



# Betri vinnutími í dagvinnu

Félag grunnskólakennara

LEIÐBEININGAR FYRIR  
VINNUTÍMAHÓPA



## Efnisyfirlit

Ferli við innleiðingu betri vinnutíma.....	3
Umbætur.....	5
Umræðupunktur fyrir samtal á vinnustöðum.....	5
Vinnutími.....	7
Yfirvinna.....	7
Undirbúningur nýs vinnutímafyrirkomulags.....	8
<b>Ávinningur af betri vinnutíma.....</b>	<b>10</b>
Betri nýting vinnutíma.....	10
Gæðastundir með fjölskyldunni.....	11
Minna álag.....	11
Tími til að sinna sjálfum sér.....	11
Aukið jafnrétti.....	12

## Inngangur

Í kjarasamningi Félags grunnskólakennara og Sambands íslenskra sveitarfélaga sem undirritaður var 10. mars 2022 er kveðið á um heimild til að gera breytingar á skipulagi vinnutíma og stytta vinnutíma sem nemur 13 mínútum á dag miðað við 40 stunda vinnuviku að jafnaði yfir árið.

Samkomulag um útfærslu vinnutíma gildir fyrir skólaárið 2022 til 2023 eða frá 1. ágúst 2022 til 31. júlí 2023.

Markmið breytinganna er að stuðla að umbótum í skólastarfi, bæta vinnustaðamenningu og auka samræmingu vinnu og einkalífs án þess að draga úr skilvirkni og gæðum í starfsemi skólans, tryggja betur gagnkvæman sveigjanleika og stuðla þannig að bættum lífskjörum.

Breyting á skipulagi vinnutíma á að öðru óbreyttu ekki að leiða til breytinga á launum eða launakostnaði sveitarfélaga s.s. vegna fjölgunar starfsmanna, afleysinga eða yfirvinnu. Þá skal framkvæmdin ekki fela í sér viðbótarvinnu fyrir kennara. Jafnframt er forsenda breytinganna að starfsemi skólans raskist ekki og að skólastarf sé af sömu eða betri gæðum og áður.

Viðræður um breytt skipulag vinnutíma fara fram í hverjum skóla fyrir sig. Í þessari samantekt er ferlinu við umbótasamtalið lýst og kennurum og stjórnendum leiðbeint um hvað þarf helst að hafa í huga svo hægt verði að endurskipuleggja vinnufyrirkomulag og nýta vinnutímamann betur með gagnkvæman ávinning kennara, og skóla að leiðarljósi.

Fyrir 31. júlí 2023 munu samningsaðilar leggja sameiginlegt mat á áhrif breytinganna og hvort núverandi framsetning á ákvæðum vinnutíma í kjarasamningi falli best að framtíðarskipulagi og starfsumhverfi grunnskóla og hvort að fyrrgreindum markmiðum hafi verið náð.

## **Ferli við innleiðingu betri vinnutíma**

Til leiðbeiningar er yfirlit yfir ferilinn við innleiðingu betri vinnutíma í 9 skrefum. Þar sem grunnskólar hafa fjölbreytta daglega starfsemi og ólíka samsetningu mannaúds er mikilvægt að betri vinnutími sé útfærður í nærumhverfi. Í einhverjum tilvikum gæti annar ferill hentað

betur. Meginmarkmið breytinganna er að stuðla að gagnkvæmum ávinningi kennara og grunnskóla og því verður ákvörðun um vinnufyrirkomulag að vera sameiginleg. Þannig verður að uppfylla kröfur um upplýsingaöflun og samráð við kennara um innleiðingu betri vinnutíma. Niðurstöðuna á að tilkynna til og fá staðfesta hjá hlutaðeigandi sveitarstjórn/skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar sem jafnframt sendir afrit af niðurstöðunum til innleiðingarrhóps, sbr. skref 8a.



**1. skref**  
Ferlið sett af stað

**Skólastjóri grunnskóla setur ferlið af stað, kallar eftir tilnefningum í vinnutímahóp og boðar til fyrsta fundar hópsins.**

Hver og einn grunnskóli hefur fjölbreytta daglega starfsemi og ólíka samsetningu mannauðs. Fyrir vikið er mikilvægt að betri vinnutími sé útfærður í nærumhverfinu.

