen los padres y madres, de las necesidades que tienen los menores, son mayores que las que ellos mismos consideran suficientes.



Si comparamos la respuesta por sexo vemos que el sentido de esta se invierte entre los que estiman que el tiempo que dedican a sus hijos es menos del necesario. Mientras la estimación de los hombres era algo mayor a la de las mujeres, con una diferencia, en puntos porcentuales, de 6,48, cuando se les pide que consideren qué piensan los menores al respecto, son en mayor medida ellas las que piensan que el tiempo que invierten es "menor del necesario", en esta ocasión con un diferencial de 4 puntos.

#### ¿Cómo cree que considera su hijo el tiempo que usted comparte con él? - Diferencial entre sexos



Las mujeres, más que los hombres, consideran que los menores demandan más atención.

El efecto de la anterior reflexión en quienes han respondido ha sido significativo, sobre todo cuando han mostrado sus sentimientos al respecto. Baste decir que el 70,64% ha respondido a la pregunta «¿Cómo se siente usted?», en los siguientes términos:

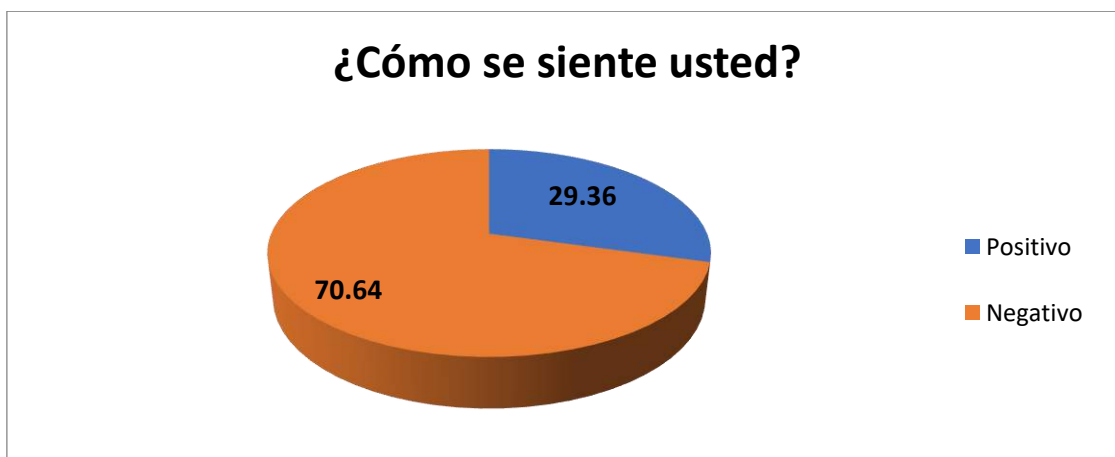
**Mal, cansada, agotado, estresada, acelerado, agobiada, triste, culpable, impotente, decepcionado, insatisfecho, mala madre, fatal, sobrepasado, en deuda, preocupada, disconforme, desmotivada, rabia, poco valorada, confusa, abrumada, fracasada, apenada, resignada, desesperado, desasosegado, condicionado, incompleto, etc.**





Tan solo el 29,36 % lo ha expresado con calificativos, positivos o neutros, como estos:

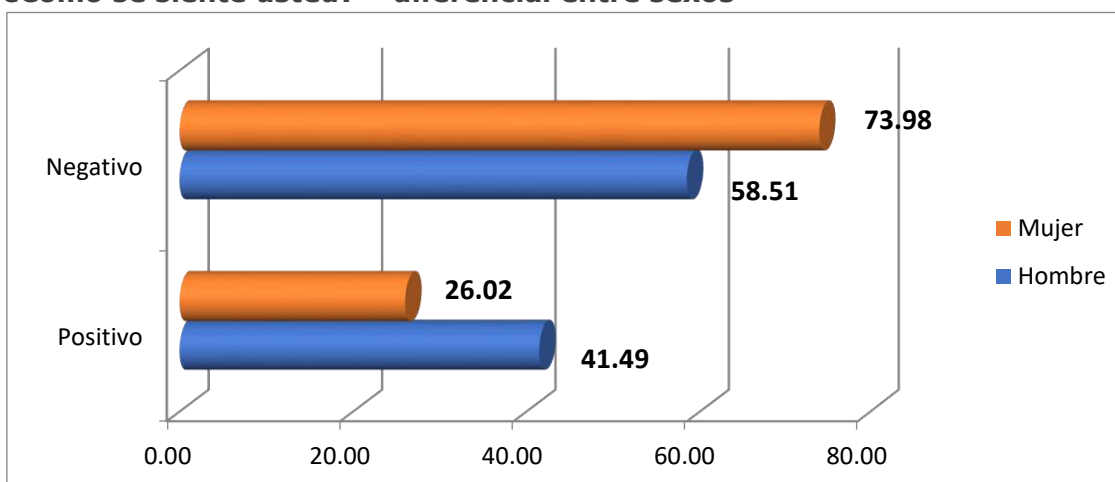
**Bien, feliz, afortunada, satisfecha, tranquila, contenta, realizada, genial, agradecido, etc.**



Estos datos anónimos, que podríamos considerarlos como alarmantes, nos muestran de primera mano las carencias que la sociedad padece en este sentido y el negativo y alto coste emocional que provoca pensar en lo que hacemos (y no hacemos), día a día al respecto. Ni qué decir de las necesidades de aquellos que atienden a personas mayores o dependientes, a lo que se suma las naturales necesidades personales.

En lo que respecta a las diferencias entre sexos, podemos comprobar que hay una clara tendencia, por parte de los hombres, a percibir la situación de forma más positiva que las mujeres.

#### ¿Cómo se siente usted? – diferencial entre sexos





Así, vemos que los hombres expresan sentimientos positivos en un 41,49%, mientras que las mujeres lo hacen en un 26,02%. En contrapartida son las mujeres, en un 73,98%, las que manifiestan sentimientos negativos ante la percepción del desfase entre lo que hacen y lo que considerarían adecuado realizar. Los hombres expresan sentimientos negativos en un 58,51%.

No obstante lo anterior, y como veremos más adelante, hemos comprobado que son más ellas que ellos las que se dedican al cuidado de los hijos y, además, las que más tiempo invierten.

Al margen de diferencias entre sexos, se evidencia la gran dificultad para encontrar tiempo para desarrollar de forma satisfactoria nuestra responsabilidad como padres y madres. Todo ello causa insatisfacción, estrés, cansancio, mal humor, y no exageramos cuando también hablamos de trastornos psicológicos y enfermedad. Así pues, esta anómala situación puede determinar nuestro bienestar y felicidad personal y familiar.

