

L'IMPACTE DE LA CRISI  
SANITÀRIA  
EN LA VIDA PERSONAL,  
FAMILIAR I PROFESSIONAL  
DE LA COMUNITAT UB

NORMATIVES I DOCUMENTS



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

L'IMPACTE DE LA CRISI  
SANITÀRIA  
EN LA VIDA PERSONAL,  
FAMILIAR I PROFESSIONAL  
DE LA COMUNITAT UB

#### Direcció de la recerca

Silvia Costa Abós, Escola d'Infermeria de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut

Pilar Delgado Hito, Escola d'Infermeria de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut

María Jayme Zaro, Facultat de Psicologia

Núria Llorca Isern, Facultat de Química

Dolors Rodríguez Martín, Escola d'Infermeria de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut

Marina Romeo Delgado, Facultat de Psicologia

Miguel Ángel Soria Verde, Facultat de Psicologia

#### Col·laboracions

Nadia Coll Cano, Meritxell Díaz Forés, María García Padrón, Marta Grau Suma, Ariadna López Molina,  
Antonia Velásquez i Hassiba Ziati Ziati

Elaboració: Vicerectorat d'Igualtat i Gènere de la Universitat de Barcelona

Edició i producció: Edicions de la Universitat de Barcelona

Dipòsit digital: <http://hdl.handle.net/2445/178013>

# Índex

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Presentació</b> . . . . .                                            | 5  |
| <b>Objectiu de la recerca</b> . . . . .                                 | 5  |
| <b>Mètode</b> . . . . .                                                 | 5  |
| I. Descripció de la mostra . . . . .                                    | 5  |
| II. Procediment . . . . .                                               | 6  |
| III. Instrument . . . . .                                               | 7  |
| IV. Anàlisi de les dades . . . . .                                      | 7  |
| <b>Resultats</b> . . . . .                                              | 7  |
| I. Context físic i psicosocial . . . . .                                | 7  |
| II. Competències i recursos. . . . .                                    | 11 |
| III. Estat d'ànim . . . . .                                             | 12 |
| IV. Corresponsabilitat en les tasques domèstiques . . . . .             | 13 |
| V. Conciliació de la feina o els estudis amb la vida personal . . . . . | 14 |
| <b>Conclusions</b> . . . . .                                            | 15 |
| <b>Recomanacions</b> . . . . .                                          | 17 |
| <b>Gràfics complementaris</b> . . . . .                                 | 19 |
| <b>Referències</b> . . . . .                                            | 25 |

## Presentació

Les comunitats universitàries s'han vist directament afectades per la pandèmia de COVID-19 i per tant han hagut d'afrontar els reptes que ha plantejat. Personal docent i investigador (PDI), personal d'administració i serveis (PAS) i alumnat han patit en primera persona els efectes d'aquest virus, que ha provocat, entre altres, desordres psicològics i de rendiment acadèmic i professional i problemes socials, com ara el trencament de les relacions d'amistat o l'alteració del mode de vida.

El present informe descriu els resultats de la recerca sobre l'impacte de la crisi sanitària en la vida personal, familiar i professional de la comunitat UB, duta a terme a la Universitat de Barcelona entre els mesos de maig i setembre de l'any 2020 per encàrrec de la Unitat d'Igualtat.

Aquesta recerca té per objecte conèixer les condicions en què ha viscut el PDI, el PAS i l'alumnat durant el període de confinament derivat de la crisi sanitària provocada per la pandèmia de COVID-19 l'any 2020.

El propòsit últim d'aquesta recerca és proporcionar recomanacions als òrgans de gestió i govern de la Universitat de Barcelona perquè guiïn i orientin el desenvolupament i el desplegament de polítiques i sistemes de gestió, i així generin directrius, recomanacions i plans d'actuació que permetin gestionar de la manera més efectiva i enriquidora possible els recursos humans de la institució. A més, es tracta de contribuir al desenvolupament de mesures, polítiques públiques i recursos destinats a millorar la conciliació entre la vida familiar o personal i la vida acadèmica i laboral.

## Objectiu de la recerca

L'objectiu és detectar les principals dificultats i necessitats pel que fa a la conciliació de la vida laboral i personal amb què s'ha trobat el PDI, el PAS i l'alumnat durant el període de confinament de l'any 2020, així com les estratègies que han desplegat per fer-hi front. Per a això s'han analitzat:

1. Les característiques del context físic i psicosocial; és a dir, les condicions físiques de la llar, les condicions de convivència, els recursos econòmics i la salut de la persona o del seu entorn.
2. Les competències personals i els recursos tecnològics que les persones han tingut al seu abast per poder desenvolupar la seva activitat laboral.
3. L'estat d'ànim tant durant el període de confinament com després.
4. La corresponsabilitat en el conjunt de tasques de la llar.
5. La conciliació entre la feina o els estudis i la vida personal.

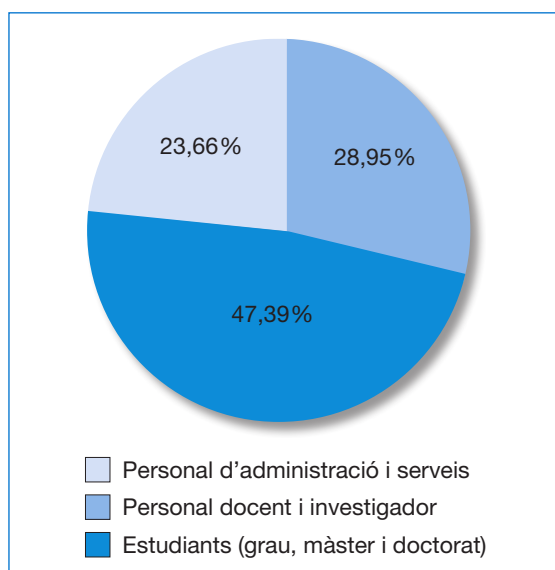
## Mètode

### I. Descripció de la mostra

El qüestionari s'ha administrat a 72.331 persones i l'han emplenat 2.158, de les quals 1.328 l'han contestat íntegrament. Concretament, hi han respost:

- 645 estudiants (l'1% dels 64.236 estudiants que hi ha la UB)
- 394 membres del PDI (el 6,8% dels 5.773)
- 322 membres del PAS (el 13,6% dels 2.362)

De les persones que hi han respost, doncs, el 47,39% eren estudiants, el 28,9% era PDI i el 23,66% era PAS (figura 1).



**Figura 1.** Percentatge de PDI, PAS i alumnat

Per sexe, 923 eren dones (69,5%), 374 eren homes (28,2%) i 19 eren persones no binàries (1,4%). La mitjana d'edat s'ha situat en els 37 anys (DT=15,1).

Durant el període de confinament, els enquestats residien majoritàriament a Barcelona ciutat (45,2%). El 36,4% vivien amb els progenitors, el 28,8% amb la parella i els fills, i el 14% amb una persona gran o amb discapacitat.

El 66,6% dels estudiants ho eren a temps complet i sense activitat laboral, i el 7,2% treballaven en serveis essencials, dels quals un 7%, en l'àmbit sanitari. Cal destacar que un 9% s'ha incorporat al mercat laboral durant aquesta situació sanitària excepcional.

El 81,7% del PDI afirma haver treballat en línia, i entre el PAS aquest resultat és del 80,7%.

Pel que fa al vincle laboral amb l'ocupador, el 36% dels enquestats que treballaven tenien un contracte laboral indefinit, el 34,1% tenia un contracte temporal i el 29,8% eren funcionaris. El tipus de contracte varia segons el grup d'enquestats: el 59,9% dels estudiants tenien contractes temporals, el 44,4% del PAS era funcionari i el 36,4% del PDI tenia contracte indefinit.

La gran majoria d'enquestats disposava d'ingressos (98,4%), principalment propis (67,5%) o procedents d'altres persones (30,9%). En el cas del PAS, arriba al 99,6%; en el del PDI, al 98,4%, i en el dels estudiants de doctorat, al 88,7%. El 67,7% dels estudiants de grau i el 50% dels de màster depenien dels ingressos d'altres persones.

En síntesi, la majoria d'enquestats són estudiants de grau. Un gran percentatge resideix a la ciutat de Barcelona o en un radi d'entre 10 i 49 km. En relació amb el PDI i el PAS, tenen principalment contractes indefinits; els estudiants, en canvi, depenen de tercers i/o tenen contractes temporals.

## II. Procediment

A instàncies de la Unitat d'Igualtat de la Universitat de Barcelona, es va crear un grup de recerca interdisciplinari encarregat de dissenyar l'enquesta. Aquest grup va rebre el suport del Gabinet Tècnic del Rectorat per a l'administració de l'enquesta i per a l'anàlisi dels resultats.

Després de dissenyar l'enquesta, la Unitat d'Igualtat en va aprovar l'administració als tres col·lectius (PDI, PAS i alumnat) mitjançant la intranet de la Universitat. L'enquesta es va llançar el 10 de juliol del 2020, garantint que tota la informació recollida era confidencial i estava subjecta al Reglament (UE) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell, de 27 d'abril de 2016, relatiu a la protecció de les persones físiques pel que fa al tractament de dades personals i a la lliure circulació d'aquestes dades i pel qual es deroga la Directiva 95/46/CE (Reglament general de protecció de dades). Així mateix, estava subjecta a la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia dels drets digitals, que regula els aspectes a què remet el Reglament general de protecció de dades pel que fa a la regulació al dret intern de cada estat membre i a la normativa europea de protecció de dades. A més, tal com s'informava en la mateixa enquesta, les respostes únicament s'utilitzaven amb finalitats estadístiques vinculades a aquesta recerca.