Vinnutímahópur leiðir umræðuna um styttingu vinnutíma í viðkomandi skóla. Í vinnutímahópi sitja trúnaðarmaður kennara, fulltrúar kennara og stjórnenda. Skólastjóri skal eiga frumkvæði að því að hefja undirbúning breytinganna og kallar saman fund kennara til að velja fulltrúa í vinnutímahópin. Miðað er við að nefndirnar verði fámennar en hver grunnskóli ákveður hvað hentar best.

**2. skref**  
Vinnutímahópur-  
upplýsingaöflun  
og greining

**Vinnutímahópur undirbýr verkefnið með upplýsingaöflun, kortlagningu og greiningu og skilgreinir helstu tækifæri til umbóta.**

Vinnutímahópur kynnir sér fræðsluefni og leiðbeiningar um betri vinnutíma. Þá sinnir hópurinn öflun gagna og greiningu á skólastarfinu. Markmið greiningarvinnunnar er að draga fram gagnkvæman ávinning kennara og grunnskóla af breyttu skipulagi og styttri vinnutíma.

Dæmi um það getur verið:

- Greining á skólastarfi og helstu álagspunktum;

- Greining á mismunandi störfum kennarahópsins;
- Greining og endurskipulagning á ólíkum dögum innan skóladagatalsins s.s. starfsdaga, skertra daga og uppbrotsdaga;
- Skilgreina ávinning kennara og skólans af breyttu vinnufyrirkomulagi;
- Ræða sóknarfæri í vinnufyrirkomulagi, verklagi, samvinnu og tímastjórnun, t.d.:
  - Hvaða breytingar þarf að gera á vinnufyrirkomulagi til að ná umsaminni styttingu?
  - Hvernig má nýta vinnutímann betur?
  - Er hægt að einfalda vinnulag með hjálp tækninýjunga?
  - Hvers kyns sveigjanleika þarf samhliða styttri vinnutíma?

Með upplýsingaöflun og greiningu mótar hópurinn umræðupunkta fyrir samráðsfund með kennurum og stjórnendum, sbr. 3. skref.

### 3. skref

Umbótasamtal

**Umbótasamtal þar sem öllum kennurum gefst færi á að taka þátt. Niðurstöður greininga eru kynntar og umræður um tækifæri og nýjar leiðir í bættu vinnutímafyrirkomulagi.**

Vinnutímahópurinn boðar til fundar með kennurum til að ræða breytingar á vinnutíma. Hópurinn gerir grein fyrir öflun upplýsinga og niðurstöðum greininga. Þá verði teknar til umræðu óskir og tillögur kennara um breytingu á vinnutíma með hliðsjón af starfsemi skólans og ræddar hvaða leiðir aðilar sjái til umbóta.

Markmið samráðsfundarins er að tryggja aðkomu allra kennara, eins og við á, að samtalinu og ákvörðun um breytingar. Samráð við kennara má útfæra með ólíkum hætti eftir aðstæðum t.d með fundum á mismunandi stigum eða deildum skólans.

Hér á eftir fylgja gagnlegar upplýsingar og spurningar sem gætu verið útgangspunktur í samtali um betri vinnutíma.

## Umbætur

Til að ná fram styttingu á vinnutíma þarf samhliða að skoða breytingar á vinnufyrirkomulagi, verklagi, samvinnu og tímastjórnun, skipulag starfstíma og framkvæmd hans á starfstíma skóla og utan hans, til að ná fram markmiðum um gagnkvæman ávinning starfsmanna og starfsstaðarins. Umbætur eru því forsenda þess að hægt sé að stytta vinnutímann.

Stytting vinnutímans er samstarfsverkefni þar sem allir þurfa að leggja sig fram ef vel á að takast til. Kennarar þurfa að vera meðvitaðir um hlutverk og markmið skólans og starfsins sem þeir sinna. Þá þarf að kanna hvort hægt sé að dreifa verkefnum og daglegri verkaskiptingu á annan hátt og skilgreina hverju þurfi að breyta til að sett markmið náist.

## Umræðupunktar fyrir samtal á vinnustöðum

Hér að neðan má finna dæmi um umræðupunkta fyrir samtal vinnutímahóps við kennara varðandi verklag og vinnufyrirkomulag til undirbúnings styttingu vinnutímans.