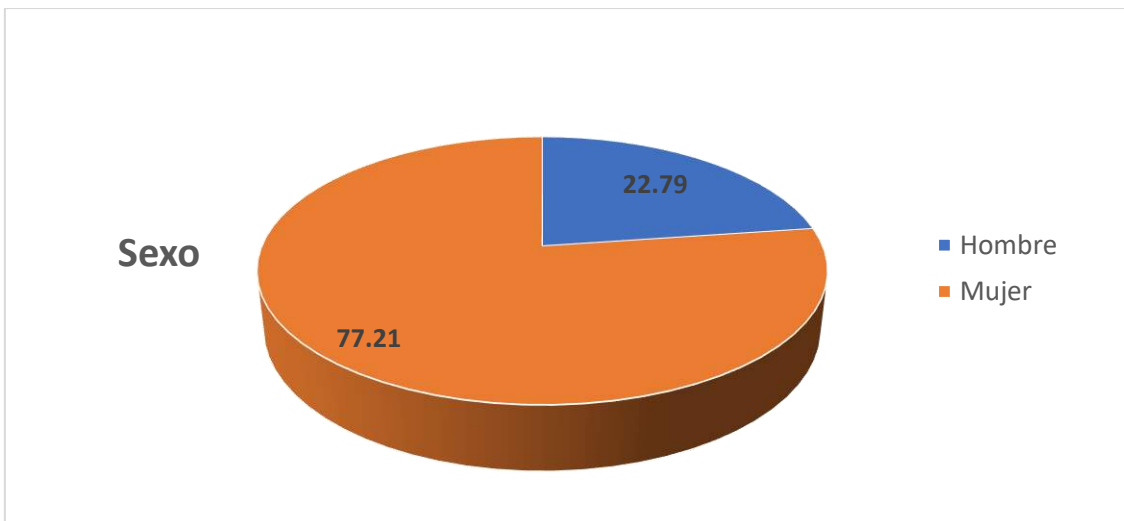
Además de lo antedicho las perniciosas consecuencias de dicha situación pueden ser de diversa índole, manifestándose de diferentes formas

- ☑ Inestabilidad de la pareja (en su caso), al no poder atender de forma adecuada las demandas.
- ☑ Fracaso escolar, por la falta de un acompañamiento adecuado.
- ☑ Defectuosa o mala alimentación, lo puede llevar a la obesidad, etc.
- ☑ Deficiencia en la transmisión de valores, principios y hábitos de los padres.
- ☑ Baja natalidad.
- ☑ Bajo rendimiento laboral.



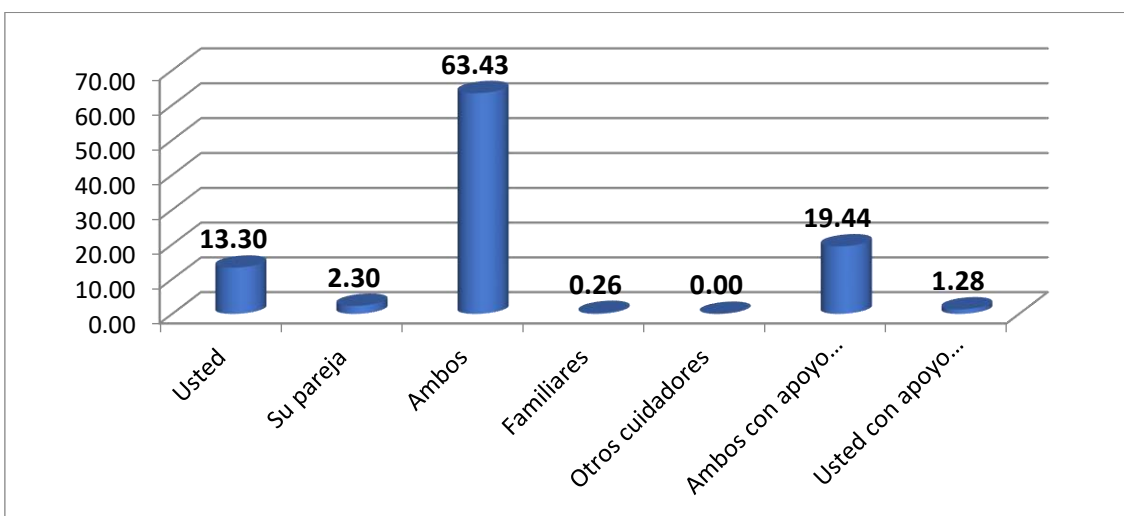
### 3.2. Los cuidados siguen siendo “cosa de mujeres”

La encuesta ha sido respondida en un 77,21% por mujeres. Puede ser arriesgado formular una conclusión al respecto, pero a la vista de la diferencia en los porcentajes de respuesta, parece evidente que existe un mayor interés en esta materia por parte de ellas.



Vemos que cuando les preguntamos quién o quiénes se ocupan de atender las necesidades de sus hijos, la respuesta mayoritaria, con un 63,43%, es “ambos”. Este porcentaje alcanza el 82,87% cuando tenemos en cuenta también el 19,44% en el que además de ser los dos miembros de la pareja los ocupados de los cuidados, además se apoyan con otros recursos, como la familia y otros cuidadores.

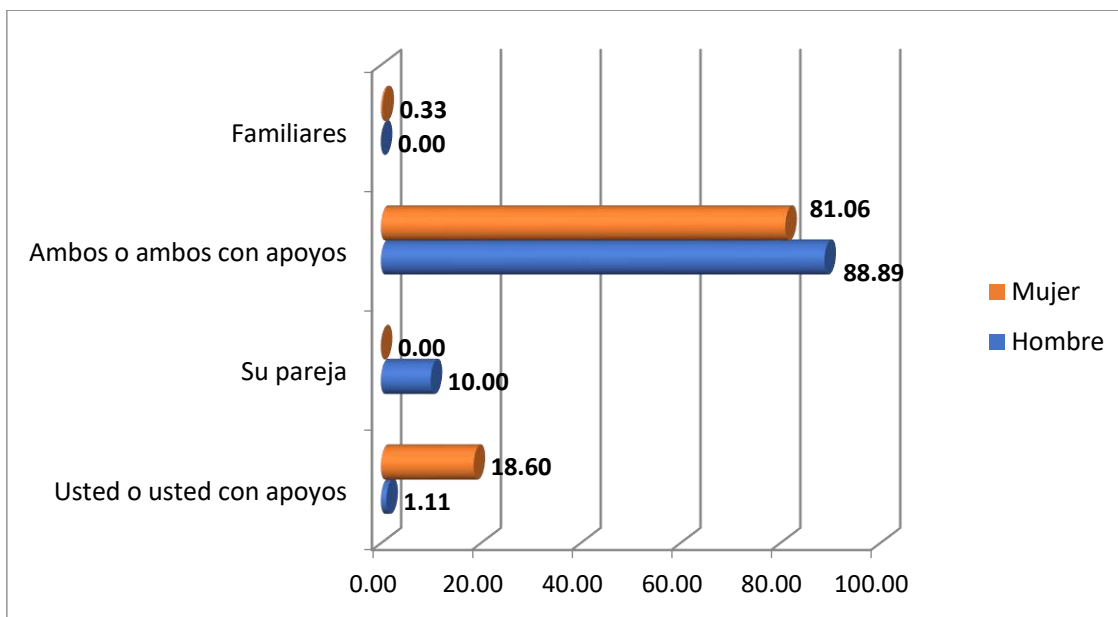
#### ¿Quién se ocupa de atender las necesidades de su/s hijo/s?





