

GUIA CORRESPONSABILITAT FAMILIAR



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

PRESENTACIÓ

Estimades famílies,

Des de l'Ajuntament de Santa Eulària des Riu i emmarcat dins del I Pla de Conciliació i Corresponsabilitat municipal volem oferir-vos aquesta guia de corresponsabilitat familiar amb la voluntat de que us sigui útil en la millora de la distribució de tasques i temps entre tots els membres de la unitat de convivència.

L'objectiu principal d'aquesta guia és oferir una eina per a que cada família pugui reflexionar sobre la distribució de les responsabilitats familiars i oferir estratègies per poder equilibrar-les entre tots els membres de la unitat de convivència.

La corresponsabilitat té nombrosos beneficis per a tots els membres de la família però també requereix d'un compromís i una voluntat de tots els membres en trencar models tradicionals que ja no encaixen en el tipus de societat actual.

En aquesta guia trobareu tant informació bàsica sobre conceptes relacionats amb la conciliació i la corresponsabilitat com una sèrie de pautes i recomanacions per poder posar en pràctica a les vostres llars.

Som conscients de que cada realitat familiar és diferent i per això oferim pautes generals a fi de que cada família pugui adaptar-les de la forma més adient i satisfactòria.

Esperem que us sigui d'utilitat i agraïm el vostre compromís.



Entre totes i tots construïm una societat igualitària.

INDEX

1. CONCILIACIÓ, CORRESPONSABILITAT I ALTRES
CONCEPTES CLAU

2. BENEFICIS DE LA CORRESPONSABILITAT FAMILIAR

3. DEU PRINCIPIS PER ALS HOMES EUROPEUS. PROJECTE
TRANSNACIONAL “ALL TOGETHER”

4. FAMÍLIES CORRESPONSABLES

ANNEXOS



1. CONCILIACIÓ, CORRESPONSABILITAT I ALTRES CONCEPTES CLAU:

QUÈ VOL DIR CONCILIACIÓ?

Segons el diccionari, conciliar és “posar d'acord o en pau als qui estaven en desacord o en lluita”. Per tant, parlar de conciliació és parlar d'un gran repte per equilibrar diferents parts.

El terme **conciliació** fa referència a l'equilibri entre les diferents esferes de la vida d'una persona: laboral, familiar, domèstic, desenvolupament personal, oci i lleure...

La conciliació és , per tant, una necessitat per a tota la població independentment del seu gènere o model familiar, entre d'altres.





QUÈ VOL DIR CORRESPONSABILITAT?



La RAE defineix la paraula corresponsabilitat com a “responsabilitat compartida” i també descriu el terme corresponsable com “que comparteix la responsabilitat amb altre u altres”.

El terme **corresponsabilitat familiar** fa referència a la distribució equilibrada de les responsabilitats domèstiques i familiars entre tots els membres de la llar.

La necessitat d'adoptar un model familiar corresponsable s'ha incrementat en el darrers anys degut als canvis de models familiars. El model tradicional en el que l'home era l'únic responsable econòmic de la família i la dona la encarregada de la cura de la llar, els fills u altres membres. Amb la incorporació de la dona a l'àmbit laboral es fa palesa la necessitat de crear famílies corresponsables on tots els membres puguin tenir accés a la conciliació.



ALTRES TERMES IMPORTANTS:



- ♦ **Coeducació:** fa referència a la educació conjunta de nens i nenes amb l'objectiu d'erradicar els estereotips de gènere i garantir que tots els alumnes i les alumnes tinguin accés a la mateixa educació de qualitat i vetllar per la igualtat d'oportunitats
- ♦ **Doble jornada laboral:** fa referència a la suma de càrregues vinculades a la família, la llar i el treball. Afecta principalment a les dones.
- ♦ **Estereotip:** idea preconcebuda i simplificadora, basada generalment en pseudoconeixements, tòpics o patrons culturals prèviament establerts, que s'utilitza per a conceptualitzar una realitat social, especialment persones i grups.
- ♦ **Gènere:** diferències socials entre homes i dones. Varien segons la cultura i el context històric.
- ♦ **Igualtat:** condició social en el que totes les persones tenen les mateixes possibilitats i drets sense actituds ni estereotips que les limitin.
- ♦ **Noves masculinitats:** noves formes de ser i de construir el gènere masculí que volen trencar amb els rols de gènere heteropatriarcal.
- ♦ **Rols de gènere:** conjunt de comportaments i activitats que s'atribueixen a cada sexe. Són apresos i variables segons les cultures.
- ♦ **Sexe:** característiques biològiques i universals que diferencien als homes de les dones



2. BENEFICIS DE LA CORRESPONSABILITAT FAMILIAR:



Ara que ja sabem que la corresponsabilitat implica a tots els membres de la llar en la distribució equilibrada de les tasques i les responsabilitats anem a aprofundir en els beneficis que aporta a cada membre de la unitat de convivència:

DONES:

- Possibilitat per desenvolupar-se familiar, personal i laboralment. Ja no ha de triar entre la vida familiar o la laboral.
- Més temps personal i social
- Disminueix l'estrès
- Augmenta la satisfacció
- Afavoreix el descans
- Millora les relacions familiars i de parella
- Augmenta les possibilitats de promocionar laboralment
- Disminueix el risc de renunciar a la maternitat o posposar-la a edats molts avançades

HOMES:

- Repartiment de la responsabilitat econòmica
- Més temps per gaudir de la família i la parella
- Fomenta l'autonomia i l'adquisició de nous aprenentatges
- Augmenta el benestar personal i social



INFANTS I JOVES:



- Desenvolupen la responsabilitat
- Aprenen a treballar en equip
- Augmenta l'autonomia
- Millor autoconcepte i autoestima
- Creixen en igualtat i equitat
- Desenvolupen noves habilitats i destreses
- Major temps de qualitat amb els seus progenitors i altres membres de la família



3. DEU PRINCIPIS PER ALS HOMES EUROPEUS. PROJECTE TRANSNACIONAL “ALL TOGETHER”

El projecte europeu All Together dins la seva guia “Implicació dels homes en igualtat i equilibri entre la vida familiar i laboral” presenta en forma de decàleg els beneficis de la participació dels homes en la vida domèstica i familiar:

1. Més temps per a compartir en parella.

Gaudirà d'una vida en parella de major qualitat, tenint més temps per compartir junts



2. Augmentarà el seu benestar personal i social

Essent un home igualitari serà més feliç i la seva parella disposarà del temps just per a dedicar-ho a les activitats que desitgi

3. Millorarà la seva complicitat amb la seva parella

Tindrà més llibertat i autonomia per a la comprensió mútua i relacions més satisfactòries i plaents



4. Guadirà i coneixerà millor als seus fills i filles

No es perdrà una de les coses més importants de la vida: participar en la criança dels seus fills/es i veure'ls créixer. Augmenti el propi benestar i autoestima i el dels seus fills/es compartint més temps junts.

5. Aprengui noves competències y habilitats

Mai t'has demanat per què és habitual que les dones s'organitzin i compaginin millor la seva vida personal, laboral i familiar? I vostè? Tot canvi ens ofereix la oportunitat de d'aprendre coses útils i millorar les nostres condicions de vida.

6. Compartirà la càrrega de ser el responsable econòmic de la família

Una llar que disposa de dues fonts d'ingressos serà més confortable i menys estressant que aquell en el que només l'home és el que manté econòmicament a la família: comparteix la responsabilitat econòmica.

7. Sigui independent coneixent per vostè mateix com compaginar la cura dels menors o altres familiars i les tasques domèstiques

La teva autonomia no ha de ser només econòmica i professional sinó també domèstica. Així podrà estar segur de que conviu amb la seva parella per decisió pròpia i no només perquè necessita a algú que faci les tasques domèstiques que vostè mateix hauria de saber fer.



8. Aprengui com tenir millor cura de vostè mateix aprenent a tenir cura de la seva família

Si apren a cuidar de vostè mateix i del seus essers estimats viurà millor i més temps, augmentant els seus hàbits saludables.

9. Assumeixi les seves responsabilitats i sigui coherent amb els valors d'igualtat

Vostè creu en la llibertat i la justícia? Posi en pràctica aquests valors

10. Sigi un bon exemple: posi el seu gra de sorra en la construcció d'una societat més justa

Esdevingui un model pels seus fills/es. Ajudi a que les següents generacions s'alliberin d'estereotips obsolets. Amb el seu exemple vostè assentarà les bases d'una ciutadania responsable.





4. FAMÍLIES CORRESPONSABLES:

Arribats a aquest punt, ja sabeu la importància i els beneficis de ser una família que comparteix les responsabilitats, però tal vegada teniu dubtes de com posar-ho en pràctica.

Aquí vos donam unes quantes pautes que poder servir-vos d'ajuda:

1. Compromís de tots els membres

El primer pas és que tots els membres de la família siguin conscients de la importància de repartir les tasques i tinguin la voluntat i el compromís de fer-ho.

Els principals obstacles que podem trobar són els propis prejudicis o creences limitants de cada membre. Alguns exemples més comuns són:

-Dona: a jo em costa menys fer-ho que a ell jo puc ocupar-me de tot. / Si no tinc cura de tot en referència dels meus fills no seré bona mare. / Què pensarà la gent?

-Home: ella ho fa millor. / A ella li agrada fer-ho / Què pensaran els meus coneguts? / Ella mai està contenta amb com ho faig / Jo ajudo prou a casa

També és necessari ser conscients de que totes les parts hauran de fer esforços al principi, serà necessària molta comprensió i diàleg per totes les parts per poder arribar a les estratègies que més s'adaptin a les necessitats i estils de vida familiar. Aquest procés d'adaptació i reestructuració familiar serà molt més amè amb molt d'amor i humor.





2. Implicació dels fills i filles

No podem parlar de famílies corresponsables sense la implicació de tots els membres.

Quan parlem d'implicar no ens referim a donar-li tasques i ja està. Cal incloure'ls en la planificació i fer-los protagonistes de tot el procés. És important tenir en compte una sèrie de factors com la seva edat, les seves preferències, ajudar-los a establir la rutina, fomentar la seva motivació...