Per tal d'obtenir més respostes, el període per emplenar l'enquesta es va allargar fins al 10 de setembre, i es va fer un recordatori a principis de mes.

### III. Instrument

L'enquesta es va dissenyar *ad hoc*, si bé es va partir de dos instruments validats: el qüestionari SWING, *Conciliación de Vida Laboral i Personal*, validat al castellà (Romeo, Berger, Yepes-Baldó i Ramos, 2014) i PANAS, *Positive and Negative Affect Schedule* (Watson, Clark i Tellegen, 1988).

Prioritàriament s'han utilitzat respostes de tipus múltiple, dicotòmiques, seguides d'un sistema escalar de resposta tipus Likert de 5 punts (1-5 punts) que va de «molt poc» a «molt» (en els ítems B8, B11, B18, B19, C1 i D2), de «totalment en desacord» a «totalment d'acord» (en els ítems F1, F2, F3, F4, F5, F6, F7, F8, F9, F10 i F11) i de «gens o molt lleugerament» a «molt» (a l'ítem D1). Finalment, hi havia preguntes obertes (annex 1).

### IV. Anàlisi de les dades

Les dades s'han analitzat amb el programa informàtic IBM SPSS Statistics (versió 25). A continuació es presenta l'anàlisi descriptiva de les variables.

## Resultats

### I. Context físic i psicosocial

Aquest apartat analitza les condicions físiques i d'habitatge de les persones enquestades, així com les seves condicions de salut i les del seu entorn, a més de les condicions de convivència entre els membres de la llar.

#### *Context físic*

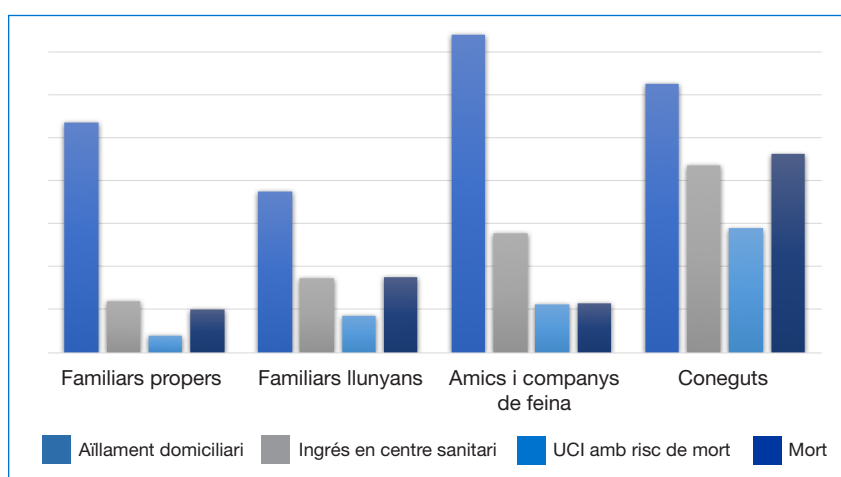
En relació amb els resultats obtinguts sobre el tipus d'habitatge i les condicions en què s'ha viscut durant el confinament, cal destacar que la mida mitjana de l'habitatge és de 106,3 m<sup>2</sup>. En concret, la mida mitjana de l'habitatge és:

- de 110,1 m<sup>2</sup> en el cas del PDI (amb un 13,4% igual o inferior als 60 m<sup>2</sup> i un 18,3% igual o superior als 140 m<sup>2</sup>)
- de 103,7 m<sup>2</sup> en el cas dels estudiants (amb un 23,3% igual o inferior als 60 m<sup>2</sup> i un 16,8% igual o superior als 140 m<sup>2</sup>)
- de 95,8 m<sup>2</sup> en el cas del PAS (amb un 17,2% igual o inferior als 60 m<sup>2</sup> i un 10% igual o superior als 140 m<sup>2</sup>)

A més, destaca que el 82,9% dels habitatges tenia llum natural, que el 59,7% disposava de balcó i que el 45,4% tenia terrassa o jardí.

### *Impacte de la COVID-19 en l'estructura sociofamiliar*

En relació amb les condicions de salut durant el període de confinament, 187 persones (el 14,2% del total d'enquestats) s'han fet tests diagnòstics de COVID-19. Quant al grau d'afectació, el 64,6% dels enquestats assenyalen que persones del seu entorn social es van infectar de COVID-19, el 47,3% de les quals van aïllar-se a casa. El 37% eren amics i companys de feina, el 31,2% eren coneguts i el 26,7% eren familiars propers. Durant aquest període, han mort el 35,7% dels afectats coneguts i el 13,4% dels familiars llunyans (figura 2).



**Figura 2.** Persones de l'entorn afectades per la COVID-19

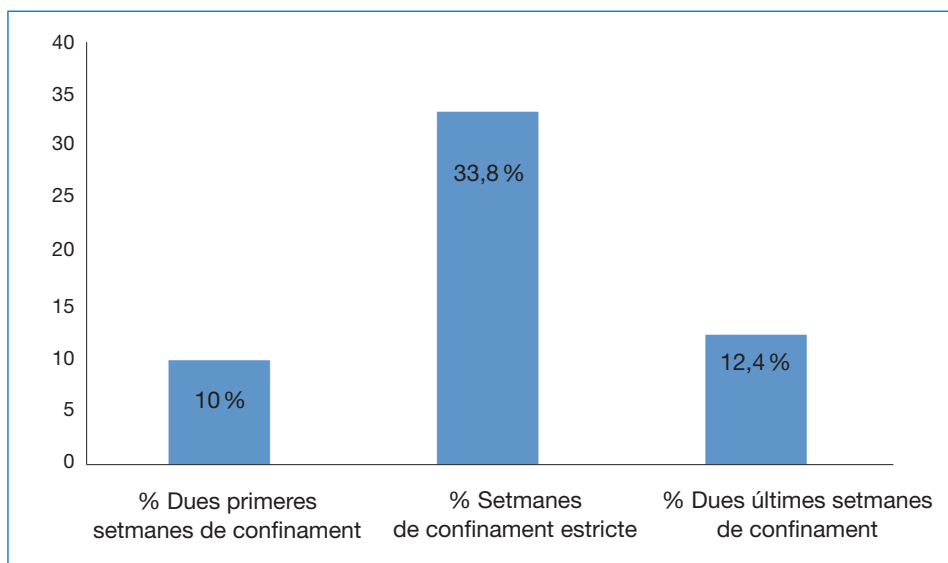
### *Context psicosocial*

Durant el confinament, el màxim suport l'han proporcionat els familiars (51%), i destaca el suport rebut d'amics (38%), companys de feina (14,2%), veïns (13%) i coneguts (8,9%).

Respecte als animals de companyia, hi ha conviscut el 35,2% dels enquestats, i s'han percebut com un factor favorable per suportar el confinament, amb 3,8 punts (en una escala d'1 a 5). Destaca la presència majoritària de gossos (58,03%), gats (33,9%) i altres espècies com ara ocells o tortugues (8%). Una minoria tenia més d'un animal al domicili (19,2%); en concret, destaca la presència de 2 animals (73,3%) i, en menor mesura, de 3 animals (16,7%), 4 animals (5,6%) i 5 o més animals (4,4%).

El 57,9% dels entrevistats indica que el confinament ha desencadenat un increment dels conflictes en el context familiar. D'aquests, el 39% ha expressat que han augmentat bastant o molt, i per

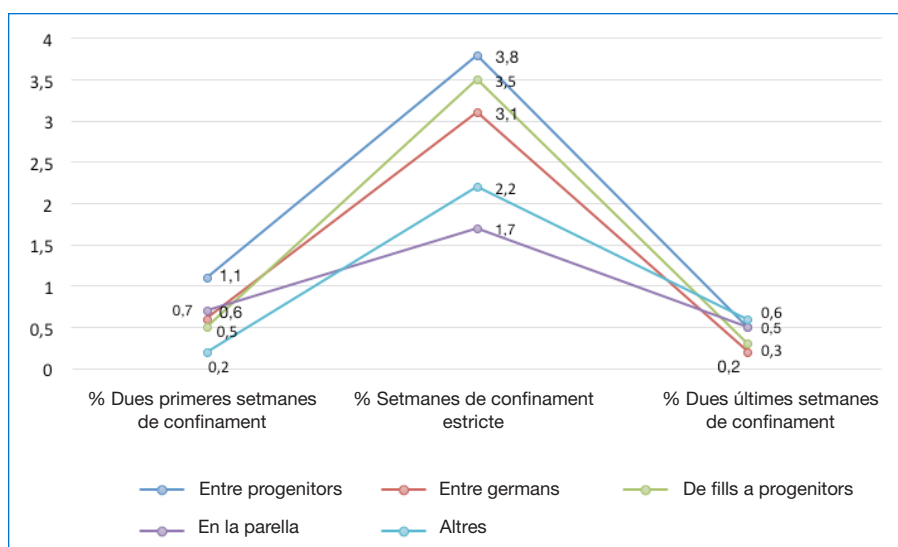
al 31,5% s'han incrementat moderadament. Els nivells més alts de conflicte s'han donat durant les setmanes de confinament estricte, com s'observa a la figura 3. Analitzant els resultats per sexes, el percentatge d'enquestats que assenyalen un increment dels conflictes durant el confinament estricte és del 34% en ambdós casos.



