



AFAEPS
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y AMIGOS
DE PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL

GUÍA DE CORRESPONSABILIDAD

ASOCIACIÓN DE
FAMILIARES Y AMIGOS DE
PERSONAS CON
ENFERMEDAD MENTAL

JULIO 2018



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

SECRETARÍA
DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

INSTITUTO DE LA MUJER
Y PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

Realizado por:



Con la colaboración de:



Subvencionado por:



Índice

1.	INTRODUCCIÓN.....	2
2.	DEFINICIONES.....	3
3.	BENEFICIOS DE LA CORRESPONSABILIDAD	5
4.	¿CÓMO CONSEGUIR CORRESPONSABILIDAD?	6
5.	CORRESPONSABILIDAD EN LA ENTIDAD.....	7
6.	¿EN QUÉ GRADO ERES O NO RESPONSABLE?.....	8

1. INTRODUCCIÓN

La organización familiar es hoy inequívocamente distinta de la considerada tradicionalmente. Sus integrantes son variados, diversos, plurales y sus ocupaciones, aspiraciones y espacios también. Pero mantienen en común el seguir siendo el lugar en el que esperamos que se ejerza el cuidado y el afecto de sus componentes.

Así pues hoy en día, las mujeres se han preparado y desarrollado en el espacio público junto a los hombres, pero la edad de nuestra población es cada vez mayor y consecuentemente también su grado de dependencia y de necesidad de atención, la baja natalidad condicionada por la dificultad para conciliar y responder a sus necesidades se convierte en un problema económico y social que preocupa a todos los gobiernos, a lo que se añade el descenso de las coberturas sociales implantadas por los momentos de crisis.

Ante estas novedades, la experiencia y los datos nos muestran que las tareas y responsabilidades del hogar y la familia siguen siendo asumidas mayoritariamente por las mujeres.

Estas circunstancias retienen a la mujer en el tradicional papel de agente cuidador, que debe doblar su jornada y convertirse en “malabarista de los tiempos”, reforzando una barrera para ella, en el mercado laboral.

Esta guía, es un material didáctico que tiene la finalidad de concienciar sobre la necesidad y el beneficio general que supone aplicar la corresponsabilidad en el ámbito familiar.

El reparto de tareas y la corresponsabilidad en el espacio doméstico y en el profesional son las estrategias fundamentales para equilibrar la participación de hombres y mujeres en la esfera de lo privado y lo público.

2. DEFINICIONES

Ante todo, hay que saber distinguir entre conciliación laboral y corresponsabilidad siendo conceptos distintos, pero a la vez similares.

Conciliación laboral

La conciliación personal, familiar y laboral se puede definir como *“la participación equilibrada entre mujeres y hombres en la vida familiar y en el mercado de trabajo, conseguida a través de la reestructuración y reorganización de los sistemas, laboral, educativo y de recursos sociales, con el fin de introducir la igualdad de oportunidades en el empleo, la posibilidad de variar los roles y cambiar los estereotipos tradicionales”*.

Un derecho de la ciudadanía y una condición fundamental para garantizar la igualdad entre mujeres y hombres.

La conciliación personal, familiar y laboral facilita que cualquier persona trabajadora pueda mantener al mismo tiempo una carrera profesional plena y a la vez ejercer su derecho al cuidado de su familia, el desarrollo de su personalidad, su formación o el disfrute de su ocio y tiempo libre.

Corresponsabilidad

La corresponsabilidad es el reparto equilibrado de las tareas domésticas y de las



responsabilidades familiares, tales como su organización, el cuidado, la educación y el afecto de personas dependientes dentro del hogar, con el fin de distribuir de manera justa los tiempos de vida de mujeres y hombres.

Doble jornada

Imposición social de cumplir con las responsabilidades domésticas y familiares.

La falta de reparto del trabajo doméstico supone para las mujeres que desarrollan trabajos remunerados fuera del hogar el gran problema de este concepto.