Si atendemos a las respuestas dadas por unos y otras cuando les preguntamos que quién se ocupa de atender las necesidades de los hijos, es revelador ver que si la respuesta es «ambos», sean más los hombres, en un 88,89 %, los que se atribuyen dicho rol de cuidador, a diferencia de las mujeres, que se pronuncian en un 81,6% de las ocasiones. Es manifiesto que ellas no piensan lo mismo.

### ¿Quién se ocupa de atender las necesidades de sus hijos? (por sexo)

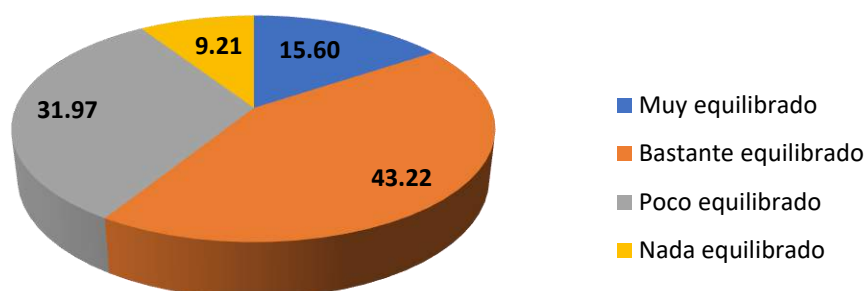


Por otra parte, cuando solo es un miembro de la pareja quien se ocupa de atender las necesidades de los menores, son las mujeres las que nuevamente aparecen desempeñando este papel, alcanzando el 18,60% de las respuestas, frente al 1,11% de los hombres. Destacar que de estas mujeres que se declaran únicas cuidadoras, el 61,50% de ellas trabaja.

A continuación queremos ver cómo valora cada miembro de la pareja la aportación que se hace a la tarea común de los cuidados. Al respecto vemos que solo el 58,82% manifiesta que el reparto de tareas es muy equilibrado o bastante equilibrado. Veamos que opinan unos y otras.



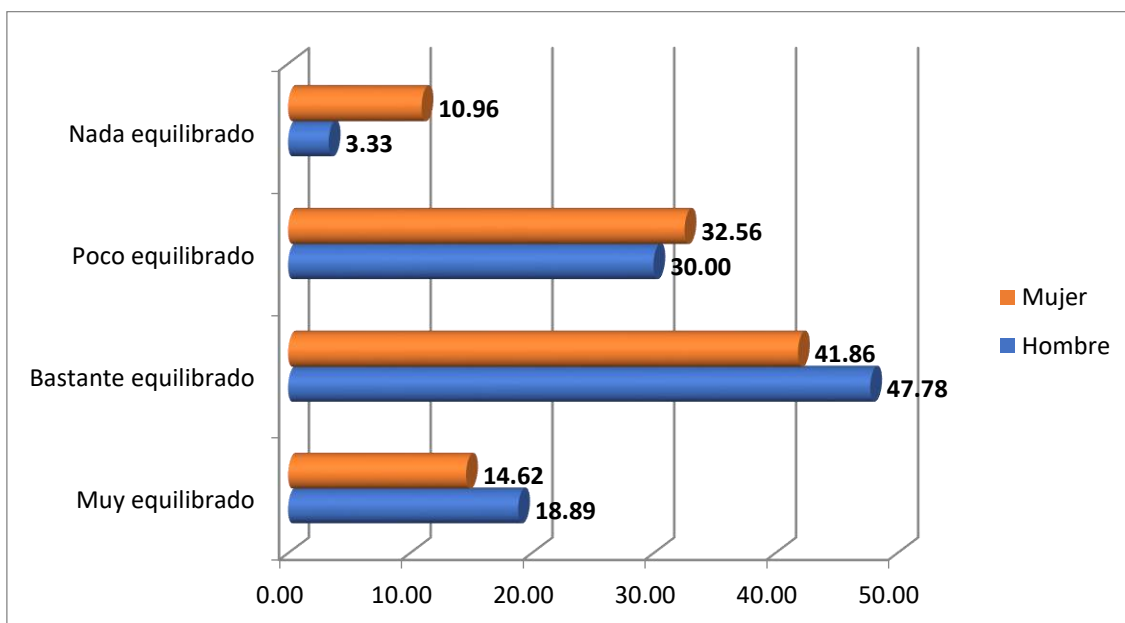
### ¿Considera equilibrado el reparto de tareas con su pareja?



La falta de corresponsabilidad por parte de los hombres se evidencia una vez más cuando hablamos de la valoración que hacen los miembros de la pareja del reparto de las tareas de cuidado.

Es mayor el porcentaje de hombres que considera que el reparto es muy o bastante equilibrado. Por el contrario, cuando fijamos la atención en las respuestas sobre el reparto poco o nada equilibrado, es mayor el porcentaje de mujeres que así lo considera.

