

CAPÍTULO II.

JÓVENES Y LA INTERVENCIÓN EN AUTOGESTIÓN DEL TIEMPO DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO

MARÍA JOSÉ DÍAZ SANTIAGO¹, JESÚS M. PÉREZ VIEJO² Y
AIDA LÓPEZ SERRANO³

*Universidad Complutense de Madrid¹, Universidad Nacional de Educación a Distancia²,
Universidad Internacional de La Rioja iTED³*

DOI: 10.14679/3058

RESUMEN

El tiempo en las sociedades capitalistas toma una dimensión lineal que no es vivido por todas las personas igual y menos cuando lo vemos desde la perspectiva de género. La edad, la clase social, así como otras variables discriminantes, interseccionan con el género y eclosionan mostrando tiempos disidentes. La desigualdad de género es un reparto no equitativo de los tiempos entre mujeres y hombres, como recoge la Ley Orgánica 3/2007 de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, por lo que plantea su intervención en su Capítulo I, artículo 22 sobre *Acciones de planificación equitativa de los tiempos*. Tener una sociedad justa y democrática requiere revisar el sentido de la distribución tradicional de los tiempos y las responsabilidades atribuidas a ello desde edades tempranas. Desde esa mirada, la juventud es agente en la consecución de una sociedad más igualitaria, equitativa e inclusiva, comenzando por su corresponsabilidad y, por tanto, el aprendizaje de la autogestión de sus tiempos desde una perspectiva de género. Este capítulo pretende dotar a jóvenes y profesionales de una herramienta de intervención práctica de autogestión de los tiempos con una mirada de género es fundamental para facilitar un tránsito a la vida adulta más acomodada a esos sentires y generar vidas más equilibradas en tiempos complejos.

1. INTRODUCCIÓN

El psicólogo Viktor Frankl en su mítico libro “El hombre en busca de sentido” ([1946]1979), donde relata su experiencia en los campos de concentración nazi desde el punto de vista vivencial y psicológico, trae el término “existencia provisional cuya duración se desconoce” para darnos cuenta del mal de la incertidumbre, el no saber cuánto tiempo durará algo, lo incierto, lo ilimitado. Para Frankl, las personas no pueden ver el fin de algo sino tienen una meta y, entre los ejemplos que señala, pone el del obrero parado que vive una existencia provisional y no puede vivir en el futuro porque sufre una deformación del tiempo (tiempo íntimo o de experiencia) debido a

su condición de parado. Esa incertidumbre, también, es característica de los tiempos actuales desde la década de los ochenta y vivenciada por la juventud. La distribución geográfica, el sentir capitalista, así como subjetividades productivas son propias de la posmodernidad, de sociedades neoliberales, bajo un capitalismo desorganizado, flexible (Sennet, 2000), en tiempos sin certezas, de modernidad líquida (Bauman, 2015), tiempos miniaturizados (Baudrillard, 1985) donde la juventud, dentro de la lógica de la reproducción de la fuerza de trabajo, ahora como sujeto emprendedor, vive en tiempos divergentes entre la centralidad del trabajo y el consumo, la flexibilidad y la autorregulación.

De ahí, que investigaciones como la de Aguinaga y Comas (1997) muestren como ya desde la década de los ochenta la juventud, en términos vivenciales, no vea el trabajo como algo central debido al alargamiento de los tiempos de formación en las sociedades occidentales. La falta de metas futuras en certidumbre hace que las personas miren al pasado, perdiendo el dominio de la vida, su sentido, la intencionalidad de esta y su finalidad. Inculcar un por qué, una meta a las personas, sobre todo a las personas jóvenes, que están en un momento tan complejo de sus vidas, con tanta inseguridad, falta de certezas y de confianza, en un sistema que expolia su tiempo de reproducción (como tiempo personal, de descanso, de ocio y cuidado) necesitan de la introducción de una vida con sentido y significados que aún generacionales difieren de una persona a otra.

En definitiva, el capítulo pretende ser una guía, una herramienta, que favorezca la reflexión sobre el tiempo y sus usos desde la perspectiva de género en las sociedades actuales a las personas jóvenes, así como al profesional en su trabajo de intervención sobre la autogestión de los tiempos con los y las jóvenes. Una mirada de género desde la etariedad y las peculiaridades sexogenéricas de la juventud que mejore sus condiciones de vida y trabajo desde la igualdad, equidad y la inclusión. Tradición, horarios, calendarios y agendas organizan la vida y los ritmos visibilizando las diferencias de género. Existe una construcción social del tiempo que es la que interpela a las personas, que cambia con la edad, una temporalidad común contextualizada en el modo de producción capitalista actual donde el sistema lo que quiere es tiempo. Un tiempo que difiere del ámbito decolonial. De ahí que nos centremos en la juventud europea del área urbana a través del reconocimiento de una temporalidad común que, si bien puede existir en otros y otras jóvenes no europeas y/o no urbanas, debe distinguirse para visibilizar los tiempos divergentes de los tiempos impuestos.

