

# Cómo manejan el *tiempo*

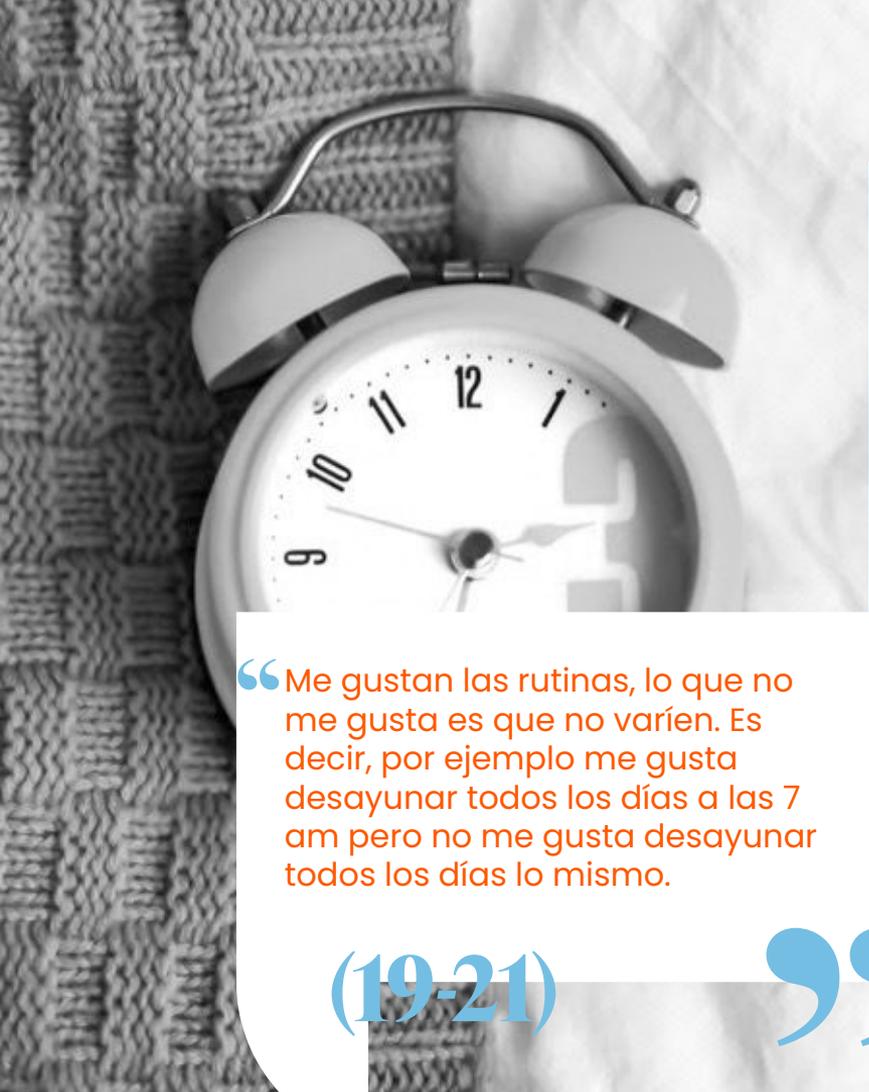


## *Tienen buen manejo del tiempo*



SE DESCRIBEN ORGANIZADOS EN GENERAL Y SOBRE TODO, SE MUESTRAN COMPROMETIDOS. AÚN QUIENES JUEGAN MÁS CON EL LÍMITE DEL TIEMPO, NO POSTERGAN Y CUMPLEN.

LA PANDEMIA EN GENERAL MEJORÓ SU ORGANIZACIÓN. EXCEPTO A LOS MÁS ESTRUCTURADOS QUE LOS CORRIÓ UN POCO DEL EJE DEL ORDEN Y RUTINAS ESTRICTAS (QUE SE FLEXIBILIZARON EN CUARENTENA).



## Rutinas

Las valoran como ordenadoras: se concibe como un orden, pero no necesariamente una repetición monótona.

Ideal: combinadas con una cuota de espontaneidad que descomprime.

“ Me gustan las rutinas, lo que no me gusta es que no varíen. Es decir, por ejemplo me gusta desayunar todos los días a las 7 am pero no me gusta desayunar todos los días lo mismo.

(19-21)





## *El tiempo libre “se ocupa”*

Buscan llenar el tiempo libre con alguna actividad. No hacer nada genera ansiedad y sensación de estar perdiéndose algo, de desperdicio, de entrar en modo improductivo. Excepto algún perfil con cierta inquietud artística que disfruta de alguna actividad más introspectiva (escribir o hacer música) o incluso relajarse y nada más.

“ Siempre tengo que tener algo para hacer, si no la paso mal, siempre estoy buscando algo para hacer

**(17-18)**

“ Odio no tener nada que hacer, tengo un grave problema que necesito sentirme productiva y útil

**(22-25)**

## *El tiempo libre: ansiedad y exigencia*

**(17-18)**

“ Siempre tengo que tener algo para hacer, si no la paso mal, siempre estoy buscando algo para hacer.

Si ya cumplí con mis tareas me siento realizado.

”

**(19-21)**

“ Me siento ansiosa si pero porque no tengo nada que hacer y siento que debería tener algo que hacer. Me pasa muchas veces que digo que me harté de la facu, pasan dos días sin hacer nada y ya estoy deseando agarrar algo para entretenerme.

”

**(22-25)**

“ Odio no tener nada que hacer, tengo un grave problema que necesito sentirme productiva y útil. Estar mucho tiempo sin hacer nada me consume y sí me da bastante ansiedad.

Depende, si hice cosas productivas en el día. Me siento bien teniendo un momento para descansar, pero algo útil tengo que hacer todos los días, si no ahí si me pongo nerviosa.

”