Algunes de les tasques per edat que poden fer els/les menors segons la pedagogia Montessori són:

Edat	Tasques
2-3 anys	Menjar sol/a, Endreçar les seves joguines, regar les plantes, posar la roba bruta al cistell, recollir els coberts
4-5 anys	Vestir-se sol/a, doblegar la roba, ajudar a parar taula, tenir cura de la mascota, pentinar-se, rentar-se les dents



2. Implicació dels fills i filles



Edat	Tasques
6-7 anys	Fer el llit, endreçar l'escriptori, preparar la motxilla per anar a escola, col·locar la roba al seu armari, preparar el seu berenar
8-9 anys	Dutxar-se sol/a, ajudar a la cuina, parar i llevar taula, preparar receptes fàcils, omplir el rentaplats
10-11 anys	Netejar la seva habitació, ajudar a cuidar als germans petits, passejar a la mascota, fregar el terra, netejar el bany
+12 anys	Tirar les escombraires, fer petites compres, cosir botons, cuinar plats elaborats





2. Implicació dels fills i filles

Cal tenir en compte que la corresponsabilitat ha d'**apropar** a tots els membres de la família; una família corresponsable és una família que fa equip.

És important **evitar entrar en conflictes** sinó trobar la motivació tots plegats. Per exemple: si tots fem les tasques tenim més temps per jugar junts.

També és important **pactar prèviament** les tasques i quan es faran i, en el cas dels més petits ajudar-los **anticipant** què i quan es farà. Els suports visuals poden ser d'ajuda per als més petits. Per exemple: podem imprimir fotografies del nostre fill/a realitzant les tasques i aferrar-les on pugui veure-les.

Crear **rutines** ens ajudarà a disminuir els conflictes. És important que complim els horaris i les tasques que hem pactat per tal d'integrar els hàbits.

Valora els esforços per sobre del resultat

Intenteu que sigui un moment **divertit**. Per exemple: cronometrant quan tarda en fer la tasca, posant la seva cançó preferida.



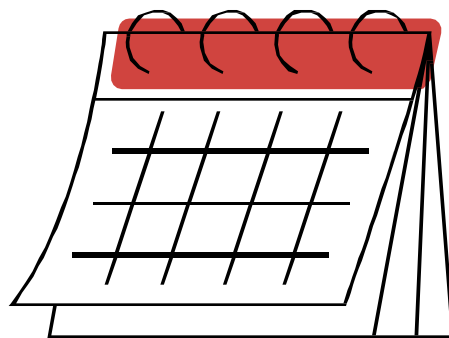
3. Repartiment equilibrat de tasques:

És important tenir una sèrie de factors en compte a l'hora de realitzar el repartiment de tasques. Alguns d'aquests factors són:

Edat: triar tasques adequades per a l'edat i l'etapa del desenvolupament de cada membre

Preferències i habilitats: es poden pactar les tasques segons els gusts o habilitats de cada persona. Per exemple: papà cuina molt bé i el fill és molt bo tenint cura de la mascota.

Horaris/Disponibilitat: adequar les tasques als horaris i disponibilitat de cada membre. Això no vol dir que si algun membre de la família no te treball remunerat s'ha de fer càrrec de totes les tasques.



4. Organització:

És també molt important pactar quan i com farem les tasques. Existeixen diverses opcions i cada família ha de pactar quina o quines són les que millor s'adapten a les necessitats de la seva llar:

- ♦ Realitzar les tasques **tots plegats**: seleccionar els dies de la setmana on tots puguin fer les tasques junts.
- ♦
- ♦ Realitzar les tasques **a la vegada**: seleccionar els dies de la setmana on tots puguin fer les tasques però cada membre fa una tasca diferent.
- ♦ Realitzar **cada membre la seva tasca** quan faci falta o quan estigui estipulat.
- ♦ **Rotació de tasques**: es poden anar canviant les tasques de forma diària, setmanal, mensual o com cada família pacti.

***És molt important que tots els membres sàpiguin fer de tot. Això aporta beneficis tant a nivell familiar ja que poden fer front a qualsevol imprevist com la malaltia d'algun membre i fomenta la cohesió i la comprensió entre tots els membres. A nivell individual també és molt positiu ja que es fomenta l'adquisició de nous aprenentatges, es fomenta l'autonomia i millora l'autoconcepte i la satisfacció de la persona.**

5.Avaluació

Un cop s'ha posat en marxa la nova organització familiar i després d'un temps d'adaptació a la nova rutina cal avaluar quines coses s'han de canviar o millorar i quines coses funcionen be.

Aspectes a canviar/ millorar:

Aspectes a mantenir:

Grau de satisfacció de cada membre de la família:

ANNEX



**TASCA A
REALITZAR:**

QUI HO FARÀ?

QUAN HO FARÀ?

ANNEX



**TASCA A
REALITZAR:**

QUI HO FARÀ?

QUAN HO FARÀ?

ANNEX



**TASCA A
REALITZAR:**

QUI HO FARÀ?

QUAN HO FARÀ?