2. JÓVENES Y TIEMPO

Cuando se habla de jóvenes, lo primero que debemos de tener en cuenta es que todas las personas jóvenes no son iguales. A pesar de su categorización, no pueden ser consideradas como un colectivo debido a su heterogeneidad y se requiere de un contexto situado, un espacio/tiempo biológico y cronológico para su problematización en el análisis de la gestión y usos del tiempo.

Hábitos sociales y comportamientos diferentes de un recurso limitado donde los y las jóvenes tienen una percepción y un uso desigual de los tiempos. Para Amparo Lasen (2000), la juventud europea urbanita tiene temporalidades comunes vividas que no se basa en el tiempo cronológico lineal de las sociedades modernas, sino que están al margen, demarcadas de la biología produciéndose, lo que llama la autora, tiempos *ordinarios* y *extraordinarios* que coexisten. Priman la calidad sobre el control o lo cuantitativo de la productividad, es decir, intentan no dar la capacidad reguladora del tiempo de trabajo al resto de tiempos sociales a los que circunscriben dentro de tiempos de calidad.

No obstante, las personas jóvenes en su transición a la vida adulta tienen estilos de vida e identidades cada vez más individualizadas y plurales (Arnett, 2004), pero, al mismo tiempo, ello coexiste con un retraso en ese proceso de transición en los y las jóvenes europeas, que es mayor en España debido sobre todo a la precariedad de los itinerarios laborales, cada vez más cambiantes, discursivos y plurisignificados por la clase social, el género, la procedencia, así como otros discriminantes interseccionados que definen sus oportunidades y estilos de vida. Esas características socioeconómicas y culturales que viven las personas jóvenes son las que les diferencian y les hacen transitar de formas diferentes según su situación (Sepúlveda, 2013; Aguirre, et. al, 2019). En España, la edad de emancipación es muy alta, en torno a los 29 años, tres años más que en Europa, respondiendo a diferentes factores complejos característicos del modelo de bienestar y familiar del sur de Europa (Aguirre, et al. 2019). Relacionados con los roles tradicionales otorgados a los y las jóvenes en relación a la familia y su transición exitosa formativo-laboral que es desigual que relaciona el cuidado con las mujeres y la producción con el hombre.

To esto conlleva estilos de vida e identidades plurales que los lleva a relacionarse, pensar y actuar de forma diferente en su construcción como personas adultas y que se ha maximizado debido al uso y socialización dada a través de internet y las nuevas tecnologías en relación con los tiempos y su disponibilidad (vivir al día, el descanso, el ocio y tiempo libre, etc.). Tiempos sociales, de ocio y tiempo libre, que se relacionan con la calidad de vida (Rodríguez Bravo, et al. 2018), la autonomía (Nuere, et al. 2015) y el descanso. Tiempos aspiracionales que marca a la juventud según su clase social de procedencia y que, al mismo tiempo, atrapa dentro de la lógica de la división sexual del trabajo donde los tiempos de producción y reproducción se diseñan en torno a la clase de procedencia, pero sobre todo alrededor del empleo y sus posibilidades de acceso. El ocio como espacio y tiempo de socialización, tiempo de no trabajo o trabajo de otros y, por lo tanto, identitario y de consumo, es un tiempo sobre todo entre los y las iguales. Un tiempo de desarrollo, autorrealización y satisfacción personal que es desigual en la juventud según sus características socioeconómicas.

Los estudios, el ocio y el deporte difieren según la clase social, pero también según el género, en su tipología y la lógica que tiene respecto a sus iguales. El tiempo libre es un tiempo entre los y las iguales, pero sobre todo es un tiempo de consumo, un fenómeno comercial y cultural en la actualidad, donde operan múltiples y diversas relaciones sociales. Ante esa aparente dualización de los tiempos marcados por la

semana laboral y el fin de semana, que se relaciona en su mayor parte con el tiempo ocupado (rutina cotidiana, trabajo, estudios...) y el tiempo libre, al que Rodríguez San Julián et al. (2002) añadió un “tercer tiempo”, específico, de actividades pseudo-lúdicas pero caracterizadas fundamentalmente por su perfil de obligación social más que de ocio como puede ser el deporte, el voluntariado y el ocio nocturno donde se mueven relaciones sociales personales, pero también profesionales.

En definitiva, se podría decir que el tiempo de los y las jóvenes son tiempos presentados como disidentes del modo de producción capitalista. Escapar de la lógica del sistema, sin embargo, entra dentro de la misma lógica del sistema neocapitalista de producción y reproducción donde jóvenes cada vez más formados, y por lógica durante más tiempo¹, forman parte de la fuerza de trabajo a disposición que necesita el sistema a todos los niveles de producción que, además, son atrapados en una sociedad de consumo que les hace experimentar su tiempo a través de momentos como si fuera el único estimulador ante la incertidumbre de un tiempo sin futuro, pero donde se sigue experimentando un tiempo dividido por el género que es legitimado por el sistema económico actual. Es por ello, que en el próximo apartado, nos centremos en ello con el objeto de entender la incertidumbre actual en la juventud.