Er verkaskipting skýr?

Er ábyrgðasvið skýrt?

Er skýrt hver hefur heimild til ákvarðana?

Er hægt að hraða veitingu samþykkis til að forðast tafir?

Er jafnræði í dreifingu verkefna?

Er dreifing verkefna góð eða eiga mál það til að stoppa hjá einum/fáum?

Er góð samvinna milli kennara/stjórnenda, sviða og deilda?

Er hægt að draga úr eða senda á markvissari hóp tölvupósta?

Er hægt að spara tíma með markvissari námskeiðum eða fræðslu? S.s. með fjarnámi? Er hæfni starfsfólks fullnýtt?

Er upplýsingaflæði gott?

Er gott vinnunæði?

Er starfsandinn góður?

Eru áherslur og forgangsröðun skýr?

Er of mikið eða of lítið af fundum?

Eru fundir vel undirbúnir?

Er fundum vel stýrt?

Er hægt að einbeita sér að einu eða fáum verkefnum í einu?

Er hægt að vinna verkefni betur til að fyrirbyggja að vinna þurfi þau aftur?

Er hægt að minnka undantekningar frá verkferlum/vinnulagi?

Er hægt að vinna sér í haginn fyrir árstíðabundnar sveiflur?

Er eingöngu verið að skrá nauðsynlegar eða gagnlegar upplýsingar?

Er verið að skrá inn sömu upplýsingar oftari en einu sinni?

Er verið að skrá inn sömu upplýsingar í mismunandi kerfi?

Má nýta fjarfundabúnað betur?

Er hægt að bæta tímastjórnun með betri tækni?

Eru uppfærðar og réttar upplýsingar aðgengilegar?

Tala upplýsingakerfin saman?

Er verið að safna og vista óþarfa gögn?

Er hægt að stytta tíma við leit að gögnum?

Er hægt að stytta biðtíma vegna yfirferðar/yfirlesturs á gögnum?

## Vinnutími

Taka þarf til umræðu óskir kennara um fyrirkomulag styttingar sem gæti verið útfærð með eftirfarandi leiðum miðað við 37 vikna starfstíma skóla:

- a. Safnað upp innan ársins – 5,53 dagar
- b. Mánaðarleg stytting – 21,67 dagar x 13 mín. = 4,7 klst.
- c. Hver vika styttist – 5 dagar x 13 mín. = 65 mín.
- d. Hver dagur styttist um 13 mínútur
- e. Vinnutímastytting með öðrum hætti – t.d. blanda af leiðum

Mikilvægt er að framkvæmd styttingar sé á forsendum hvers skóla og sveitarfélags.

### Yfirvinna

*Yfirvinnuþening starfsstaða er sérstakt umfjöllunarefni. Nauðsynlegt er að greina og ræða þörf á yfirvinnu. Algengt er að kynslóðamunur sé þegar kemur að vilja fólks til að taka að sér yfirvinnu og tengist gjarnan fjölskylduábyrgð. Á þeim vinnustöðum sem hafa innleitt styttri vinnutíma hefur yfirvinna að jafnaði ekki aukist en stjórnendur hafa bent á að það þurfi að fylgja því markvisst eftir. Markmið betri vinnutíma er að stytta heildarvinnutíma en ekki að hækka laun starfsfólks þar sem yfirvinna byrji fyrr. Styttingin felur jafnframt í sér tækifæri til að tileinka sér ný viðhorf um að vinna betur á styttri tíma. Þannig gæti starfsstaðurinn t.d. sammælt um að ekki verði unnin yfirvinna nema í undantekningartilvikum samkvæmt tilmælum yfirmanns og þá eingöngu vegna skorts á starfsfólki, óvænts álags eða annarra tímabundinna aðstæðna. Mikilvægt er að sérstök umræða eigi sér stað í umbótasamtölum um sameiginlega ábyrgð starfsstaða á því að vinnuálagi sé ekki ójafnt skipt milli starfsfólks.*

