

# Pulsando la realidad, conciliación

Acaba de pasar la Semana Santa, periodo de vacaciones. Después de dos años de pandemia, parece que este es el año en que volverá la “normalidad”. Se eliminan restricciones, se habla de dejar las mascarillas, en fin, de dejar atrás una época complicada en la que todo ha sido difícil.



Pero desde siempre, los periodos de vacaciones pueden ser complicados si estos no se ajustan entre todos los miembros de la familia, ya que existe un problema, la conciliación. Si además somos familias monoparentales ese problema se acrecienta pues esa conciliación recae, exclusivamente, en una única persona que en más de un 80% de los casos es una mujer.

Si tenemos en cuenta que las mujeres contamos con peores condiciones de acceso al trabajo y cuando lo conseguimos suele más precario, temporal, estacional, con jornadas más reducidas (para poder conciliar nuestra vida familiar y laboral), lo que se traduce en más inseguridad laboral y menores sueldos, lo que se vuelve a traducir en menos opciones para que las vacaciones escolares sean un periodo de disfrute con nuestros hijos e hijas y se conviertan en un encaje de bolillos muy difícil de realizar, ya que muchas de estas mujeres trabajan en el sector servicios y, en estos periodos, es cuando ellas no pueden disponer de días libres pues es cuando más trabajo hay. Todo esto hace imprescindible que la conciliación sea posible para que nuestras familias puedan alejarse de los estereotipos eternos de pobreza y exclusión social.

Las vacaciones escolares son mucho más amplias, como es normal, que las vacaciones de las que disponen las personas adultas y, por ello, nos encontramos soportándolas o disfrutándolas. Las soportamos cuando compaginarlas con nuestra jornada laboral es de complicado a imposible en muchos casos y las disfrutamos cuando tenemos la suerte de poder pasar un tiempo de calidad con nuestras hijas e hijos.

En fechas como estas algunas Instituciones Públicas, ONG y algunas empresas privadas (estas con coste) ofertan distintos talleres, ludotecas, campamentos..., con la intención de facilitar de alguna manera la conciliación a la que hacíamos referencia. Pero cabe preguntarse si esto es efectivo, si hay plazas suficientes en estas actividades y si los horarios son compatibles con las responsabilidades laborales y, de esta manera, sean un recurso adecuado para garantizar que trabajo y familia sean compatibles. El Ministerio de Igualdad (2010,p.4) define la conciliación como “una estrategia que facilita la consecución de la igualdad efectiva de mujeres y hombres.

Se dirige a conseguir una nueva organización del sistema social y económico donde mujeres y hombres puedan hacer compatibles las diferentes facetas de su vida: el empleo, la familia, el ocio y el tiempo personal”.

El ocio aporta el contexto necesario en el que las personas pueden aprender, interactuar, expresar su individualidad y auto realizarse (KELLY, J.R:2” Political dimensions of leisure” Revista WLRA, Ontario, 1988,pp.7-10). Es necesario para mantener nuestra salud y las actividades que podemos realizar, sin ninguna duda, generan grandes beneficios: el deporte aumenta nuestra forma física y genera endorfinas, las reuniones con otras personas fomentan nuestras habilidades sociales y aumentan la autoestima, los trabajos manuales nos ayudan a desarrollar nuestra destreza y las actividades artísticas desarrollan nuestra creatividad. Todo esto contribuye, significativamente, en nuestra salud y en la calidad de nuestras vidas. En general y según diversos estudios el ocio se asocia con una buena salud: es menor el riesgo de desarrollar problemas psicológicos, mejora la calidad del sueño, disminuye el estrés, mejora el desarrollo social de las personas, fomenta el rendimiento escolar, aumenta el sistema inmunológico, mejora nuestra autoestima, nos ayuda a conocernos mejor, aprendemos a gestionar nuestro tiempo libre. Es decir, disfrutar del ocio y del tiempo libre es un factor imprescindible para mejorar nuestra salud y aumentar nuestra calidad de vida.

Además, es imprescindible, que podamos disfrutar de ese ocio (que no confundir con descanso), con nuestras hijas e hijos para que podamos compartir como familia un tiempo de calidad sin el estrés de compaginar las jornadas laborales y escolares, de un tiempo que nos pertenezca para disfrutarlo y no para intentar duplicarlo para poder hacer posible lo que es tremendamente difícil. La correcta gestión del tiempo es muy complicada cuando las actividades se multiplican y el tiempo de que disponemos no.

Por todo esto, es imprescindible que la conciliación esté, realmente, en la agenda política, que sea algo real, no una utopía, que las familias no tengan un problema donde no debería haberlo y que el tiempo sea eso que somos capaces de disfrutar y no un motivo de agobio.

¿Conciliación? De momento, una asignatura pendiente.

**Descargar el artículo completo en versión PDF**

Artículo original: Pulsando la realidad, conciliación [Pulsando la realidad, conciliación](#)

Secciones: [FFM Isadora Duncan](#)