**Figura 3.** Evolució temporal de la conflictivitat

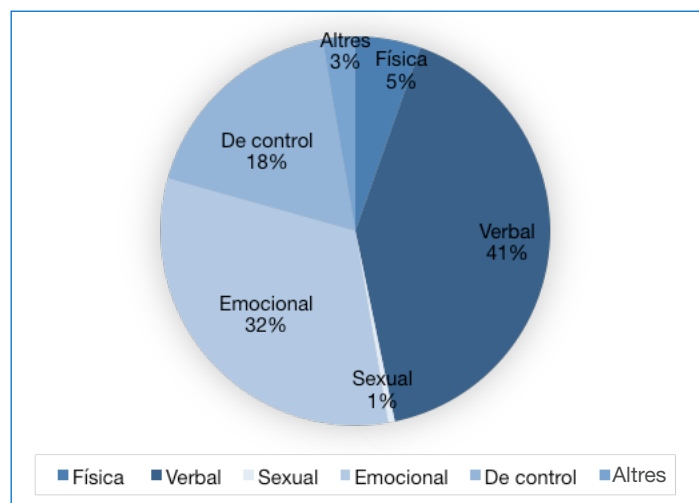
La causa de la conflictivitat s'atribueix principalment a la convivència persistent i a la falta d'espai (50%), així com a l'ansietat, l'estrès i la incertesa de la situació (24,8%). La dificultat per conciliar la feina amb la família o la llar s'indica en el 10,2% dels casos.

El conflicte, al marge del tipus, s'agreuja la setmana de confinament estricte, tal com s'observa a la figura 4. Es manifesta especialment en violència entre progenitors (mitjana de 3,8 punts), de fills a progenitors (3,5) i entre germans (3,1). No s'observen diferències percentuals entre els tres grups estudiats.



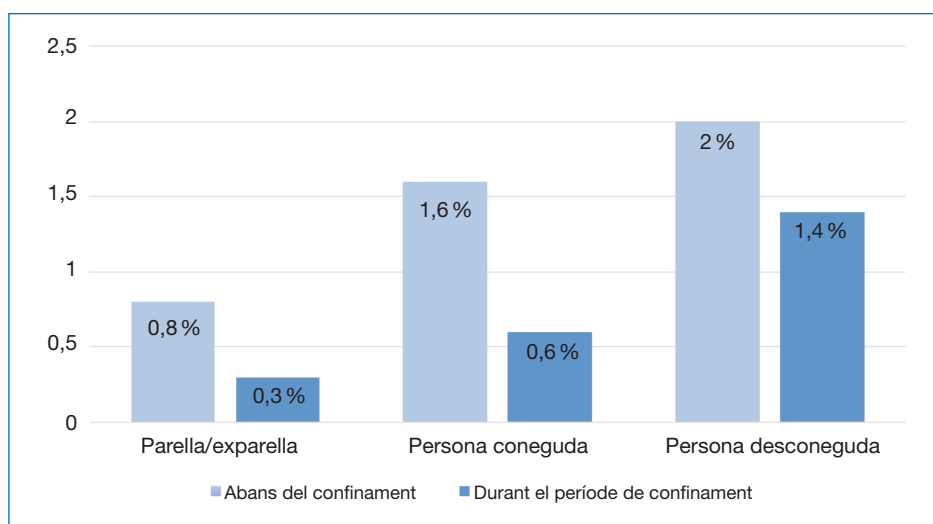
**Figura 4.** Evolució temporal de la conflictivitat segons la relació familiar (1-5 punts)

Hem d'assenyalar especialment que el 6,5% dels enquestats indica l'existència de violència a la llar prèvia al confinament, violència que s'ha agreujat en un 9,1% dels casos durant el període de confinament estricte. Aquesta violència s'ha manifestat a nivell verbal (41%), emocional (32%), de control (18%), físic (5%) i sexual (1%) (figura 5).



**Figura 5.** Tipus de violència patida durant el confinament

Les dades manifesten una reducció del ciberassetjament durant el confinament, però, tot i així, 58 persones (4,4% dels enquestats) afirmen haver-lo patit durant aquest període. Manifesten que, abans del confinament, el ciberassetjament el causava principalment un desconegut (2%), un conegut (1,6%) o l'exparella/parella (0,8%). Resulta destacable que durant el període de confinament hagi disminuït la taxa de freqüència, si bé els agressors continuen sent els mateixos i en el mateix ordre: desconeguts (1,4%), coneguts (0,6%) i parella/exparella (0,3%) (figura 6).



**Figura 6.** Evolució temporal del ciberassetjament

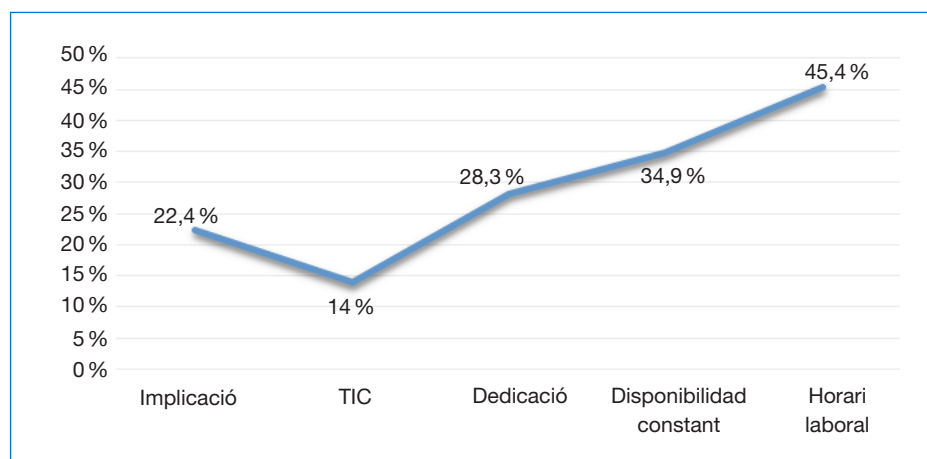
## II. Competències i recursos

Aquest apartat analitza les condicions laborals i econòmiques dels enquestats durant el període de confinament, així com els recursos tecnològics de què disposaven per desenvolupar la seva activitat laboral.

Quant a les condicions laborals, el 31 % afirma haver-se vist afectat per un expedient de regulació temporal (ERTO). En concret, el 44 % dels estudiants i el 24,3 % de PAS i PDI. Així mateix, el 34,1 % dels enquestats consideren que els seus recursos econòmics s'han vist molt afectats pel confinament, la qual cosa ha desembocat en un estrès personal i familiar.

Alhora, les condicions laborals han contribuït en gran mesura a aquest estrès. En concret, el 91,4 % ha manifestat sentir-se «constantment sol·licitat» i el 91,9 % ha declarat «estar treballant fora de l'horari laboral». D'aquests últims, el 45,4 % indica que treballar fora de l'horari era un fet molt freqüent (5 punts). Així mateix, el 34,9 % ha donat la puntuació màxima (5 punts) a l'exigència de disponibilitat constant (figura 7).

Tant el PDI (58,5 %) com els alumnes de doctorat (38,4 %) afirmen haver patit nivells màxims d'estrès. En canvi, el 34,3 % dels estudiants de grau i de màster i el PAS han tingut nivells d'estrès moderats.



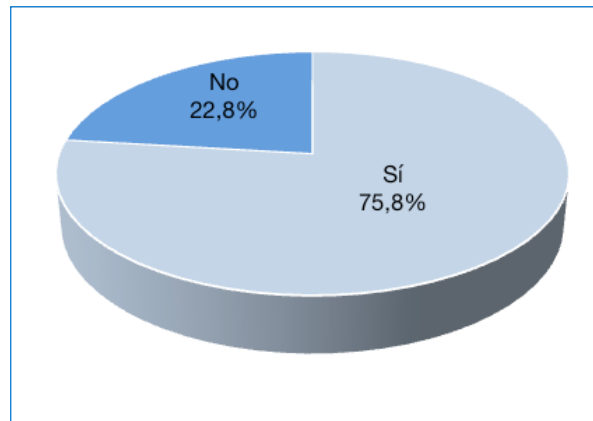
**Figura 7.** Competències personals, recursos tecnològics i activitat laboral

El 25,1 % dels enquestats han hagut de compartir l'equipament informàtic amb altres membres del llar, i el 7,1 % no disposava d'un equipament adequat per als estudis o la feina. A això s'hi ha d'afegir que l'11,3 % no tenia connexió a Internet, i que només el 5,7 % tenia equipament facilitat per la UB.

Si bé el 75,8 % dels enquestats manifesta haver utilitzat el *software* facilitat per la Universitat, el 22,8 % afirma no haver-lo utilitzat perquè desconeixia aquest recurs i el 39,2 % perquè no domina els programes informàtics. Així mateix, el 16,4 % afirma que el *software* no resultava estrictament necessari per a la seva feina (figura 8).

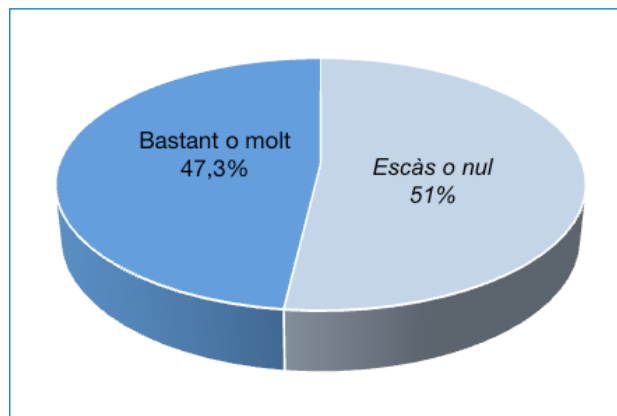
En desglossar els resultats per grups d'estudi, trobem que ha fet servir el *software* facilitat per la UB:

- el 85,9 % del PAS
- el 81,3 % del PDI
- el 69,8 % dels estudiants



**Figura 8.** Utilització del *software* facilitat per la UB

En relació amb el suport rebut de la Universitat, per al 47,3% va ser «molt o bastant», mentre que per al 51% va ser «escàs o nul» (figura 9). No s'observen diferències per col·lectius.