La sociedad va evolucionando y, en la actualidad, los viejos esquemas de reparto de las responsabilidades familiares ya no son válidos ¿Por qué? Porque las mujeres también quieren dedicarse a otro tipo de actividades como ampliar su formación, divertirse, trabajar fuera de casa, etc. Y porque los hombres también quieren participar más en el cuidado y la educación de sus hijas e hijos.



Ser un hombre no supone la obligación o exclusión de ningún tipo de actividad. En el ámbito doméstico hay tareas agradables y otras menos atractivas pero que son necesarias para conseguir una mayor comodidad e independencia personal. A repartir y compartir las responsabilidades familiares se le llama **corresponsabilidad familiar**.

Responsabilizarse de una tarea significa tener la obligación última de su realización, es decir, hacerse cargo de que se cumpla una determinada cosa.

Sin embargo, **ayudar**, supone estar libre de esa responsabilidad final, es prestar cooperación, pero no encargarse de su cumplimiento.



Por eso las mujeres no necesitan ayuda, sino compartir la responsabilidad para democratizar el espacio doméstico. Aunque los hombres están incorporándose lentamente a las tareas de mantenimiento del hogar, el cuidado de hijas/os y mayores, lo hacen desde una actitud subsidiaria, de ayuda a las tareas de la casa. Pero la conciliación para ser efectiva precisa de una plena participación de los varones.

3. BENEFICIOS DE LA CORRESPONSABILIDAD

Ámbito personal

- Incremento de la calidad de vida
- Disminución del estrés personal
- Más tiempo para compartir con su pareja
- Mejora de la complicidad con su pareja
 - Disfrute de sus hijos/as
- Podrá ser un buen ejemplo para sus hijos/as
- Aprende nuevas competencias y habilidades
- Mejora de la autoconfianza, autoestima y equilibrio emocional

Ámbito laboral

- Aumento de la productividad.
- Retención y captación del talento.
- Reducción del absentismo laboral.
- Mejora del ambiente de trabajo.
- Aumento de la implicación de la plantilla.
- Reducción de la rotación de los trabajos y los costes de reincorporación.

4. ¿CÓMO CONSEGUIR CORRESPONSABILIDAD?

Es necesaria una negociación entre la pareja, en el caso de que exista, para llegar al acuerdo de quién va a hacerse cargo de las diferentes responsabilidades. Si no hay pareja, con el resto de la familia.

Siempre teniendo claro que es la persona o personas adultas quienes establecen los criterios fundamentales y finalmente los transmiten al resto de la unidad familiar.

IMPORTANTE: El reparto de las tareas se debe hacer de forma equitativa y justa teniendo en cuenta:

- Edad: no tienen las mismas responsabilidades las personas adultas que las menores o alguien de 14 años que alguien de 7 años.
- Las actividades que nos gustan más o damos preferencia y las que no nos gustan directamente, así como las capacidades para realizarlas: Por ejemplo, “a mí me encanta cocinar, pero odio la plancha, y tú prefieres planchar, yo me encargo de la comida y tú de la ropa”.

Otro ejemplo, si a nadie le gusta planchar, pues “una semana tú y otra yo”.

- Las responsabilidades laborales de cada cual, si una persona trabaja 8 horas diarias en jornada partida, difícilmente podrá dedicarse a los trabajos domésticos en la misma medida que su pareja que, por ejemplo, trabaja 4 horas, a media jornada. Lo idóneo es que cada persona colabore de manera proporcional al tiempo que disponga y siempre sin renunciar al tiempo personal de cada una de ellas.
- Enseñar a hacer algo a la otra persona por su mayor práctica o experiencia, de esta manera se contribuye a transmitir la idea de que ciertas actitudes y valores tradicionalmente considerados como masculinos y femeninos pueden ser aceptados y asumidos indistintamente, evitando que se produzcan estereotipos sexistas en las actividades domésticas.



HOMBRE: colgar cuadros, lavar el coche o llevarlo al taller, etc.

MUJER: hacer la colada, planchar, cocinar, etc.

Intercambiar estos trabajos es una forma de valorar lo que la otra persona realiza.