## Undirbúningur nýs vinnutímafyrirkomulags

- *Umbætur - Aðlögun grunnskóla/ til að nýta tímann betur*
  - *Breytt skipulag eða verkferlar, tækninýjungar, tímastjórnun, samvinna*
  - *Aukin sjálfstjórn og ábyrgð kennara*
  - *Aukið traust stjórnenda til kennara og þeirra á milli*
  - *Sveigjanleiki aðila*
- *Aðlögun vinnustaðameningar*
- *Nýtt fyrirkomulag vinnutíma:*
  - *Uppbrot á daglegu skólastarfi/uppbrotsdagar*
  - *Lengd vinnuviku (fjöldi stunda)*
  - *Daglegur/vikulegur vinnutími*
  - *Mismunandi fyrirkomulag eftir hópum eða deildum*

### 4. skref

Unnið úr  
tillögum

#### **Vinnutímahópur vinnur úr niðurstöðum fundar og gerir tillögur að fyrirkomulagi vinnutíma í skólanum.**

Vinnutímahópur vinnur úr samtali við kennara sem lýst er í skrefi 3 og gerir tillögur að breyttu skipulagi vinnutíma.

Tillögur geta verið mismunandi eftir deildum/stigum eða kennarahópum. Vinnutímahópur getur ákveðið að kalla eftir frekari gögnum við úrvinnslu tillagna.

### 5. skref

Samráðsfundur

#### **Samráðsfundur.**

Vinnutímahópur tilnefnir tvo fulltrúa vinnutímahóps, kennara og stjórnanda, sem tekur þátt í samráðsfundi milli skóla. Markmið samtalsins er að miðla hugmyndum og tillögum um hvernig megi endurskipuleggja vinnuna og útfæra styttingu vinnutíma. Með samtalinu verði stuðlað að því að góðum hugmyndum um umbætur, nýsköpun og ný tækifæri í skólastarfi

verði miðlað milli skóla.

### 6. skref

Tillögur  
kynntar og  
ræddar

#### **Tillögur kynntar og ræddar með kennurum og stjórnendum.**

Vinnutímahópur kynnir tillögur sínar fyrir kennurum og stjórnendum. Markmið samtalsins er að tryggja sátt og samstöðu um tillögur um styttri vinnutíma áður en greidd eru atkvæði um þær.

### 7. skref

Atkvæðagreiðsla

#### **Atkvæðagreiðsla.**



Kennarar greiða atkvæði um tillögur vinnutímahóps. Að minnsta kosti helmingur kennara þarf að taka þátt og þarf meirihluti kennara að samþykkja tillöguna. Þar sem tillögur eru margskiptar, t.d. eftir hópum kennara eða deildum/stigum, þarf meirihluti að samþykkja tillöguna eða meirihluti þeirra kennara sem tillagan fjallar um. Mögulega þarf að endurtaka atkvæðagreiðslu til að komast að niðurstöðu í þeim tilvikum þar sem tillögur eru fleiri en ein. Sé atkvæði hvernar tillögu með svipaðan stuðning gæti önnur kosning milli tveggja efstu tillagnanna endurspeglað betur vilja meirihlutans og stuðlað að sátt um niðurstöðuna. Atkvæðagreiðsla fer fram á fundi eða rafrænt.

#### 8a. skref

Tillaga  
samþykkt

#### Tillaga samþykkt.

Þegar breytt skipulag og útfærsla vinnutíma skólans/hefur verið samþykkt sendir skólastjóri það til hlutaðeigandi sveitarstjórnar/skóla- og frístundasviðs Reykjavíkurborgar ásamt afriti til innleiðingarhóps FG og SNS.

Að fenginni staðfestingu sveitarstjórnar/skóla- og frístundasviðs á fyrirhuguðum breytingum telst hún samþykkt.

#### Tillaga felld.

#### 8b. skref

Tillaga  
felld

Ef tillagan er felld eða þátttaka kennara/stjórnenda nær ekki meirihluta skal senda tilkynningu um árangurslaust samtal til hlutaðeigandi sveitarstjórnar/skóla- og frístundasviðs Reykjavíkurborgar og innleiðingarhóps FG og SNS til upplýsingar.

Sveitarstjórn/skóla- og frístundasvið kallar vinnutímahóp saman og næstu skref eru ákveðin.