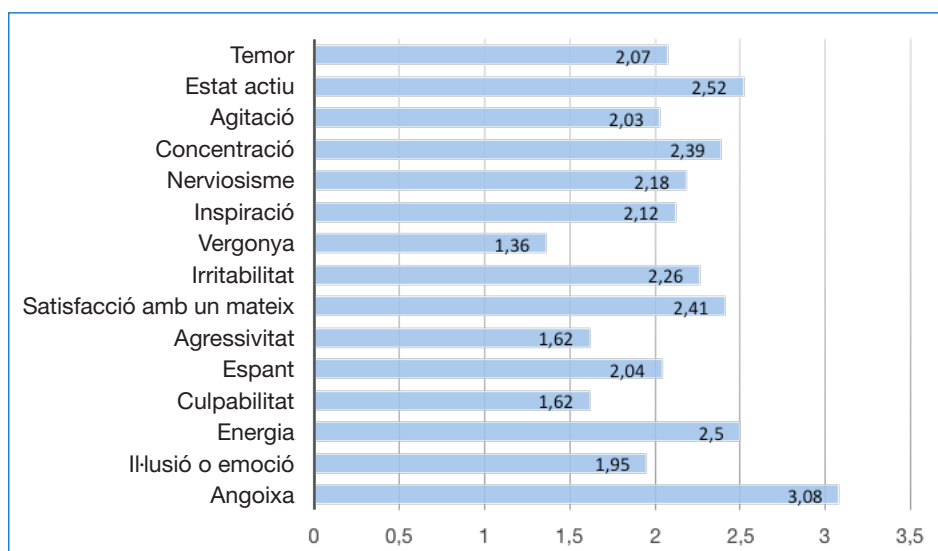
**Figura 9.** Suport de la UB a la feina a distància

Es considera que durant aquest període hi ha hagut una falta de mitjans materials, de connectivitat i de plataformes d'estudi (31,5%), falta d'informació institucional (13,5%), falta de suport institucional (16,5%) i dificultats per adaptar-se al canvi de docència presencial a docència virtual (31,7%).

### III. Estat d'ànim

Aquest apartat analitza l'estat d'ànim dels enquestats durant el període de confinament. Els resultats assenyalen que ha anat variant. A més, d'una banda el 60,7% destaca nivells alts d'angoixa, nerviosisme i irritabilitat, així com necessitat d'activació (energia i nivell d'activitat) i, de l'altra, el 55,3% manifesta nivells alts de satisfacció i de capacitat de concentració (figura 10).

No s'observen diferències per col·lectius, però les dones mostren puntuacions més altes en temor, agitació, angoixa, irritabilitat i nerviosisme (estan un punt per sobre de la mitjana que els homes), i estan dos punts per sobre de la mitjana a l'hora de considerar que aquesta situació les ha espantat. En relació amb les emocions positives, cal destacar que els homes puntuen més alt en inspiració i concentració, amb diferències inferiors al punt.



**Figura 10.** Estat d'ànim durant el confinament (1-5 punts)

Si bé pel que fa a l'estat d'ànim no s'aprecien diferències entre els tres col·lectius, l'alumnat presenta valors molt més alts (4-5 punts) en irritació (42,5%), nerviosisme (39,2%) i agitació (47,1%).

El 30,7% considera que els seus hàbits alimentaris s'han alterat «bastant» i l'11,2%, «molt». A més, el 34,5% considera haver vist «bastant» alterats el son i el descans, i el 25,8%, «molt». En ambdós casos, el grup de dones ha estat el més afectat, amb un 42,8% en els hàbits alimentaris i un 61,5% en el son (són un 3% i un 4,6% més, respectivament, en comparació amb els homes).

#### IV. Corresponsabilitat en les tasques domèstiques

Aquest apartat analitza la corresponsabilitat en les tasques domèstiques. El 37,4% afirma que se les han repartit entre tots els membres de la família, el 45,3% diu que se n'han encarregat els progenitors, el 8,9% diu que les han dividit entre els dos membres de la parella i el 3,9% indica que té assistenta de la llar.

Si bé es pot observar que la tasca que més ha fet la persona que ha contestat el qüestionari és organitzar la roba neta (57,8%), la tasca prioritària de la parella ha estat fer el sopar (19,4%). Els fills i filles renten els plats (el 2% dels fills i l'1,8% de les filles), i la tasca de planxar l'han fet altres persones (30,9%) (taula 1).

Pel que fa a les diferències entre sexes, les dones destaquen en les tasques de netejar la casa (57,5%), planxar (32,6%), organitzar la roba neta (66,3%) i cuidar la canalla (21,7%): en aquestes tasques representen el doble del percentatge masculí. Per la seva banda, els homes fan, amb un percentatge un 7% més alt, la tasca de rentar els plats (52,9%) i fer la compra (52,6%).

**Taula 1.** Repartiment de les tasques domèstiques

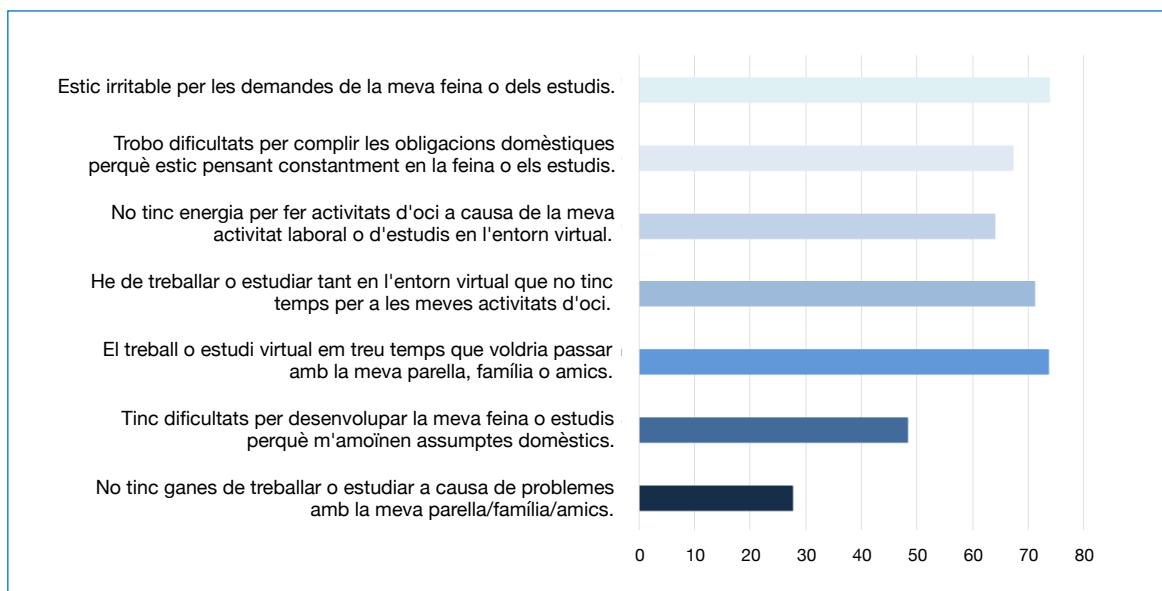
|                                                                                        | <b>Persona<br/>enquestada</b> | <b>Parella</b> | <b>Fill</b> | <b>Filla</b> | <b>Altres</b> |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| <b>Fer el dinar</b>                                                                    | 53,8%                         | 14,1%          | 0,2%        | 0,5%         | 27,0%         |
| <b>Fer el sopar</b>                                                                    | 46,9%                         | 19,4%          | 1,0%        | 0,5%         | 27,5%         |
| <b>Rentar els plats</b>                                                                | 50,4%                         | 11,2%          | 2,0%        | 1,8%         | 21,5%         |
| <b>Fer la compra</b>                                                                   | 47,5%                         | 18,0%          | 0,6%        | 0,5%         | 28,2%         |
| <b>Netejar la casa</b>                                                                 | 51,1%                         | 9,5%           | 0,4%        | 0,2%         | 29,8%         |
| <b>Posar en marxa els aparells<br/>de neteja (rentavaixelles,<br/>rentadora, etc.)</b> | 52,8%                         | 12,5%          | 1,4%        | 1,4%         | 22,5%         |
| <b>Planxar</b>                                                                         | 27,2%                         | 8,4%           | 0,1%        | 0,2%         | 30,9%         |
| <b>Organitzar<br/>la roba neta</b>                                                     | 57,8%                         | 11,7%          | 0,5%        | 1,4%         | 20,9%         |
| <b>Fer la llista<br/>de la compra</b>                                                  | 52,6%                         | 12,5%          | 0,2%        | 0,9%         | 24,1%         |
| <b>Organitzar els menús</b>                                                            | 48,0%                         | 13,4%          | 0,3%        | 0,9%         | 22,4%         |
| <b>Acompanyar la canalla<br/>en les tasques escolars</b>                               | 21,1%                         | 4,5%           | 0,4%        | 0,2%         | 4,4%          |
| <b>Cuidar la canalla</b>                                                               | 18,8%                         | 13,8%          | 0,1%        | 0,2%         | 4,9%          |
| <b>Cuidar persones grans<br/>o amb discapacitat</b>                                    | 15,6%                         | 2,3%           | —           | —            | 8,0%          |

En desglossar els resultats, es constata que el PDI i el PAS sol encarregar-se d'acompanyar la canalla en les tasques escolars (35,1%), cuidar la canalla (34,9%) o cuidar persones grans o amb discapacitat (24,8%), i que les tasques que més han dut a terme els estudiants han estat cuinar (57,5%), rentar els plats (53,3%) i fer la compra (47,2%).