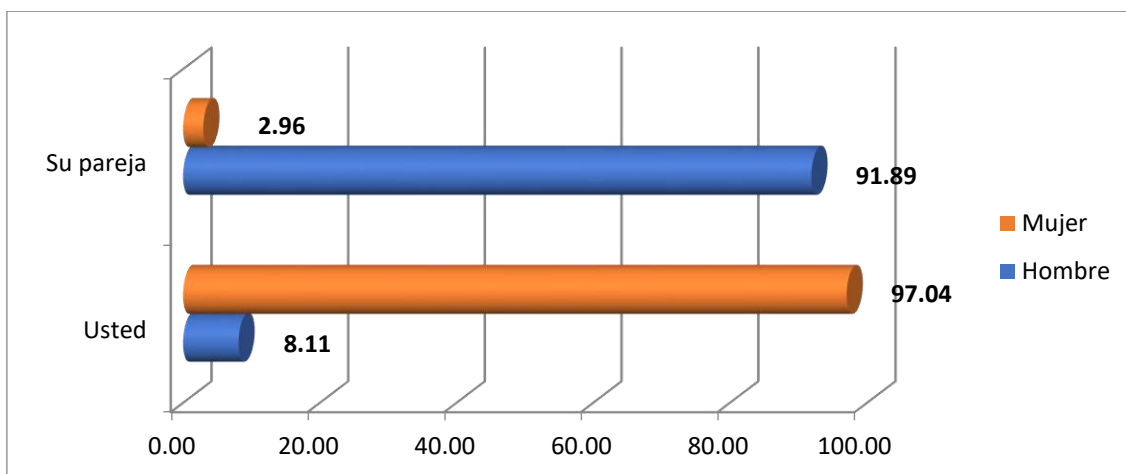
### ¿Diría que entre usted y su pareja hay un reparto equilibrado en las tareas de cuidado y atención a sus hijos?





Por si hubiera alguna duda, cuando preguntamos a las personas que consideran que el reparto de tareas de cuidado y atención de sus hijos no es equilibrado, que quién creen que está más involucrado de ambos, las respuestas son clarificadoras, concordantes y a vez honestas: los hombres reconocen que son ellas las más involucradas y, cuando responden ellas, confirman la misma realidad.

**Si en su caso el reparto no es equilibrado, ¿quién considera que está más involucrado/a?**

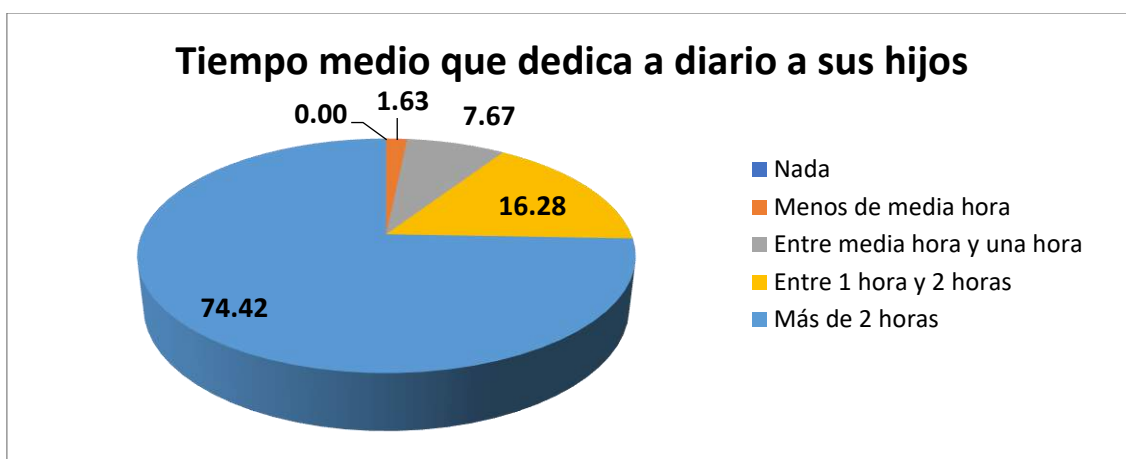




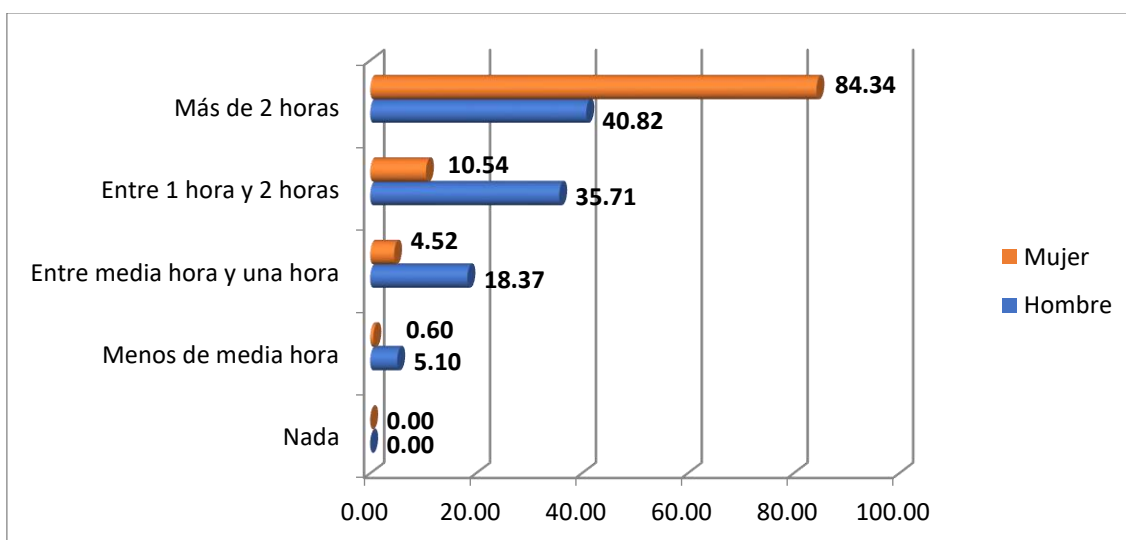
### 3.3. Padres y madres dedican más de 2 horas diarias al cuidado y atención de sus hijos, si bien los primeros representan un menor número y dedican menos tiempo

Como vemos en el siguiente cuadro, el 74,42% de los padres y madres afirman emplear más de dos horas diarias al cuidado de sus hijos e hijas.

Ya vimos que este tiempo es considerado, en un 53,94% de las personas que han respondido al cuestionario, como menos tiempo del necesario.



Pero volvamos a ver, por sexos, cuáles son las diferencias. Se aprecia que las mujeres son las que dedican más tiempo al cuidado de sus hijos, siendo el 84,34% las que afirman invertir más de 2 horas al día, mientras que los hombres no alcanzan el 41%. El resto de ellos se distribuye del siguiente modo: un 35,71% dedica entre 1 y 2 horas y el 18,37% entre media hora y una hora.