3. LA DIVISIÓN SEXUAL DEL TIEMPO JUVENIL

Desde la perspectiva de género se constata que, añadidas a las diferencias y similitudes en el uso del tiempo en la juventud, también se encuentran diferencias sexogenérica que trasciende a la etariedad. Las encuestas de usos del tiempo muestran la gran diferencia que existe entre hombres y mujeres, también entre los y las jóvenes sobre la distribución de los tiempos como mostró la Encuesta de Empleos del Tiempo (ETT) 2002-2003 del Instituto Nacional de Estadística entre los menores de 25 años²: no sólo ellas hacen más tareas domésticas y de cuidados, sino que, además, son ellas las que hacen aquellas que requieren más tiempo³.

Distribución de tiempos diferenciales que es, también, percibida. Con todo, la percepción de los tiempos es diferente para hombres y para mujeres, diferencia que,

¹ El proyecto *Factories of Time. The new logistic reason, work's waiting, and the delivery subject in neoliberal capitalism* Coordinado por Pablo López Calle, Universidad Complutense de Madrid, José Ángel Calderón, Universidad de Lille, Francia y Andrés Pedreño, Universidad de Murcia en el que participa el Grupo de Investigación UCM Charles Babbage en Ciencias Sociales del Trabajo, trae el concepto de Fábricas de Tiempo, una hipótesis de trabajo, que reflexiona sobre la racionalización de los tiempos de reproducción y la aparición de nueva actividades, dispositivos y trabajadores/as dedicados a producir o liberar tiempo.

² La ETT tiene un avance de datos en 2008-2009 y, actualmente, no existe una réplica posterior. Según Time Use Initiative el trabajo de campo para la próxima ETT comenzará en 2024 (Véase, <https://timeuse.barcelona/es/encuestas-uso-tiempo-espana/>). Las actividades de la ETT del INE se codifican según una lista armonizada de Eurostat.

³ Las jóvenes puntúan más en los ítems de cuidados personales, hogar y familia, mientras en los ítems que tienen que ver con el ámbito público como el trabajo, la vida social, el deporte, etc. puntúan más los jóvenes chicos. Véase ETT 2002-2003.

también, se encuentran entre los y las jóvenes. Rodríguez San Julián et al. (2002) avanzaba, ya hace dos décadas, que la percepción de las mujeres jóvenes era que los hombres jóvenes tenían más tiempo libre que ellas y que lo disfrutaban más. Esto es debido, sobre todo, a que el tiempo de las mujeres es el tiempo de las diferencias de trabajo (Larrañaga, 2009), de la disponibilidad, la desigualdad y discontinuidad que continua a partir de la *revolución silenciosa* de las mujeres en el mercado de trabajo (Méda, 2002), y que sigue siendo visible en las jóvenes, incluso antes de comenzar en su primer empleo. El tiempo de las mujeres es el tiempo de las combinaciones imposibles, de las falsas soluciones de clase media y de carga, uso y distribución desigual del trabajo (Amoroso, et. al 2003, Aguirre, et. al 2005). Experiencias femeninas que, sin embargo, dan agencia a las jóvenes mujeres que se centran en la sostenibilidad de la vida por encima de una economía del mercado que no reconoce los tiempos de trabajo de reproducción (de lo doméstico, del cuidado...) que han estado asignado a las mujeres. El reparto de tareas domésticas en el año 2021, como se vislumbraba en la ETT 2002-2003 y sucesivas, sigue mostrando una desigualdad de género, percibida en mayor medida por las mujeres, según el Barómetro de Juventud y género (FAD, 2021) un 30,5% de las mujeres que viven en pareja declaran hacer ellas las tareas domésticas, frente a únicamente el 14,4% de los hombres jóvenes.

Siguiendo a Cristina Carrasco, esas diferencias en el valor de los trabajos tienen que ver con “una cultura patriarcal que ha ocultado las actividades desarrolladas por las mujeres; valorando sólo la actividad socialmente asignada a los hombres: el trabajo de mercado. El resultado ha sido la identificación de trabajo con empleo” (2009: 45) minusvalorando cualquier tipo de trabajo realizado por las mujeres, sobre todo aquel realizado fuera del ámbito productivo a cualquier edad.

Entender esa confusión entre trabajo y empleo y resignificar, valorar, el trabajo reproductivo es necesario para llegar a la corresponsabilidad y una mejor autogestión de los tiempos de trabajo. Eliminar la “doble presencia” en las mujeres (Torns, et al. 2011), que también toca a las jóvenes mujeres. La gestión y/o reparto del tiempo en los diferentes tipos de trabajos (productivo/reproductivo) permite entender las diferencias asignadas entre lo femenino y lo masculino, las relaciones personales y familiares, el reparto de las tareas dentro del ámbito doméstico, la conciliación y corresponsabilidad, el posicionamiento ante las desigualdades, el feminismo o las violencias que permiten analizar las identidades y estereotipos asociados al género entre adolescentes (Rodríguez, E, et al. 2021).