## V. Conciliació de la feina o els estudis amb la vida personal

Aquest apartat analitza la percepció de la conciliació entre la vida laboral i la vida personal durant el confinament. La majoria dels entrevistats (70,8%) coincideix a considerar que durant aquest període s'ha vist reduït el temps dedicat a l'àmbit familiar i social i a l'oci.

El 73,8% afirma que ha estat irritable i el 63,9%, sense energia per gaudir del temps d'oci i amb dificultats per complir les obligacions de feina o estudi a causa de pensar constantment en els problemes domèstics (48,3%). A més, el 27,5% afirma «No tenir ganes de treballar o estudiar a causa de problemes amb la parella, família o amics» (figura 11). No hi ha diferències entre sexes, però sí que hi ha més preocupació entre les dones respecte a «estar constantment pensant en la feina o els estudis» (0,5 punts en una escala de 5 punts). Així mateix, l'increment del temps dedicat a l'estudi o la feina limita el temps per a les activitats d'oci.



**Figura 11.** Efectes negatius del confinament en la conciliació

A més, cal assenyalar que:

- el 78,3% han destacat que haver tingut un dia productiu durant aquest període, ja fos a nivell acadèmic o laboral, ha tingut una influència positiva en l'ambient de casa (estudiants: 80,5%; PDI: 81,7%; PAS: 73,9%);
- el 57,2% dels enquestats diu que es pren més seriosament les responsabilitats de l'àmbit laboral o estudiantil que les domèstiques, i
- el 56,5% dels enquestats afirma tenir més autoconfiança en la feina o els estudis perquè té la vida familiar ben organitzada.

## Conclusions

### Context físic i psicosocial

La mida mitjana de l'habitatge és de 110,1 m<sup>2</sup> en el cas del PDI, de 95,8 m<sup>2</sup> en el cas del PAS i de 103,7 m<sup>2</sup> en el cas dels estudiants. Majoritàriament els habitatges tenien llum natural i disposaven de balcó, terrassa o jardí.

Un percentatge baix d'enquestats s'han fet el test diagnòstic de COVID-19. A més, els enquestats assenyalen que les persones més afectades per la COVID-19 han estat persones del seu entorn social.

El principal element facilitador de suport ha estat l'entorn pròxim (la família), seguit de les amistats i de la convivència amb animals.

El confinament ha facilitat el desenvolupament del conflicte en el context familiar. És en l'etapa de confinament estricte que s'han assolit els nivells més elevats de, sobretot, violència verbal entre progenitors i/o parelles.

## **Competències i recursos**

Les condicions laborals del PDI i dels alumnes de doctorat han contribuït en gran mesura als alts índexs d'estrès, especialment pel fet de sentir-se «constantment sol·licitats» i d'«estar treballant fora de l'horari laboral».

Els equipaments informàtics utilitzats han estat majoritàriament recursos propis. Si bé s'ha utilitzat el *software* facilitat per la Universitat de Barcelona, un percentatge destacat afirma que no l'ha fet servir perquè en desconeixia l'existència o perquè no domina els programes informàtics.

Un elevat percentatge d'enquestats assenyala la falta de mitjans materials, de connectivitat i de plataformes d'estudi, la falta d'informació i de suport institucional a causa de l'absència de mitjans facilitats, i la dificultat d'adaptar-se a la no presencialitat.

## **Estat d'ànim**

L'estat d'ànim ha anat variant al llarg del confinament, però destaquen alts nivells d'angoixa, nerviosisme i irritabilitat.

Així mateix, s'assenyala una alteració dels hàbits alimentaris, de descans i del son, en què el col·lectiu més afectat és el de les dones.

## **Corresponsabilitat en les tasques domèstiques**

Les tasques domèstiques han estat força repartides. Es constata que la tasca que més han fet les persones que han contestat el qüestionari és organitzar la roba neta, i la tasca de què més s'ha encarregat la parella és fer el sopar.

Les tasques de netejar la casa, planxar, organitzar la roba neta i cuidar la canalla les duen a terme majoritàriament dones. D'altra banda, rentar els plats i fer la compra són tasques que duen a terme, en major mesura, els homes.

## **Conciliació de la feina o els estudis amb la vida personal**

La majoria dels entrevistats coincideixen que durant el període de confinament s'ha vist reduït el temps dedicat a la família, a l'entorn social i a l'oci.

Un percentatge destacat assenyala que no tenia ganes de treballar o d'estudiar perquè tenia problemes amb la parella, la família o els amics, i que no tenia motivació per treballar a causa dels problemes generats en l'entorn proper (família i amics).

A més, destaquen que durant aquest període han estat irritables i sense energia per gaudir del temps d'oci. Les dones puntuen més alt les seves dificultats per complir les obligacions domèstiques a causa d'estar constantment pensant en la feina o els estudis.

## Recomanacions

En primer lloc, és important ressaltar el baix nombre de respostes a l'enquesta. Per això, en futures ocasions la institució hauria de fomentar la participació mitjançant accions de difusió o publicitat, fent sentir la utilitat de les enquestes.

### Context físic i psicosocial

L'entorn pròxim (família i amistats) és el principal suport personal, mentre que el suport institucional únicament l'han percebut quasi la meitat de les persones que han emplenat l'enquesta. Aquest resultat és insuficient tenint en compte que més del 80% del PDI i el PAS diu haver treballat en línia utilitzant els mitjans proporcionats per la institució. Per això cal:

- En cas de pandèmia, adequar el circuit d'atenció psicològica de la institució a les necessitats de les persones afectades (atenció telefònica, presencial, etc.).
- Difondre l'existència d'aquest circuit, la seva funció i les tècniques disponibles.

Per afrontar millor futures situacions similars, cal:

- Dissenyar un pla de contingència que asseguri la comunicació vertical de les condicions de feina no presencial que ha de dur a terme el PDI i el PAS, mitjançant canals de comunicació directes i precisos.
- Documentar i actualitzar les necessitats laborals del personal i, amb això, tendir a les condicions òptimes de la feina no presencial, amb una actualització permanent i justificada dels mitjans necessaris.

### Competències i recursos

Amb l'objectiu d'assegurar una actualització de les eines útils per a cada treballador que permetin passar de la presencialitat a la no presencialitat més fàcilment en qualsevol situació futura, cal garantir:

- Que es facilita una formació obligatòria a tot el PDI i el PAS en funció de cada lloc de treball i de les competències necessàries per fer teletreball (per exemple: lideratge per a responsables d'equips en línia, tècniques de teletreball, seguretat de dades i prevenció de riscos laborals: ergonomia, riscos psicosocials, recomanacions organitzatives, etc.).
- Que s'ofereix formació —de caràcter optatiu però recomanat— per millorar la formació obligatòria rebuda (indicada en el punt anterior).
- Que es dissenya un programa formatiu per al personal de nova incorporació a la institució o al lloc de feina.
- Que, per afavorir la conciliació, les reunions es convoquen en horaris acordats (per exemple, mitjançant eines com ara Doodle) dins de les franges horàries compatibles amb la conciliació familiar i personal; que tenen una durada preestablerta (amb hora d'inici i de finalització), i que hi ha una convocatòria amb un ordre del dia i la documentació prèvia necessària perquè siguin més eficients. S'ha de plantejar la possibilitat de fer aportacions abans o després de les reunions, dins un termini raonable.

- Que es millora la difusió dels recursos disponibles per a la docència en línia i s'ofereix formació per fer-ne ús.
- Que es coneixen les necessitats tecnològiques i de connectivitat de l'alumnat al principi de la docència, la qual cosa permetria detectar situacions de vulnerabilitat.
- Que, en cas d'una nova situació d'emergència, es garanteix el ràpid accés a un préstec de dispositius electrònics i de connectivitat.

## **Estat d'ànim**

L'enquesta revela la necessitat de suport psicosocial. Per això es plantegen les mesures següents:

- Elaborar material de suport per a les situacions de teletreball i confinament (missatges al correu institucional i en una secció del web especialment destinada a això) sobre hàbits saludables (alimentació, exercici, son, relaxació, etc.).
- Disponibilitat i difusió de l'assessorament psicològic que ofereix la Universitat.

## **Conciliació de la feina o els estudis amb la vida personal**

Atesa l'experiència viscuda, l'obligació de minimitzar l'impacte de manera personal, tal com va passar el març del 2020, no s'hauria de tornar a produir. En aquest sentit, caldria:

- Respectar els horaris de feina, que han de ser clars i públics (especialment respecte al PAS).
- Disposar de personal suficient durant tota la jornada laboral (matins i tardes) per tal d'assegurar el bon funcionament de la institució i que no es produeixin demandes permanents. Establir grups de feina que assegurin que les tasques encomanades es desenvolupen fins i tot sota condicions d'excepcionalitat.
- Mantenir una comunicació positiva amb els estudiants, PDI i PAS des dels òrgans de gestió universitària.
- Assegurar la flexibilitat dels aspectes docents, administratius i econòmics que puguin afectar l'alumnat, seguint l'experiència positiva viscuda.
- Facilitar informació als estudiants de nova incorporació a la UB, no familiaritzats amb les plataformes de docència no presencial.