ERRORES FRECUENTES: Tanto a mujeres como a hombres les cuesta renunciar o cambiar, en determinadas ocasiones, a lo que han venido realizando de forma tradicional por creer que tiene que ver con su propia identidad y con el papel que les ha otorgado la sociedad.

5. CORRESPONSABILIDAD EN LA ENTIDAD

El 60% del empresariado cree que la conciliación de la vida familiar y laboral es un “problema de ámbito privado” y un 40% considera que es un conflicto generado por las propias mujeres”

Corresponsabilidad en el entorno laboral es responsabilizar al empresariado para cuidar los intereses personales de su plantilla y es responsabilizar a la plantilla de las necesidades de la entidad.

Es estudiar mejor la forma de repartir la organización del tiempo y del trabajo. Por tanto, la corresponsabilidad en las empresas es:

- Comunicación y negociación para buscar soluciones entre las personas trabajadoras y la empresa.
- Flexibilidad como mecanismo para cubrir las expectativas de la plantilla y de la empresa.

¿Y la entidad, qué gana a cambio?

- Reducción del absentismo presencial y emocional de la plantilla, pues los problemas personales y familiares pueden ser atendidos.
- Disminución de la rotación laboral, que se transforma en una reducción de costes de reclutamiento, selección, integración, formación, etc.

- Mejora del clima laboral, pues la plantilla se encuentra a gusto en su puesto y con las condiciones proporcionadas.
- Retención del talento, pues la conciliación es un valor añadido. La plantilla se plantea en menor medida abandonar su puesto.
- Aumento de la productividad. A mayor bienestar, mayor compromiso y mayor rendimiento.

6. ¿EN QUÉ GRADO ERES O NO RESPONSABLE?

Consigue una reflexión sobre tus actitudes, a través del test expuesto a continuación, extraído del Proyecto Co-responde AHIGE

Principalmente, el test está destinado a personas que viven en pareja y con hijos. En el caso de no tener pareja o hijos o ambos, el ejercicio puede ser realizado también, la diferencia es que los resultados valdrán para poder imaginar en qué grado será corresponsable, si tuviese pareja o hijos o ambos en un futuro.

1. Hacer la compra	6. Cocinar
Solo mi pareja	Solo mi pareja
Más mi pareja	Más mi pareja
Ambos por igual	Ambos por igual
Más yo	Más yo
Sólo yo	Sólo yo
2. Limpiar la casa	7. Ocuparse de los familiares dependientes
Solo mi pareja	Solo mi pareja
Más mi pareja	Más mi pareja
Ambos por igual	Ambos por igual
Más yo	Más yo
Sólo yo	Sólo yo
3. Lavar y tender la ropa	8. Llevar la organización de la casa
Solo mi pareja	Solo mi pareja
Más mi pareja	Más mi pareja
Ambos por igual	Ambos por igual
Más yo	Más yo

Sólo yo	Sólo yo
4. Organizar eventos de los hijos/as	9. Ir al médico y a por medicinas
Solo mi pareja	Solo mi pareja
Más mi pareja	Más mi pareja
Ambos por igual	Ambos por igual
Más yo	Más yo
Sólo yo	Sólo yo
5. Planchar	10. Acudir a las actividades escolares
Solo mi pareja	Solo mi pareja
Más mi pareja	Más mi pareja
Ambos por igual	Ambos por igual
Más yo	Más yo
Sólo yo	Sólo yo

¿Cómo calcular el resultado?

Nº de “solo mi pareja” = _____ x 10 = _____ %

Nº de “más mi pareja” = _____ x 10 = _____ %

Nº de “ambos igual” = _____ x 10 = _____ %

Nº de “más yo” = _____ x 10 = _____ %

Nº de “sólo yo” = _____ x 10 = _____ %

La comparación entre las diversas opciones te dará algunas pistas sobre en qué grado estás ejerciendo una conciliación corresponsable.

Si el porcentaje de “ambos igual” es igual o superior a un 50%, ESTÁS EN EL BUEN CAMINO DE LA CORRESPONSABILIDAD.