La división sexual se vislumbra en el espacio-tiempo. Las mujeres acceden a la universidad más preparadas, con mejores resultados y terminan sus estudios en menor tiempo que los hombres (inserción..., 2018; Itinerarios..., 2019). Sin embargo, ellas han estado más tiempo con contratos temporales y la remuneración por su tiempo de trabajo es menor que la de ellos. La tensión de los tiempos de reproducción con los tiempos de producción es mayor en las mujeres, pues ser madre o la posibilidad de serlo choca con la estabilidad laboral, el desarrollo y promoción laboral, la conciliación de la vida personal, familiar y laboral, etc. Tensión que no sólo se ve en las jóvenes universitarias sino en todas las mujeres, como las mujeres con diversidad funcional

(Azkona et al, 2019), sobre todo, en su periodo de reproducción biológica aumentando la brecha en los usos del tiempo y trabajo.

En ese sentido, los tiempos de las jóvenes mujeres tienen una carga y herencia muy similar en los usos y trabajo de otras mujeres con las que comparten su función dentro de la reproducción social de las sociedades actuales y, por tanto, el lado de la división social y sexual del trabajo. Las jóvenes, fruto de su tiempo, al igual que sus compañeros, viven en la incertidumbre ante el empleo, pero con la certidumbre de la sombra del trabajo reproductivo; buscan un tiempo vivido al margen del tiempo lineal, ese tiempo extraordinario que decía Amparo Lasen (2000) de los tiempos no ocupados. Los tiempos de las mujeres son impropios, en términos de reproducción social, sobre todo cuando interseccionan con la clase social y con la edad haciéndolas más vulnerables con cuanto más discriminantes (raza, etnia, discapacidad...) se imbrica. La conciliación de la vida personal, familiar y laboral es un constructo que se vuelve inverosímil cuando se habla de las jóvenes, también pagan la falta de conciliación empresarial de las madres y la poca corresponsabilidad de las familias, la empresa y la sociedad en general. Es por ello, que sea necesario trabajar la gestión del tiempo desde la corresponsabilidad visibilizando las diferencias y eliminando las discriminaciones dadas por los sesgos de género.

4. CLAVES PARA LA GESTIÓN DEL TIEMPO EN LAS PERSONAS JÓVENES DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Sí las personas jóvenes viven tiempos comunes diferentes a caballo de las fronteras del trabajo ocupado y de ocio, pero, al mismo tiempo, la juventud, aunque tienen una construcción social de temporalidades comunes, tienen usos y expectativas del tiempo diferentes, gestionar el tiempo de las personas jóvenes se plantea como una contradicción, un tropo del lenguaje, difícil de resolver. Por ello, era necesario visibilizar esas contradicciones que intentan invisibilizar la incertidumbre en la juventud y que da el modo de producción actual, en su relación específica entre el trabajo y el consumo, el consumo del ocio, el descanso, lo productivo y lo reproductivo

Gestionar es ocuparse y organizar un tiempo que, a priori, se presenta de forma divergente en las personas jóvenes y promete ser aterrador. Hacer una lista, dividir las tareas, determinar los tiempos, conocerlos, junto a otras estrategias como averiguar en qué pierdes el tiempo, priorizar entre lo urgente y lo importante, planificar, crear rutinas o no posponer tareas son ideas o consejos que son solícitos a las guías de internet, pero poco prácticos a no ser que se tenga claro el para qué y el porqué de la gestión del tiempo para “mi vida” en tiempos complejos, en tiempos de incertidumbre.

Ser jóvenes es estar en una etapa de desarrollo de la independencia y preparación para la vida adulta, es decir, para las responsabilidades, autonomía y el reconocimiento de las necesidades del otro. Una etapa de aprendizaje de vida y del otro llena de contradicciones donde sus experiencias individuales son reflejo de las determinaciones sociales que marca un modo productivo determinado. Reflexionar críticamente,

desde la perspectiva de género, en un contexto situado, puede ser un buen comienzo para gestionar el tiempo y las actividades que realizamos a lo largo de día, las semanas o los meses en pro de la sostenibilidad de la vida por encima de la economía de los mercados. Es en ese sentido, que se ha planteado este apartado, en el reconocimiento de las limitaciones de tiempo y la necesidad de mejora de las condiciones de vida de la juventud. De ahí, la necesidad de reflexión y la creación de una guía sencilla.

4.1. Dividir las actividades realizadas a lo largo del día en tres grandes grupos

A grandes rasgos, *las actividades que realizamos a lo largo del día* las podemos dividir en tres grupos:

- 1.- Necesidades productivas laborales o de trabajo y estudios: asistir a clase, estudiar, trabajar...
- 2.- Necesidades cotidianas familiares relacionadas con los cuidados o autocuidados: alimentación, aseo, ocio...
- 3.- Actividades personales como el deporte, salud, ocio personal...