## **Confinament i conflictivitat**

Durant el confinament han augmentat els conflictes personals i relacionals, per la qual cosa es recomana adoptar la mesura següent:

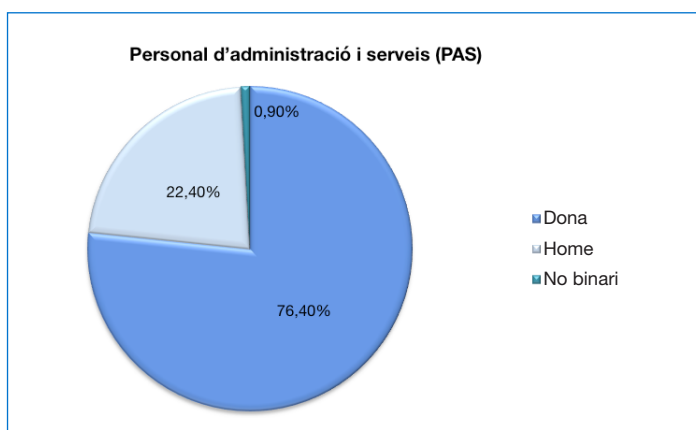
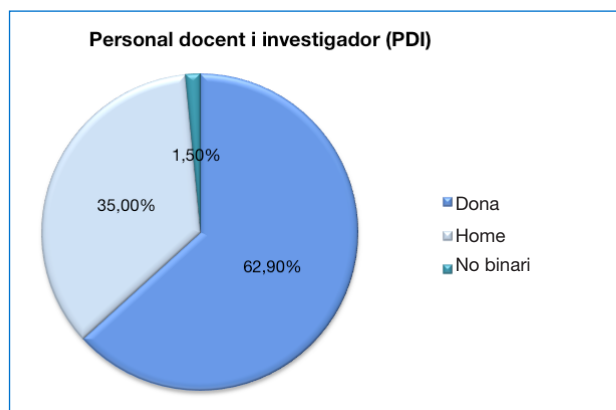
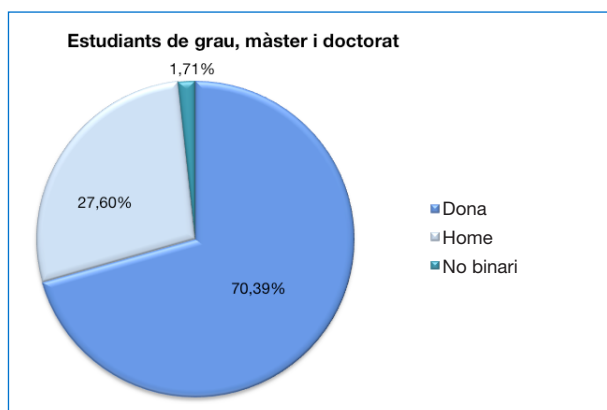
- Incorporar voluntàriament un percentatge variable de feina no presencial, en funció de les necessitats personals i familiars, a tots els llocs de feina (de docència, de recerca i d'administració i serveis).

Per a això seria necessari:

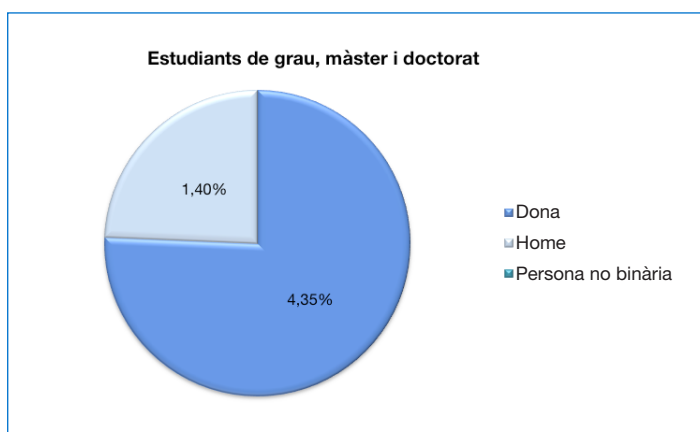
- Disposar d'una organització excel·lent i d'un sistema informàtic efectiu que suporti tècnicament l'activitat docent i administrativa, assegurant un context adaptatiu, fort i estable.

## Gràfics complementaris

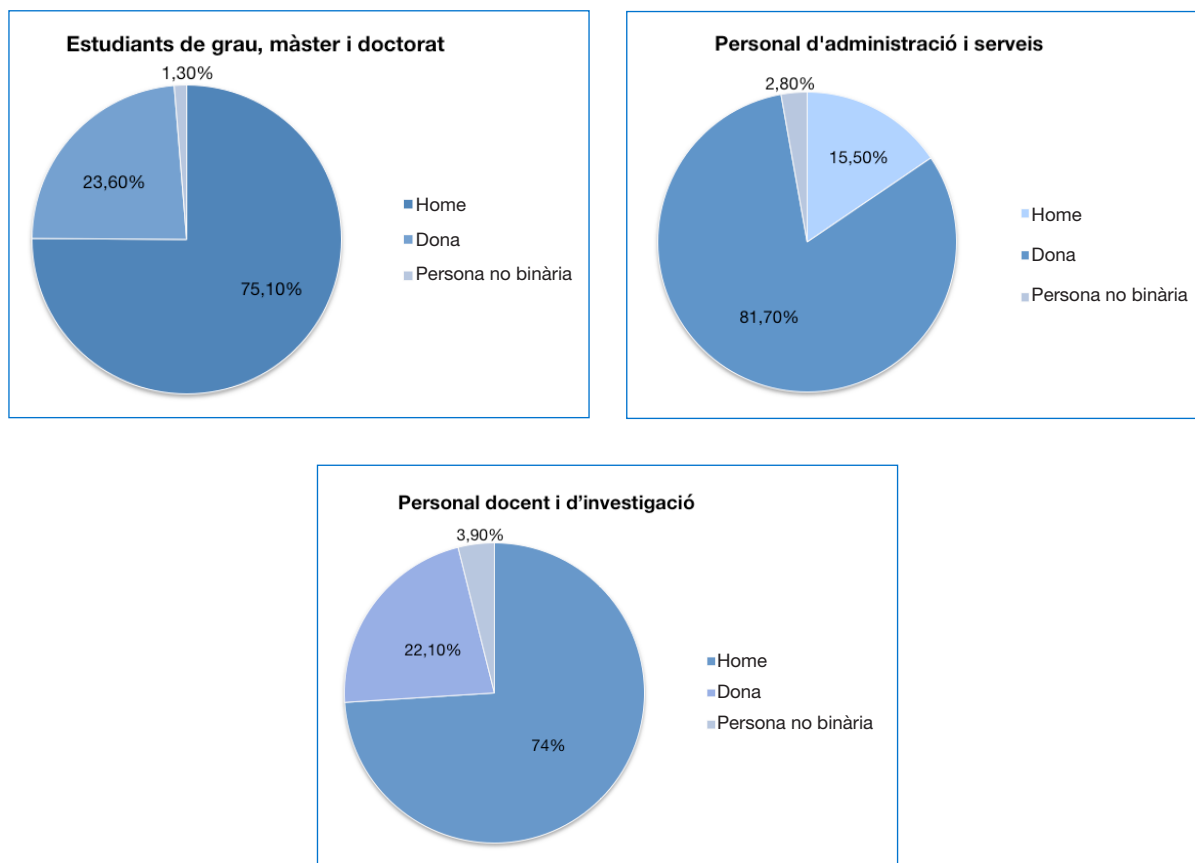
### 1. Descripció de la mostra per sexes