Leita má aðstoðar innleiðingarhóps sem starfræktur verður til 31. júlí 2023.

#### 9. skref

Innleiðing

#### Innleiðing betri vinnutíma í grunnskóla/starfsstað.

Gert er ráð fyrir að niðurstaða samtals liggi fyrir 1. maí 2022 og að nýtt fyrirkomulag vinnutíma taki gildi eigi síðar en 1. ágúst 2022.

## Ávinningur af betri vinnutíma

Markmið heimildar til að stytta vinnuvikuna er að bæta vinnustaðamenningu og nýtingu vinnutíma, auka skilvirkni, bæta gæði þjónustu, tryggja betur gagnkvæman sveigjanleika og stuðla þannig að bættum lífshæðum og samræmingu fjölskyldulífs og vinnu. Fjöldi rannsókna sýnir að styttri vinnuvika stuðlar að aukinni ánægju í starfi, aukinni vellíðan, betri heilsu ásamt auknu öryggi starfsfólks og þeirra sem nýta þjónustuna þar sem það á við án þess að það hafi áhrif á afköst.

Starfsfólk fær meiri tíma með fjölskyldu sinni og skil milli vinnu og einkalífs verða skýrari með betra skipulagi vinnutíma. Starfsumhverfið verður betra og almennt dregur úr fjarveru vegna veikinda. Starfsmannavelta minnkar og auðveldara er að ráða nýtt fólk á starfsstaðinn sem eykur samkeppnishæfni hans í samanburði við aðra vinnustaði.

## Betri nýting vinnutíma

Reynslan sýnir að stytting vinnuvikunnar stuðlar að aukinni jákvæðni og meiri starfsgleði á vinnustað. Viðhorfsbreytingin verður til þess að fólk sýni aukið frumkvæði í vinnunni og jákvæðar breytingar endurspeglar í breyttum starfsháttum. Þannig leggist allir á eitt að finna tækifærin sem felast í að bæta skipulag vinnunnar hvort heldur sem er í eigin vinnubrögðum eða með aðstoð t.d. tækninnar.

Starfsfólk telur bæði sig vera skipulagðara og vinnustaðinn í heild vegna góðs samtals um hvernig megi nýta vinnutímamann betur. Þá gegni aukin samvinna stóru hlutverki í að vel takist til.

Sem dæmi um tilvitnanir í þátttakendur í tilraunaverkefnum um þetta hefur eftirfarandi komið fram. Einn starfsmaður lýsir því að „starfsgleðin haf[ist] aukist“ og annar segir „starfsandann hafa stórbatnað“ á sínum vinnustað eftir að vinnutími styttest. Sá þriðji segir að á sínum „vinnustað virðist fólk vera miklu ánægðara og tilbúið að gera hlutina, eftir að þessi tilraun fór af stað“. Þá tiltóku þátttakendur að jákvæðni og gleði í starfi „[dragist] fram frumkvæði í starfsfólki“.

Spurð um breytta starfshætti tóku einhverjir þátttakendur sérstaklega fram að þeir haldi sér betur að verki, taki styttri hlé og nýti vinnutímamann betur. Einn starfsmaður segir styttinguna hafa leitt til þess að það sé „minna hangs og vafrað á netmiðlum þegar fólk er orðið þreytt seinnipartinn“. Þreyta gerir það að verkum að fólk missir einbeitinguna við vinnutengd verkefni og leitar í afþreyingu á vinnutíma eða sinna persónulegum erindum á netinu. Annar dregur áhrif styttingar vinnuvikunnar saman á þennan hátt:

*„Ég er ótrúlega ánægð með styttingu vinnuvikunnar. Mér finnst ég komast yfir jafn mikið ef ekki fleiri verkefni með 36 stunda vinnuviku en ég gerði með 40 stunda vinnuviku. Ég eyði miklu minni tíma í að ráfa á internetinu eða taka mér pásur frá vinnu og næ að samræma vinnu og einkalíf miklu betur. Hef verið í þessu verkefni á mínum vinnustað frá því það hófst og finnst afköst allra starfsmanna hafa aukist og finn að það eru allir mjög ánægðir með þetta verkefni.“*

Ánægja starfsfólks sem hér er lýst sem forsendu þess að skilvirkni hafi aukist skilar sér síðan í auknum afköstum starfsfólks, starfseininga og vinnustaða í heild sinni.