Una vez reconocidas las actividades necesarias productivas, las actividades necesarias cotidianas familiares es necesario reflexionar, también, desde la perspectiva de género sobre lo que hacemos y queremos hacer, *el tiempo para uno/a mismo/a*. Por ello, invitamos a las personas jóvenes para que *reflexionen para su mejora en la gestión del tiempo desde la perspectiva de género*, cómo son las actividades realizadas y cuál es el tiempo dedicado a uno mismo.

4.2. Reflexionar sobre el sentir de las actividades, el tiempo dedicado a ellas y el porqué

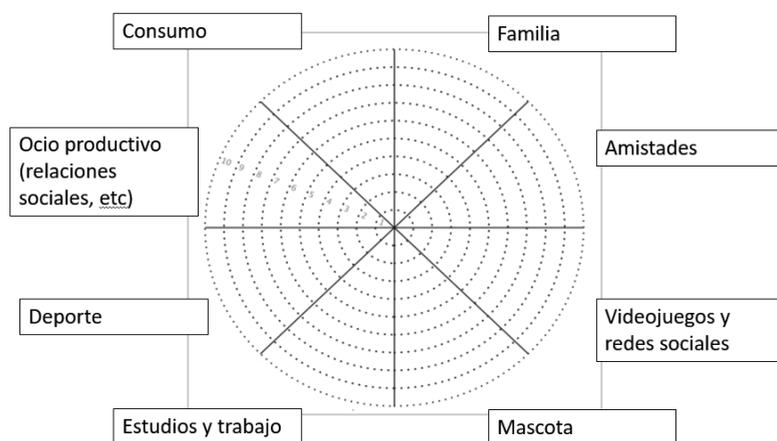
Para reflexionar sobre el tiempo dedicado a cada actividad se puede coger un cuaderno, la App de notas del móvil o una de las numerosas Apps que se pueden encontrar en internet para la gestión del tiempo y apuntar en relación con las actividades anteriores:

- 1.- Sentir: señalar sí las actividades que realizan son estimulantes o no.
- 2.- Tiempos: escribir su tipología y la cantidad que requiere.
 - a) Estudios/Trabajo: cuánto tiempo dedico a los estudios o trabajos de ámbito productivo y a mí mismo/a.
 - b) Amistades: recoger el tiempo en el que sale con sus amistades: amigos, amigas, etc.
 - c) Deporte: cuánto tiempo se dedica al deporte.
 - d) Consumo: recoger los tiempos dedicados al consumo.

- e) Redes sociales y videojuegos: tiempo dedicado a los videojuegos y redes sociales.
- f) Familia: tiempo dedicado a estar y hacer actividades con la familia

En algunos másteres profesionalizantes en la Universidad y en talleres sobre gestión del tiempo, enseñamos a los y las estudiantes a analizar esto de forma muy sencilla a través de una herramienta de *coaching* llamada “la rueda de la vida”⁴. La práctica consiste en hacer una rueda con todas aquellas áreas o actividades que componen nuestra vida para que de una manera gráfica se pueda ver la satisfacción y el equilibrio de las diferentes tareas o ámbitos de nuestra vida. A modo de ejemplo, a continuación, mostramos La rueda de la vida que podría hacer una persona joven con las actividades señaladas anteriormente y alguna otra, que en los últimos años suele aparecer en las clases o talleres que realizamos con ellas como puede ser la ecología o las mascotas, el ocio productivo o relacional, etc.

Figura 1. Ejemplo de la rueda de la vida para jóvenes.



Fuente: elaboración propia.

Una vez señaladas las actividades, hay que colorear cada porción según el tiempo de dedicación que le supone en una semana tipo del 1 al 10; una vez coloreadas se puede ver y posteriormente reflexionar sobre los desequilibrios que aparecen en nuestras vidas, la satisfacción o no que ello conlleva y las posibles estrategias que podemos realizar para transformar y equilibrar los diferentes ámbitos de nuestra vida. Lógicamente, a priori, una de las formas de empezar a reflexionar tiene que ser a través de las

⁴ Másteres como el de Estudios de Género (UCM), todavía hoy, y el máster de formación al profesorado (UCM), este último hace unos años, así como el Servicio Concilia Madrid del Ayuntamiento de Madrid han trabajado con esta herramienta *coaching* atribuida al experto en desarrollo personal Paul J. Meyer, aunque su origen puede ser anterior.

preguntas fácticas: qué, cómo, por qué, para qué... Con ellas, los y las jóvenes pueden coger conciencia de la importancia del tiempo y los usos que se hacen de él. En este momento y si se confronta entre las ruedas de los y las jóvenes seguramente se podrá apreciar, como es habitual, las diferencias de género.