### 2. Afectats per ERTE (respostes afirmatives)

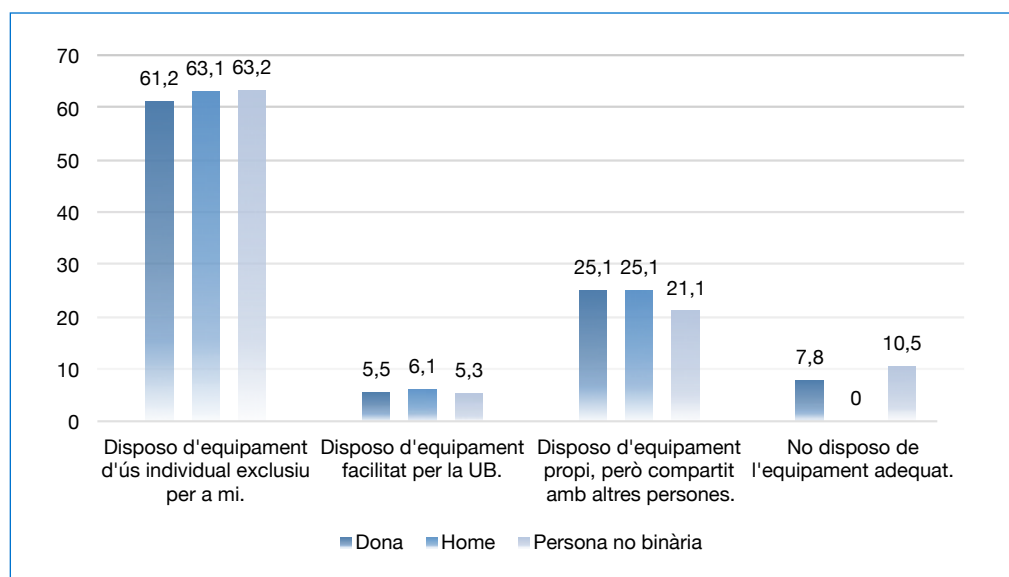


### 3. Afectació recursos econòmics (respostes afirmatives)

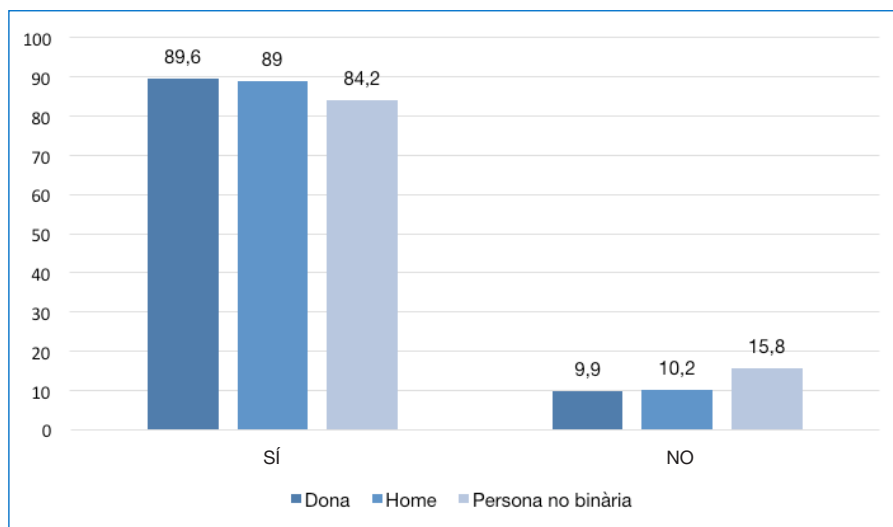


### 4. Bretxa digital

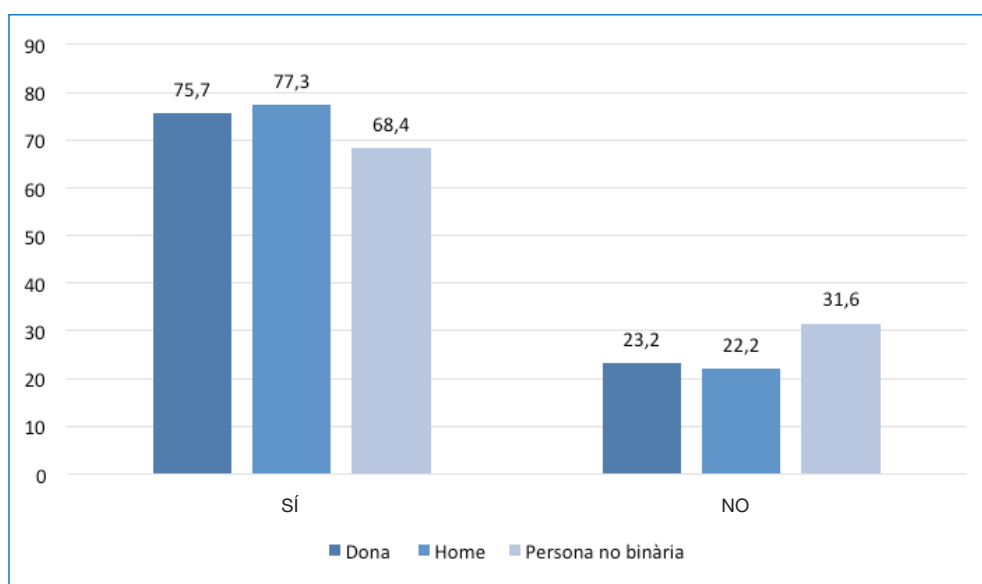
C2. Disposeu d'equipament (ordinador, escàner, etc.) per desenvolupar la vostra feina o els estudis?



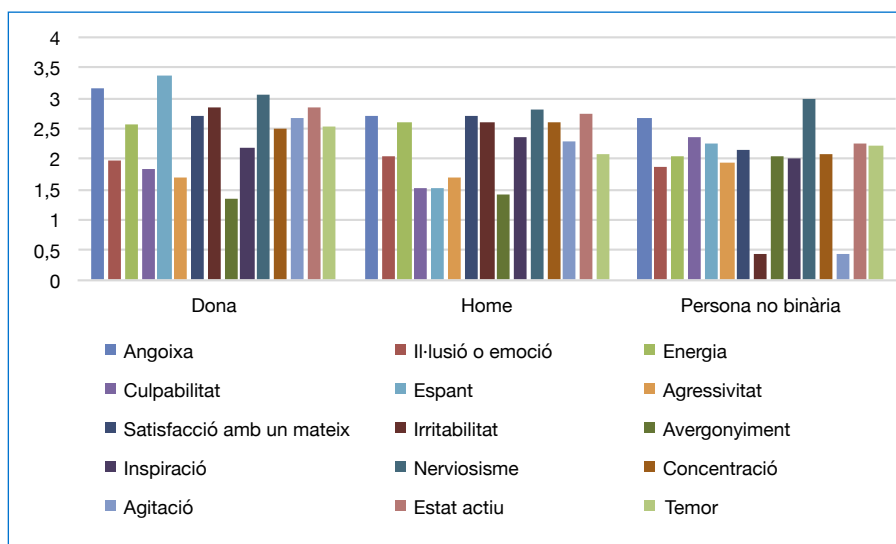
C3. Disposeu de la connectivitat adequada a la xarxa per desenvolupar la vostra tasca laboral o d'estudis?



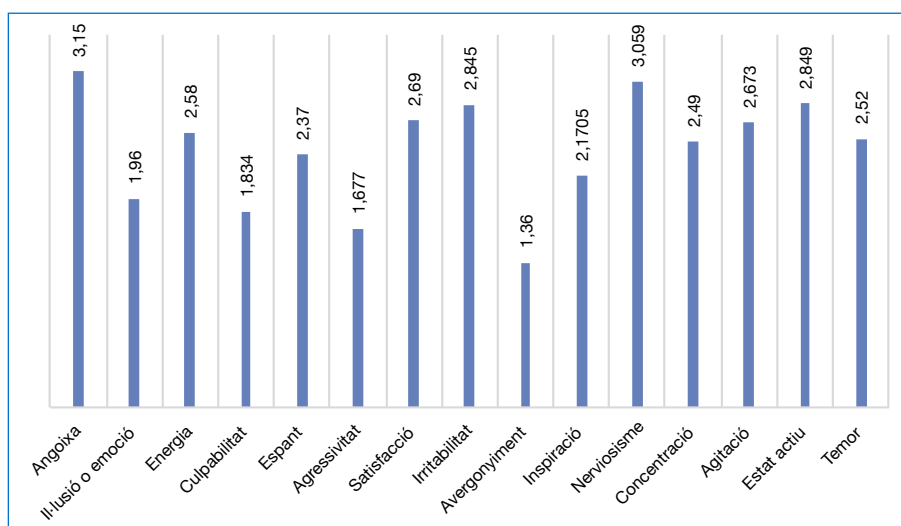
C4. Utilitzeu el programari facilitat per la UB per treballar o estudiar?