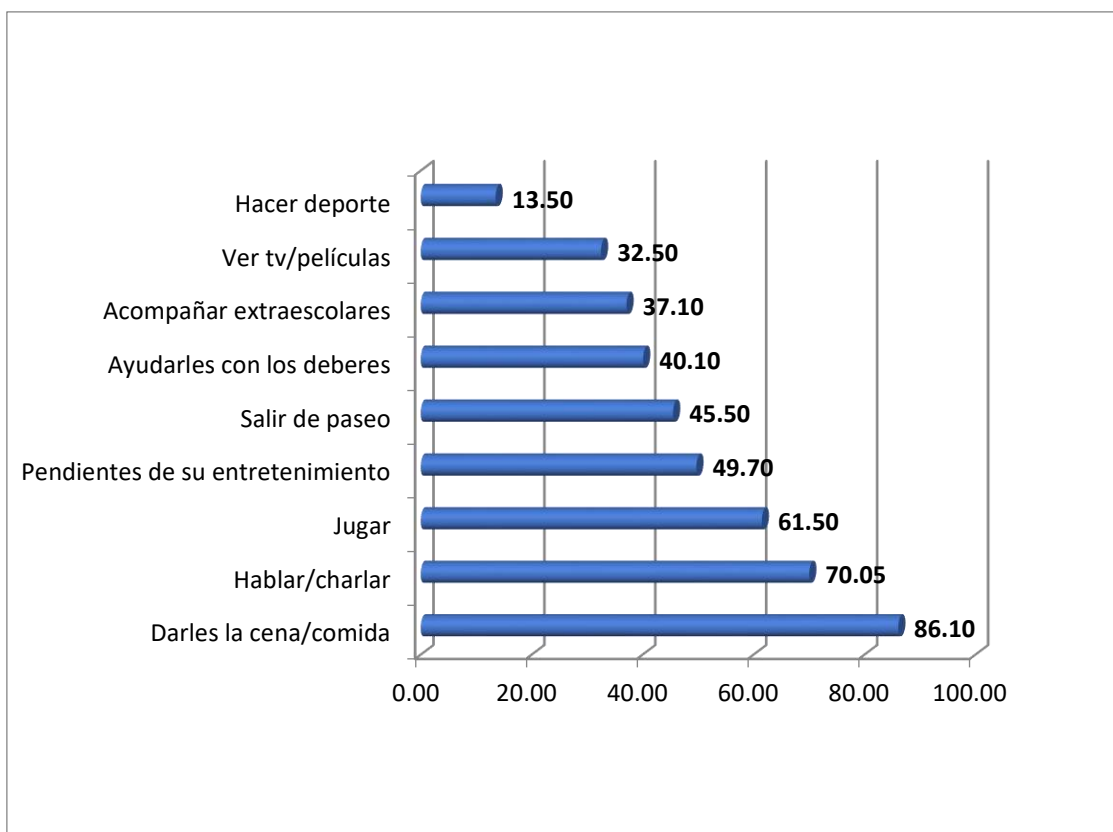




### 3.4. En un día normal 6 de cada 10 padres dedica tiempo a jugar y solo el 40% lo dedica a ayudarles con los deberes.

En la siguiente tabla se puede observar a qué tipo de actividades dedican más tiempo los progenitores.

**En un día normal, ¿a qué dedica usted el tiempo que pasa con sus hijos?**



No es de extrañar que la actividad que la mayoría de los padres desarrolla con sus hijos sea la de darles de comer, el 86,10% así lo declara, seguida de la de conversar, en un 70,05%.

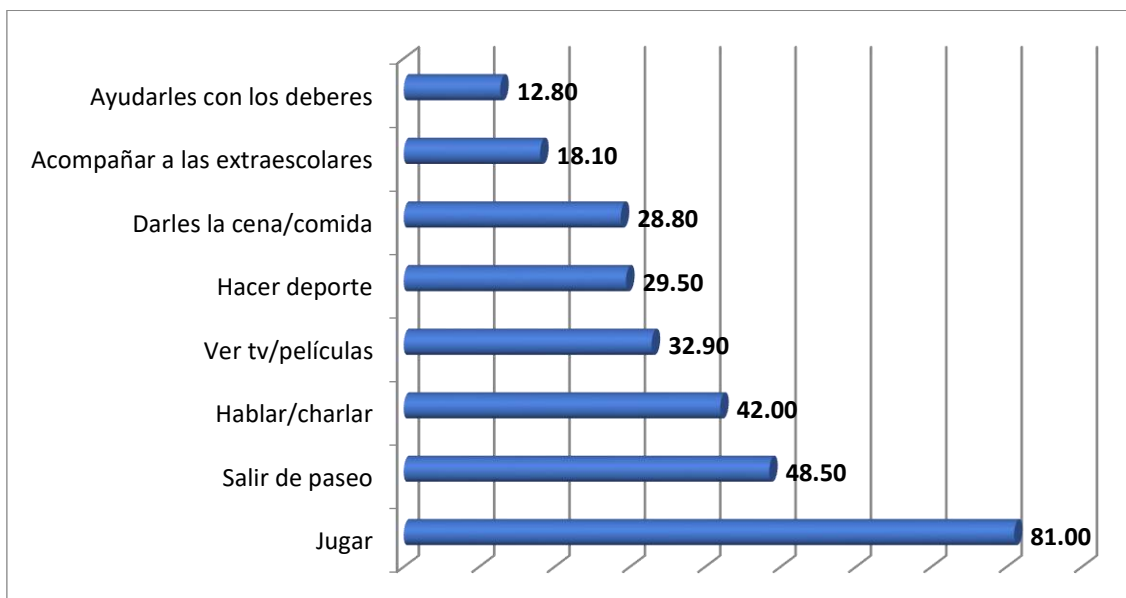
Sí es relevante que «jugar» y «hacer los deberes», actividades tan necesarias, solo digan que las realiza el 61,50 y el 40,10%, respectivamente.

Por otra parte, como se aprecia en la siguiente tabla, donde les pedimos que nos digan qué es lo que creen que a sus hijos les gustaría hacer con ellos, como era de esperar, el 81% considera que jugar sería la actividad principal.