4.3. Reconocer a las personas que están en los diferentes tiempos de los y las jóvenes

Cada actividad emplea tiempo, un lugar y a personas determinadas que tenemos que ver de forma sexogenérica para no dar por sentado que otras personas, o “nosotras mismas como mujeres jóvenes”, van a realizar. Tareas específicas, como pudieran ser las más desagradables, o aquellas que llevan más tiempo se intentan externalizar dentro o fuera de la familia o grupo de amistades. Asimismo, se tiene que reconocer que a lo largo de nuestro día *son muchas las causas identificadas que nos hacen perder el tiempo*, que a muchas de ellas se les puede hacer una lectura de género, y no se puede recuperar: teléfono, redes sociales, plataformas de streaming, no priorizar tareas o la multitarea, entre otras. Si esta gestión del tiempo se hace para los estudios, además, tendría que tenerse en cuenta la comodidad de la silla y la mesa, accesibilidad de los utensilios de trabajo, el clima de la estancia, etc.

Las actividades productivas de trabajo y/o estudio, desde la perspectiva de género, muestra que muchas actividades están segregadas por género (Díaz, et al. 2022), debido a múltiples socializaciones que consideran a los hombres más prácticos y a las mujeres más perfeccionistas. Hecho que se evidencia, también, dentro de los trabajos en grupo entregados en el aula donde los y las jóvenes cogen roles y actividades diferentes. Relacionado con esto último, jóvenes y profesionales pueden reflexionar desde la perspectiva de género sobre las actividades que se pueden realizar en la entrega de un trabajo de grupo, hacer un listado de todas ellas y pensar y repensar cómo podrían ser si no existieran roles y estereotipos que nos marquen los tiempos, las formas de actuar y realizar los trabajos: quién piensa y quién realiza... la idea, el proyecto, la búsqueda bibliográfica, el marco teórico, el trabajo de campo y la metodología, lo escribe, hace la portada, lo presenta a la clase...

Como se ha dicho anteriormente, conocer qué hacemos a lo largo del día, de la semana y qué actividades no previstas aparecen es muy importante, sobre todo cuando se es joven al tener tiempos tan divergentes. En este punto es necesario *generar tiempos muertos o de reserva* para hacer seguimiento de la semana, ver, controlar e incluso realizar cuestiones pendientes que pueda ayudarles a realizar satisfactoriamente las actividades diarias y semanales.

Una vez identificadas las actividades desarrolladas a lo largo del día y de la semana, e identificadas desde la perspectiva de género, las actividades de ámbito doméstico son un gran hándicap para las mujeres, también para las jóvenes como mostro la ETT. Estas tareas requieren de trabajo, tiempo y dedicación y una distribución del tiempo corresponsable que permita equilibrar, el buen reparto de las tareas domésticas, con la vida personal, el ocio y las actividades laborales y/o de estudio bajo la máxima de “sí las

tareas domésticas no las haces tú alguien las hace por ti, entregando su tiempo y trabajo”, evidencia desde el género, la importancia del trabajo no remunerado, las diferencias de tiempo, de estatus y la reproducción de una desigual gestión de los tiempo en los y las jóvenes. Trabajar la autogestión del tiempo desde la corresponsabilidad es admitir que existe esa brecha en los tiempos, también, entre los y las jóvenes, la existencia de una brecha de género que persiste y se reproduce desde la juventud.

Para trabajar en la concientización del costo de tiempo desde la perspectiva de género se puede realizar un cuadro donde los y las jóvenes puedan organizar las tareas de forma corresponsable y dimensionar en relación con las actividades domésticas y de cuidado para posteriormente reflexionar sobre ello. Para hacer el siguiente cuadro, tanto con las actividades que se veían en la ETT, como en el cuadro que proponemos téngase en cuenta y escribir en el cuadro a modo de reflexión: quién (Yo, mi pareja, ambas, menores, mayores, externa...); cuándo (Todos los días, semanal, mensual, rara vez...); cuánto tiempo; dificultad (Fácil, media, difícil); y es... (agradable, ni una cosa ni otra, desagradable)

Tabla 1. Ejemplo de tabla de corresponsabilidad en el cuidado y trabajos reproductivos.

Cuidado de otras personas menores	Quién...	Cuando...	Cuánto tiempo...	Dificultad ...	Y es...
Jugar					
Acompañar					
Preparar la comida					
Cambiar los pañales					
Asear					
Llevar y traer del cole					
Visitar al tutor/a					
Ayudar con los deberes					
Leer y contar cuentos					
Cuidarlas cuando están enfermas					
Comprar ropa					
Otras...					
Higiene de la casa	Quién...	Cuando...	Cuánto tiempo...	Dificultad ...	Y es...
Planchar la ropa					
Pasar la aspiradora					
Fregar los suelos					
Sacudir y limpiar las alfombras					
Lavar las cortinas					
Hacer la cama					
Limpiar los cristales					

Ordenar los armarios					
Limpiar baños					
Encerar los muebles					
Limpiar los azulejos					
Pequeñas reparaciones					
Desatascar tuberías					
Reparar electrodomésticos					
Arreglar enchufes					
Cambiar bombillas					
Poner los cuadros					
Otros...					

Fuente: elaboración propia a partir de herramienta del Servicio Concilia Madrid.

Nota. Esta herramienta puede ser transformada y utilizada a través de los trabajos que utiliza la ETT.