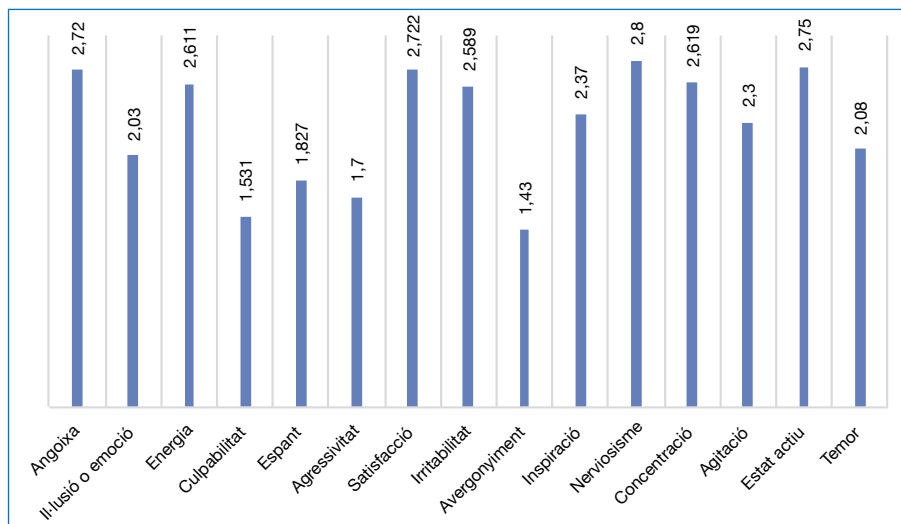
## 5. Estat d'ànim



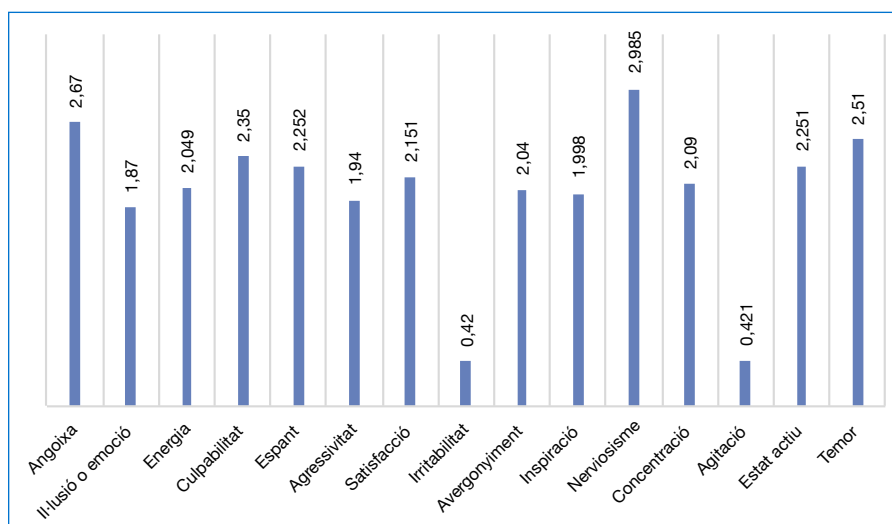
### Estat d'ànim per gènere – dona



### Estat d'ànim per gènere – home



## Estat d'ànim per gènere – no binari



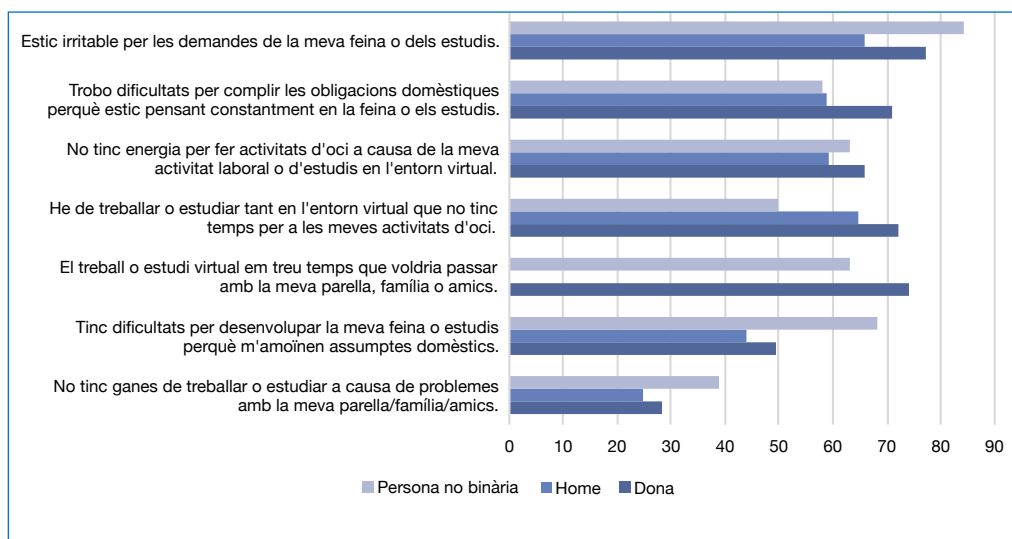
## 6. Repartiment de les tasques domèstiques

| HOME                                                                    | Persona enquestada | Parella | Fill | Filla | Altres |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------|------|-------|--------|
| Fer el dinar                                                            | 49,2%              | 16,6%   | 0,5% | 0,3%  | 29,1%  |
| Fer el sopar                                                            | 43,6%              | 17,1%   | 1,6% | 0,5%  | 32,6%  |
| Rentar els plats                                                        | 52,9%              | 7,5%    | 1,1% | 0,5%  | 23,8%  |
| Fer la compra                                                           | 52,7%              | 10,4%   | 0,8% | 0,8%  | 30,2%  |
| Netejar la casa                                                         | 36,6%              | 18,7%   | 0,8% | 0,3%  | 34%    |
| Posar en marxa els aparells de neteja (rentavaixelles, rentadora, etc.) | 50%                | 14,7%   | 0,8% | 0,3%  | 24,1%  |
| Planxar                                                                 | 15,2%              | 15,2%   | 0,3% | 0,3%  | 36,4%  |
| Organitzar la roba neta                                                 | 37,7%              | 25,7%   | 0,3% | 0,5%  | 26,7%  |
| Fer la llista de la compra                                              | 42%                | 15,2%   | 0,5% | 1,1%  | 29,7%  |
| Organitzar els menús                                                    | 35,6%              | 19,8%   | 0,3% | 1,3%  | 25,1%  |
| Acompanyar la canalla en les tasques escolars                           | 16,3%              | 8,6%    | 0,5% | 0,3%  | 6,7%   |
| Cuidar la canalla                                                       | 12,3%              | 7%      | —    | 0,3%  | 6,7%   |
| Cuidar persones grans o amb discapacitat                                | 11,8%              | 3,2%    | —    | —     | 8,8%   |

| <b>DONA</b>                                                             | <b>Persona enquestada</b> | <b>Parella</b> | <b>Fill</b> | <b>Filla</b> | <b>Altres</b> |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| Fer el dinar                                                            | 55,8%                     | 13,1%          | —           | 0,7%         | 3,1%          |
| Fer el sopar                                                            | 48,5%                     | 20,5%          | 0,7%        | 0,5%         | 25,9%         |
| Rentar els plats                                                        | 49,5%                     | 12,9%          | 2,4%        | 2,4%         | 20,8%         |
| Fer la compra                                                           | 45,5%                     | 21,6%          | 0,4%        | 0,3%         | 28%           |
| Netejar la casa                                                         | 57,5%                     | 5,9%           | 0,2%        | 0,2%         | 28,5%         |
| Posar en marxa els aparells de neteja (rentavaixelles, rentadora, etc.) | 54,4%                     | 11,7%          | 1,7%        | 2%           | 22,2%         |
| Planxar                                                                 | 32,6%                     | 6%             | —           | 0,1%         | 29%           |
| Organitzar la roba neta                                                 | 66,3%                     | 6,4%           | 0,7%        | 1,7%         | 18,6%         |
| Fer la llista de la compra                                              | 57,2%                     | 11,5%          | —           | 0,9%         | 22,4%         |
| Organitzar els menús                                                    | 53,7%                     | 10,8%          | 0,3%        | 0,7%         | 21,8%         |
| Acompanyar la canalla en les tasques escolars                           | 23,1%                     | 3%             | 0,3%        | 0,2%         | 3,6%          |
| Cuidar la canalla                                                       | 21,8%                     | 2,6%           | 0,1%        | 0,1%         | 4%            |
| Cuidar persones grans o amb discapacitat                                | 17,3%                     | 2%             | —           | —            | 7,7%          |

| <b>PERSONA NO BINÀRIA</b>                                               | <b>Persona enquestada</b> | <b>Parella</b> | <b>Fill</b> | <b>Filla</b> | <b>Altres</b> |
|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| Fer el dinar                                                            | 63,2%                     | 15,8%          | —           | —            | 10,5%         |
| Fer el sopar                                                            | 42,1%                     | 26,3%          | —           | —            | 21,1%         |
| Rentar els plats                                                        | 57,9%                     | 5,3%           | 5,3%        | —            | 15,8%         |
| Fer la compra                                                           | 47,4%                     | 5,3%           | 5,3%        | —            | 21,1%         |
| Netejar la casa                                                         | 36,8%                     | 5,3%           | —           | —            | 26,3%         |
| Posar en marxa els aparells de neteja (rentavaixelles, rentadora, etc.) | 42,1%                     | 10,5%          | —           | —            | 21,1%         |
| Planxar                                                                 | 10,5%                     | —              | —           | —            | 21,1%         |
| Organitzar la roba neta                                                 | 57,9%                     | 5,3%           | —           | —            | 21,1%         |
| Fer la llista de la compra                                              | 47,4%                     | 10,5%          | —           | —            | 10,5%         |
| Organitzar els menús                                                    | 42,1%                     | 15,8%          | —           | 5,3%         | 5,3%          |
| Acompanyar la canalla en les tasques escolars                           | 21,1%                     | —              | —           | —            | —             |
| Cuidar la canalla                                                       | 10,5%                     | —              | —           | —            | 10,5%         |
| Cuidar persones grans o amb discapacitat                                | 10,5%                     | 5,3%           | —           | —            | 5,3%          |

## 7. Conciliació de la feina o els estudis amb la vida personal



## Referències

- LÓPEZ GÓMEZ, I.; HERVAS, G., & VÁZQUEZ, C. (2015). «Adaptación de la “Escala de afecto positivo y negativo (PANAS) en una muestra general espanyola». *Behavioral Psychology/Psicologia Conductual*, 23 (3), 529-548.
- ROMEO, M.; BERGER, R.; YEPES-BALDÓ, M.; RAMOS, B. (2014). «Adaptation and validation of the Spanish Version of the “Survey Work-Home Interaction–NijmeGen”(SWING) to Spanish speaking countries». *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 30(1), 287-293.
- SANDIN, B.; CHOROT, P.; LOSTAO, L.; JOINER, T. E.; SANTED, M. A.; VALIENTE, R. M. (1999). «Escala PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural». *Psicothema*, 11 (1), 37-51.
- WATSON, D.; CLARK, L. A.; TELLEGEN, A. (1988). «Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales». *Journal of personality and social psychology*, 54 (6), 1063-1080.
- Xarxa d'Unitats d'Igualtat de Gènere per a l'Excel·lència Universitària (RUIGEU). Disponible a: [https://www.uv.es/ruigeu2/GUIA\\_BUENAS\\_PRACTICAS.pdf](https://www.uv.es/ruigeu2/GUIA_BUENAS_PRACTICAS.pdf)

[ COL·LECCIÓ DE NORMATIVES I DOCUMENTS DE LA UB ]



UNIVERSITAT<sup>DE</sup>  
BARCELONA

Edicions