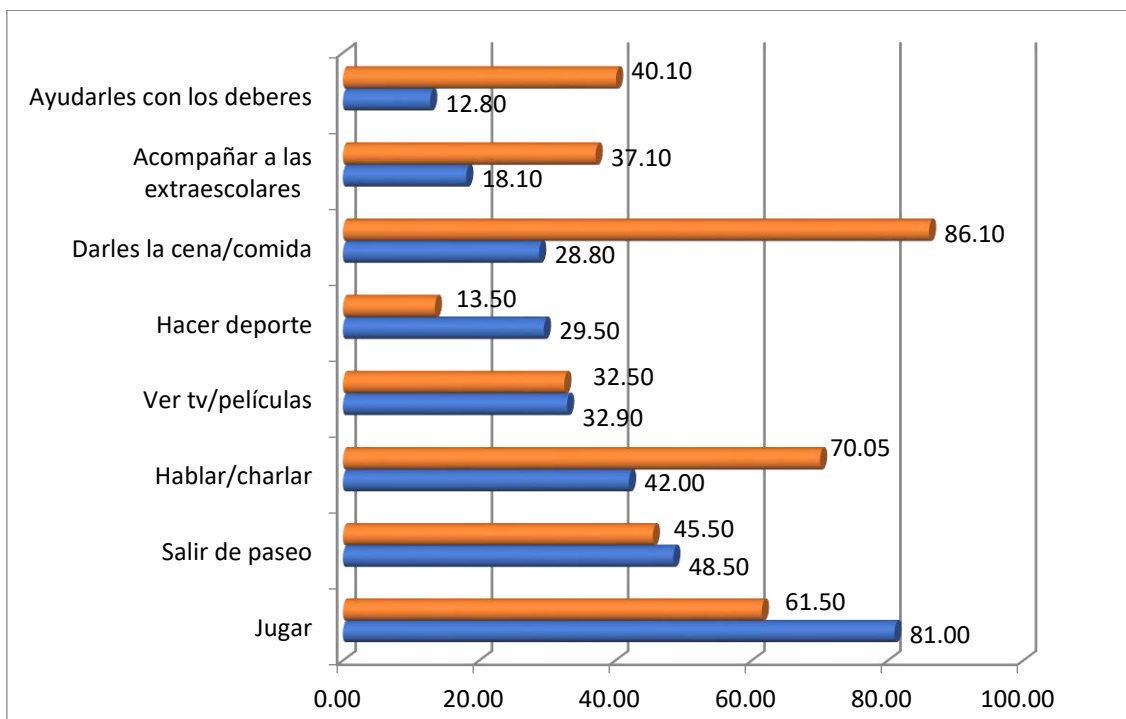


### ¿Qué tipo de actividades considera que a sus hijos les gustaría realizar con usted?



En el siguiente gráfico se puede apreciar la diferencia entre lo que dicen que hacen y lo que consideran que demandarían sus hijos.

Así pues, los padres son conscientes de que el juego es muy importante, si bien no lo practican lo suficiente.

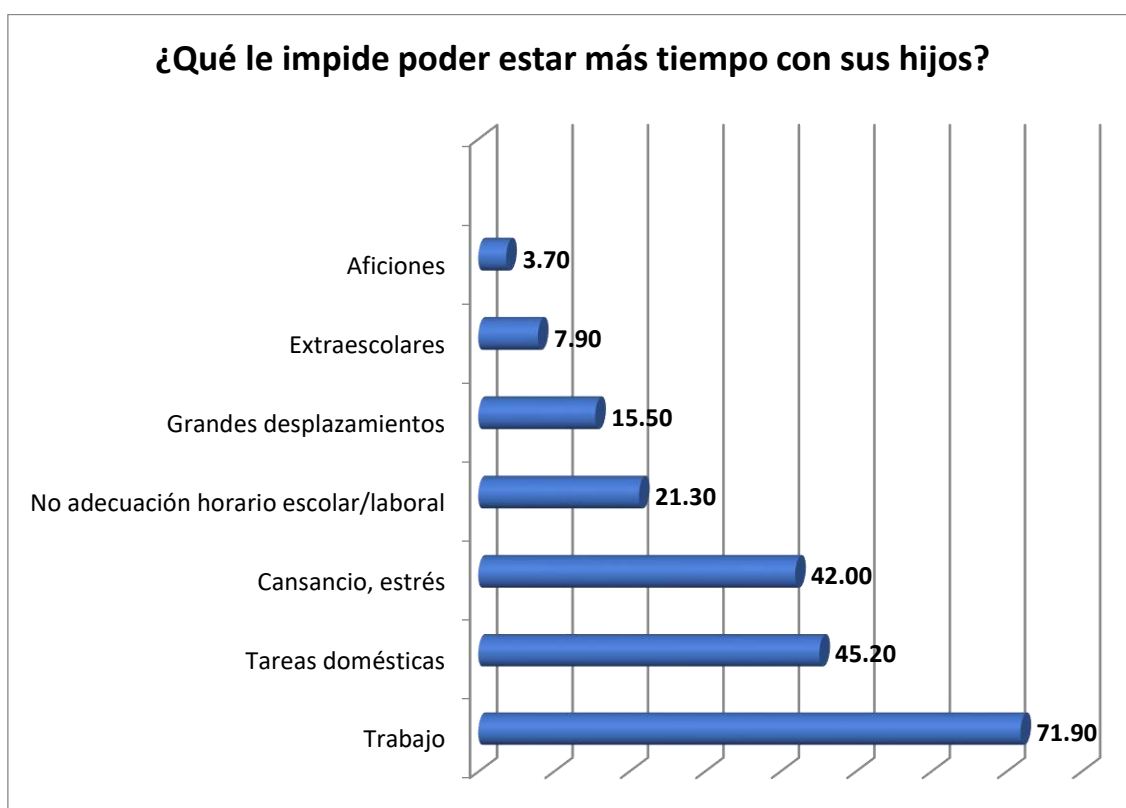




### 3.5. El trabajo, las tareas domésticas, el cansancio y el estrés son los mayores obstáculos para alcanzar la conciliación

No nos sorprende cuando al preguntarles qué es lo que les impide poder estar más tiempo con sus hijos, respondan que el trabajo. Esto es así en un 71,9% de las ocasiones. De igual forma que la segunda barrera sea, con un 45,2%, las tareas domésticas que, como cabe esperar, haya sido respondido por un 87,6% de las mujeres.

El tiempo que ocupan otras actividades no es la única barrera, también lo es el estado de ánimo, pues un 42% declara que el cansancio y el estrés les impide pasar más tiempo con sus hijos.



La imposibilidad de conciliar la vida laboral y personal y, en particular para esta encuesta, la familiar, se ve frustrada por la necesidad y voluntad de trabajar de ambos progenitores, por los horarios irracionales de entrada y salida, largos períodos para la comida, las jornadas partidas, la falta de flexibilidad, la imposibilidad de teletrabajar, la falta de adecuación de los horarios laborales a los escolares o los largos desplazamientos al lugar de trabajo, entre otras.



### **3.6. Nueve de cada diez progenitores sabe qué hacer para conseguir más tiempo que dedicar a sus hijos. Casi un tercio desconectándose de algún dispositivo smart.**

Pedimos a los padres que pensarán en qué medidas están en su mano adoptar para poder conseguir más tiempo para compartir con sus hijos, la respuesta fue muy diversa, aunque casi el 40% declaró que organizando y planificando mejor su tiempo podría lograrse.