Una vez clarificadas las tareas domésticas, los y las jóvenes deben reflexionar e identificar qué es lo que quieren conseguir con la mejorar en la gestión del tiempo y el reparto de equitativo de sus usos, establecer un plan y llevar a cabo las acciones adecuadas para alcanzarlo. *Organizarse requiere visualizar el conjunto de las actividades que se desarrollan, ordenar y priorizar, orientar, llevarlas a cabo, evaluar y mejorar.*

Organizar requiere ser consciente de la importancia de centrarse en una tarea y *no caer en la multitarea*, propia de la socialización de las mujeres, *por la imposibilidad y el desgaste* que produce, pero sobre todo porque una sociedad más justa y equilibrada genera personas, en este caso jóvenes, más felices y consciente de las desigualdades estructurales. Organizar los tiempos a través de la perspectiva de género hace que las tareas productivas, de cuidado y personales ofrezcan a las personas jóvenes poder crear prácticas rutinarias dentro de las temporalidades comunes con los otros de forma equitativa. En el caso de las actividades personales: deporte, salir a tomar algo, dar un paseo en grupo, etc...orientar desde la equidad hace que los momentos de disfrute, descanso, pérdidas de tiempo, sean tiempos de más calidad para que las personas jóvenes puedan vivir un óptimo desarrollo a personas adultas y más allá de la racionalización de los tiempos reproductivos (tiempo libre, descanso, consumo y cuidados) que genera el sistema y que caen en la intensificación de trabajos de todo tipo.

5. A MODO DE CONCLUSIÓN

La racionalización de los tiempos presiona a la juventud a emprender actividades productivas en espacios-tiempos personales y familiares y no sólo en los laborales como hecho habitual. El tiempo juvenil existe en la interacción con el otro en los tiempos de trabajo o en los tiempos de disponibilidad. El tiempo de los y las jóvenes es un tiempo que intenta escapar de la linealidad, de la centralidad del trabajo productivo, pero sin acometer el trabajo no reproductivo de lo doméstico y los cuidados. Por ello, trabajar la autogestión del tiempo desde la perspectiva de género, permite evidenciar

la insana desigualdad de los usos de los tiempos entre hombres y mujeres que, como se ha evidenciado, ya acopian desde que son jóvenes. El tiempo de los y las jóvenes es un tiempo, también, de desigualdad de género.

Paul Lafargue (2016) defiende una idea de sociedad basada en el ocio y el fin de la hegemonía de la cultura del trabajo considerado productivo. En ese sentido, y aunque no se ha mencionado anteriormente en este capítulo, es necesario reflexionar sobre la importancia de la Renta Básica Universal, es decir, de una asignación pública monetaria incondicional y universal (Ravéntos, 2021) que garantice la buena existencia ciudadana donde el trabajo productivo y reproductivo sea corresponsable y valorado por igual.

Que la juventud sea consciente de la importancia del trabajo reproductivo, como se ha indicado desde el inicio del artículo, es fundamental para una sociedad justa, democrática y en igualdad. Por ello, y a modo de conclusión queremos cerrar con un decálogo que resume una serie de estrategias para una autogestión del tiempo feminista óptima para la juventud:

- 1.- Tener en cuenta a las otras personas que te rodean.
- 2.- Eliminar o mitigar los estereotipos de género que nos colocan a hombres y mujeres en tareas con diferentes tiempos, reescribiendo esas creencias que tenemos.
- 3.- Crear pequeños objetivos manejables y bien definidos para realizar las tareas teniendo en cuenta quién lo hace, cuánto se tarda en hacerlas y el porqué de que esa persona lo realice.
- 4.- Crear un plan diario y semanal (horario y calendario) equilibrado desde la perspectiva de género con todas las áreas de trabajo: laborales y/o de estudio, familiares y personales.
- 5.- Diseñar rutinas, con tareas que haya que cumplir y limitadas en tiempo para facilitar su ejecución.
- 6.- Ver en qué se pierde el tiempo y por qué, evitando a los llamados ladrones de tiempo.
- 7.- Distinguir y organizar entre lo importante y lo urgente.
- 8.- No hacer varias tareas a la vez, evitar la multitarea.
- 9.- No dejar tareas sin hacer para que otra persona las realice.
- 10.- En definitiva, y aun que resulte tautológico: trabajar desde la corresponsabilidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, R., García Sáenz, C. y Carrasco, C. (2005). *El tiempo, los tiempos, una vara de desigualdad*. Santiago de Chile, ONU Cepal.