Lo que resulta sorprendente es evidenciar que el 30,6% de los progenitores manifiestan que podrían obtener más tiempo desconectándose de la televisión, el móvil, la tableta o el ordenador.

Es también relevante comprobar que muchas de las medidas que ellos mismos pudieran adoptar, se circunscriben al ámbito laboral, Estas son:

<input checked="" type="checkbox"/> Reducir la jornada laboral	26,00%
<input checked="" type="checkbox"/> Renunciar a promocionar profesionalmente	22,50%
<input checked="" type="checkbox"/> No llevar trabajo a casa	16,00%
<input checked="" type="checkbox"/> Cambiar de trabajo	15,10%
<input checked="" type="checkbox"/> Pedir una excedencia	11,10%
<input checked="" type="checkbox"/> Teletrabajar	10,90%
<input checked="" type="checkbox"/> Trabajar por cuenta propia	4,20%

De nuevo la desigualdad de género se manifiesta, pues el 23,3% declara que "repartir de forma más equitativa las tareas con mi pareja" es una medida que les permitiría dedicar más tiempo a los menores. Evidentemente el 100% de las respuestas fueron expresadas por mujeres.



### ¿Qué medidas están en su mano adoptar para poder conseguir más tiempo para compartir con sus hijos?





### **3.7. Al Gobierno y a las empresas las personas les piden, fundamentalmente, y en el ámbito laboral, medidas de racionalización de los horarios, del tiempo y de los espacios.**

Las madres y padres coinciden en general con las demandas que desde los partidos políticos y la sociedad civil se proponen a los diferentes Gobiernos para alcanzar mayores cotas de conciliación.

Más allá de las medidas que se sugerían en el cuestionario considerar su elección, han sido muy variadas y numerosas las expresadas por iniciativa propia, todas ellas son reconocibles, la mayoría adscritas al ámbito laboral y hasta muy populares, de manera que constituyen un porfolio bastante completo.

Las hay incluso que son discutibles, como la de promover la ampliación del permiso por maternidad, pues supondría para las mujeres una posición de desventaja frente a los hombres a la hora de proponerse como candidata a un puesto de trabajo.

Como hemos referido, muchas de estas propuestas son susceptibles de ser promovidas desde el ámbito privado, en particular desde el empresarial. Medias estas de racionalización de los horarios, el tiempo y los espacios, que vienen a facilitar la oportunidad para las personas de obtener y gestionar su tiempo, promoviendo un mayor bienestar para estas y una mayor competitividad y sostenibilidad para la organización.

En el siguiente gráfico aparecen las medidas propuestas por el cuestionario para su elección. Estas son:



¿Qué medidas están en manos del Gobierno, o de las empresas, para poder conseguir más tiempo?





A continuación se relacionan las propuestas que, a iniciativa propia, se han expresado en un apartado abierto, y que hemos clasificado en los siguientes ámbitos:

**Propuestas para el ámbito laboral:**

- ☑ Orientarse hacia la progresiva reducción de la jornada laboral.
- ☑ Permisos de maternidad más largos.
- ☑ Facilidades para los autónomos.
- ☑ Control inspección de trabajo de los horarios. Penalización del exceso de horas.
- ☑ No penalizar reducciones de trabajo.
- ☑ Ayudas económicas a quien se acoja a la reducción de jornada por maternidad/paternidad.

**Propuestas para el ámbito educativo:**

- ☑ Educar desde la niñez para orientar el trabajo a resultados.
- ☑ Días no lectivos coincidentes con festivos siempre.
- ☑ Apoyo a los colegios para facilitar la conciliación.
- ☑ Promover servicios de aula matinal, guarderías y extraescolares.

**Propuestas de orden económico:**

- ☑ Reconocimiento y ventajas fiscales para las empresas que faciliten la conciliación de la vida laboral y personal.
- ☑ Ayudas a las familias con menores orientadas al cuidado.
- ☑ Apoyo al progenitor que se queda en casa al cuidado de los hijos.
- ☑ Ayudas a familias monoparentales.
- ☑ Cheques de ayuda doméstica.
- ☑ Apoyos especiales para familias con niños/as discapacitados/as.



### **Propuestas de orden social:**

- ⊗ Concienciar a la población sobre la necesidad que tienen los menores de compartir más y mejor tiempo con sus madres y padres.
- ⊗ Medidas para frenar el machismo de las empresas y la sociedad, que ve mal que los padres se ocupen de sus hijos en igual medida que las madres, lo que implica peores condiciones laborales para las mujeres.
- ⊗ Crear grupos de corresponsabilidad.
- ⊗ Fomentar la apertura, la flexibilidad mental, la tolerancia y luchar contra los estereotipos de género.
- ⊗ Concienciación para facilitar que los hombres se impliquen en el cuidado de los menores, mayores y dependientes.

### **Otras medidas:**

- ⊗ Modificar la hora de inicio y duración del prime time en televisión.
- ⊗ Homogeneizar horarios entre diferentes sectores productivos y convenios.
- ⊗ Mejorar el transporte público, de cara a mejorar tiempos y costes.
- ⊗ Racionalizar los horarios comerciales.
- ⊗ Cambio al huso horario natural de España.
- ⊗ Eliminar el cambio de horario bianual para dejar permanentemente el horario de GMT+1 (invierno).
- ⊗ Promover la creación de espacios de conciliación en cursos, congresos, reuniones, trabajos. Conciliación como estrategia transversal de bienestar y desarrollo.





### **3.8. Propuesta de medidas a emprender por las organizaciones**

#### **Propuestas que afectan a la jornada laboral:**

- ☑ Flexibilidad de entrada y salida del trabajo.
- ☑ Impulsar la jornada continua.
- ☑ Reducir el tiempo dedicado a la comida.
- ☑ Adelanto de la hora de entrada al trabajo.
- ☑ Reducción de la jornada de trabajo.
- ☑ Banco o bolsa de horas.
- ☑ Promover políticas de luces apagadas.
- ☑ No a reuniones más tarde de las 17:00 h.
- ☑ Concentración de jornadas, horas o tiempo en general.
- ☑ Ordenación de los días festivos y planificación de los tiempos de trabajo de acuerdo a las necesidades.

#### **Propuestas orientadas a la alta dirección y a los gestores de personas:**

- ☑ Estilos de liderazgos innovadores: escucha, expectativas, necesidades de las personas. Alinear objetivos de empresa con los de las personas.
- ☑ Sensibilizar a la alta dirección y mandos intermedios sobre las ventajas de promover políticas de conciliación.
- ☑ Promover la adquisición de competencias para la racionalización del tiempo: reuniones eficaces, toma de decisiones, gestión del tiempo, etc.
- ☑ Formar a los responsables de personas en competencias alineadas con los principios de igualdad, corresponsabilidad, conciliación de la vida laboral y personal.