- Amoroso, M. I., Bosch, A., Carrasco, C., Fernández, H. y Moreno, N. (2003). *Malabaristas de la vida. Mujeres, tiempos y trabajos*. Icaria.
- Aguinaga Roustan, J. y Comas Arnau, D. (1997). *Cambio de hábitos en el uso del tiempo: trayectorias temporales de los jóvenes españoles*. Instituto de la juventud.
- Aguirre Sánchez Beato, E., Ballesteros Guerra, J. C., Elzo Imaz, J., González-Anleo, J. M., Megías Valenzuela, E., Moreno Mínguez, A., Rodríguez San Julián, E.; Rubio Castillo, A. y Fontcuberta, P. (2019). *Protagonistas y espectadores. Una mirada longitudinal sobre la juventud española*. Madrid. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.
- Arnett, J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. University Press.
- Azkona, N., Rekakoetxea, Z., y García, A. (2019): *Diagnóstico de la situación laboral de las jóvenes con diversidad funcional en la CAE*. Vitoria-Gasteiz: EMAKUNDE - Instituto Vasco de la Mujer.
- Baudrillard, J. (1986). “El éxtasis de la comunicación”, en Baudrillard, J.; Crimp, D.; Foster, H.; Frampton, K., Habermas, J., Jameson, F., Krauss, R., Owens, R., Said, E.W. y Ulmer, G.L.: *La posmodernidad* (pp. 187-199). Kairós.
- Bauman, Z. (2015). *Modernidad líquida*. España, Fondo de cultura económica.
- Berrio-Otxoa, K., Hernández, J. M. y Martínez, Z. (2002). *Los adolescentes y el tiempo libre: mirando al futuro (2001-2002)*. Universidad del País Vasco.
- Carrasco, C. (2009). Tiempos y trabajos desde la experiencia femenina. *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global*, 108, 45-54.
- Díaz Santiago, M.J, Aguado, E. y Galán, A. (2022). Segregación ocupacional de género. Mujeres y Trabajo, monográfico *Sociología del trabajo*, núm. 101.
- Encuesta de Empleo del Tiempo 2002-2003. Instituto Nacional de Estadística. Madrid, 2004. Tomo I. Resultados Nacionales. https://www.ine.es/daco/daco42/empleo/empleotiempo03_nacional.pdf
- Frankl, V. (1979). *El hombre en busca de sentido*. Herder editorial.
- Lafargue, P., (2016). *El derecho a la pereza*. Virus Editorial.
- Inserción laboral de los universitarios. En: *Esenciales Fundación BBVA - Ivie* n ° 39 (septiembre 2019), 2 p.
- Itinerarios de inserción laboral y factores determinantes de la empleabilidad. Formación universitaria versus entorno / Joaquín Aldás Manzano... [et al]: dirigido por Francisco Pérez García 1º ed. Fundación BBVA, 2018.
- Larrañaga, M. (2009). Mujeres, tiempos, crisis: Combinaciones variadas. *Revista de Economía Crítica*, (8), 113-120.
- Lasen, A. (2000). *A contratiempo: un estudio de las temporalidades juveniles* (No. 173). CIS.
- Ley Organiza 3/2007 de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombre. BOE, núm, 71, pp. 12611-12645.
- Martín, E. y Prieto, C. (coords) (2015). *Conflictos por el tiempo. Poder, relación salarial y relaciones de género*. Madrid: Centro Investigaciones Sociológicas (CIS).

- Méda, D. (2002). *El tiempo de las mujeres: Conciliación entre vida familiar y profesional de hombres y mujeres* (Vol. 30). Narcea Ediciones.
- Ortega, C., Lazcano, I. y Baptista, M. (2015). Espacios de ocio para jóvenes, de la monitorización a la autogestión/leisure spaces for youth: from monitoring to self-management/espacos de lazer da juventude, o monitoramento para a auto-gestão. *Pedagogía Social*, (25), 69-89. https://doi.org/10.7179/PSRI_2015.25.04
- Raventós, D. (2021). *Renta básica universal: Garantizar la existencia ciudadana*. Perfiles Económicos.
- Rodríguez, E., Calderón, D., Kuric, S., y Sanmartín, A., (2021). Barómetro Juventud y Género 2021. Identidades, representaciones y experiencias en una realidad social compleja. Madrid. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad. DOI: 10.5281/zenodo.5205628
- Rodríguez-Bravo, Ana Eva, López-Noguero Fernando y González Olivares, Ángel Luis. (2018). El ocio de los jóvenes vulnerables: importancia, satisfacción y autogestión. *Pedagogía Social: Revista Interuniversitaria, Issn 1989-9742, N° 31, 2018, Pags. 81-92*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=6278346>
- Rodríguez San Julián, E; Megías Quirós, I., & Sánchez Moreno, E. (2002). *Jóvenes y relaciones grupales. Dinámica relacional para los tiempos de trabajo y de ocio*. Madrid, INJUVE- FAD - Fundación de Ayuda contra la Drogadicción.
- Sepúlveda, L. (2013). "Juventud como transición: elementos conceptuales y perspectivas de investigación en el tiempo actual". *Última Década*, 21(39), 11-39.
- Sennet, R. (2000). *La Corrosión del Carácter: las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*. Anagrama.
- Torns, T., Borràs Català, V., Carrasquer, P., Moreno Colom, S., Castelló, L. y Grau Casajust, A. (2011). Trayectorias laborales y de vida: una aproximación al modelo de empleo español. *Working Paper Series*, nº 17.