#### **Otro orden de medidas:**

- ☑ Facilitar el teletrabajo o smartworking.
- ☑ Vacaciones acordes con el calendario escolar.
- ☑ Contratar más personas para compartir puesto de trabajo.

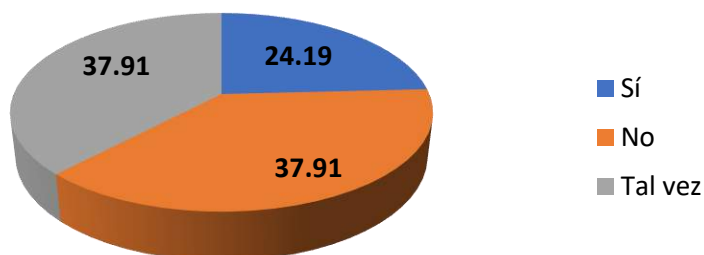


- ⊙ Desarrollar la formación en horario laboral.
- ⊙ Promover el desempeño laboral orientado a resultados, no al presentismo.
- ⊙ Reducción de la brecha salarial entre hombres y mujeres hace iguales a las personas a la hora de proponerse como candidatos a un puesto de trabajo.
- ⊙ Currículos ciegos (no aparece el sexo del candidato/a).
- ⊙ Facilidad para la elección del período vacacional para personas con menores o personas dependientes.
- ⊙ Permisos a disposición para atender necesidades de menores y personas dependientes.

### **3.9. Las madres y padres participantes son conscientes de su situación, incluso con una significativa orientación a emprender cambios en su contexto familiar.**

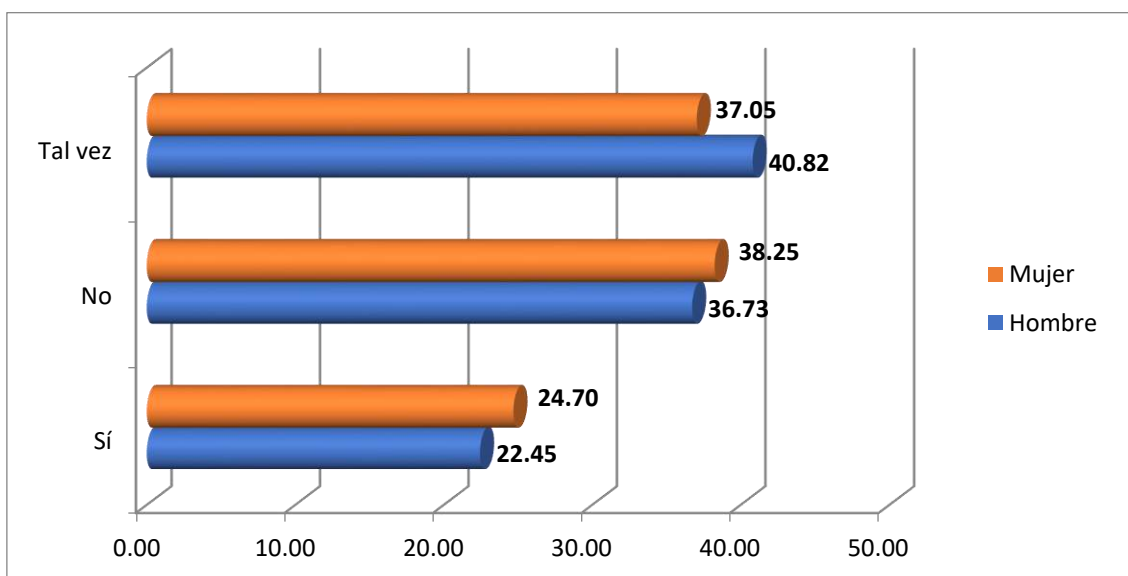
Hemos preguntado si después de haber contestado a este cuestionario, han decidido tomar alguna medida para pasar más tiempo con sus hijos. Un 24,19% ha respondido afirmativamente, y un 38% que "tal vez". Si bien la expresión de un pensamiento, de una decisión, no significa que se vaya a convertir en una acción, nos parece positivo, al menos, haber creado conciencia sobre este generalizado problema: ayudar a conocer su situación, a identificar las barreras, a expresar a dónde quisieran llegar, incluso a expresar el qué está en su mano llevar a cabo para acercarse al objetivo de dedicar más y mejor tiempo a sus hijos.

**Después de haber contestado a este cuestionario, ¿ha decidido tomar alguna medida para pasar más tiempo con sus hijos?**





Si observamos quién está más determinado al cambio, vemos nuevamente que son las mujeres quienes sensiblemente se expresan, en mayor medida que los hombres, orientadas a emprender alguna iniciativa en este sentido.



#### 4. CONCLUSIONES FINALES

Como conclusión final podemos observar que:

- ☑ Existe una necesidad consciente de dedicar más tiempo al cuidado y atención a los menores.
- ☑ El tiempo que se dedica es considerado insuficiente.
- ☑ La vivencia es alarmantemente dramática, con un alto coste emocional.
- ☑ Las mujeres son las que mayoritariamente se dedican a dichas tareas de cuidado y además durante más tiempo, siendo patente la falta de corresponsabilidad por parte de los hombres.
- ☑ Hombres y mujeres difieren en la percepción que tienen sobre su implicación en las tareas de cuidado y domésticas, siendo la de aquellos más optimista, en el sentido de que sobrevaloran su aportación y perciben que la situación de necesidad no es tan imperiosa.



- ⊙ Los progenitores saben que no dedican a jugar con sus hijos todo el tiempo que consideran necesario.
- ⊙ Las principales barreras que impiden dedicar mayor tiempo son el trabajo y las tareas domésticas.
- ⊙ El estrés y el cansancio es también un objetivo impedimento a la hora de dedicar tiempo a los menores.
- ⊙ Los progenitores tienen en su mano recursos para aumentar dicho tiempo compartido.
- ⊙ Los progenitores conocen cuáles serían las medidas que desde los diferentes ámbitos podrían implantarse para promover mayores cotas de conciliación de la vida laboral, personal y familiar.
- ⊙ Al gobierno y a las empresas las personas les piden, fundamentalmente, y en el ámbito laboral, medidas de racionalización de los horarios, del tiempo y de los espacios.

Padres y madres demandan más tiempo para dedicar mayores atenciones y cuidados a sus hijos. Esta es una de las principales conclusiones obtenidas de la encuesta *¿Cuánto tiempo compartimos con nuestros hijos?*, en el marco del programa «Carta a mis papás».