## Gæðastundir með fjölskyldunni

Margir þátttakendur í tilraunaverkefnum um styttingu vinnuvikunnar upplifðu það oft áður en vinnuvika þeirra styttest að vera búnir á því í lok vinnuvikunnar en segja að það hafi breyst eftir að vinnuvikan var stytt. Þeir segjast mun síður þreyttir eftir vinnudaginn og hafa meiri orku til að gera hluti með fjölskyldunni á virkum dögum og um helgar ásamt því að hafa meiri tíma fyrir sjálfa sig.

Mikið álag er á barnafjölskyldum og mörgum reynist erfitt að sinna bæði vinnu og einkalífi þannig að vel sé. Styttri vinnuvika auðveldar barnafjölskyldum að samræma vinnu og einkalíf og minnka álag sem er á heimili, sér í lagi tengt skutli barna í skóla og tómstundir, og foreldrar telja sig síður þurfa að biðja aðra um sækja börnin sín eða skutla. Sérstaklega var nefnt að stytting vinnuvikunnar hjálpar til við að láta þúsluspilið ganga upp sem létti á heimilinu. Gæðastundum fjölskyldna fjölgaði og þátttakendur upplifðu sig afslappaðri og rólegri og höfðu samskipti við vinnufélaga og fjölskyldumeðlimi batnað. Þannig dró úr streitusamskiptum vegna þess að álagið er minna á heimilið.

Ömmur og afar nefndu líka aukinn gæðatíma með barnabörnum en einnig nefndi fólk að það hefði meiri tíma til að sinna eldri eða veikum ættingjum.

## Minna álag

Miklar kröfur í vinnu og einkalífi taka sinn toll af starfsfólki. Tilraunaverkefni um styttingu vinnuvikunnar hjá starfsmönnum Reykjavíkurborgar sýnir að vinnutengt álag minnkaði um 1,6% þegar stytt var um eina klukkustund á viku. Einstaklingar sem fá þrjár klukkustundir í styttingu á viku finna því fyrir um 5% minna af vinnutengdu álagi að jafnaði.

Í ljósi aukningar á tilfellum mikillar streitu og kulnunar í starfi er til mikils að vinna að efla andlega vellíðan starfsmanna. Eitt algengasta ráðið við streitu á vinnustað fyrir utan endurskoðun starfsumhverfis og dregið sé markvisst úr vinnuálagi er að skapað sé svigrúm til að starfsfólk hvílist, sinni áhugamálum, stundi líkamsrækt, útiveru og skýr skil séu sett milli vinnu- og einkatíma. Bent hefur verið á að samþætting heimilis og vinnu sé heilsufarslega mikilvægt verkefni vegna mikils álags því tengdu á nútímafjölskyldur. Enn fremur að ójafnvægi þar á milli getur aukið líkurnar á hjarta- og æðasjúkdómum, krabbameini, offitu og sykursýki.

Sænsk rannsókn sýnir fram á fylgni sex tíma vinnudags og betri svefns ásamt minni streitu. Skortur á endurheimt getur leitt til ofþreytu og svefntruflana en besta lausnin við þeim anda er aukinn frítími. Eftir að tilraunaverkefni um styttingu vinnuvikunnar hafði staðið í átján mánuði var niðurstaðan skýr og ljóst að starfsfólk svaf betur og lengur.

## Tími til að sinna sjálfum sér

Margir sem hafa upplifað styttingu vinnuviku á eigin skinni nefna að það feli í sér mun meiri lífsgæði en þau áttu von á í byrjun. Einnig fundu starfsmenn að þeir hefðu meiri tíma fyrir sig sjálf og bættri andlegri og líkamlegri heilsu. Enn fremur höfðu þau meiri orku í félagslíf eða til að stunda heilsurækt.

Misjafnt var í hvað fólk notaði tímann sem sparaðist við styttinguna en margir nefndu að þau nái frekar að gera hluti sem þau njóti að gera. Sem dæmi má nefna tómstundir, félagslíf, að sinna foreldrum og öðrum ættingjum, sjálfsrækt og þrif áður en aðrir heimilismeðlimir komi heim og ganga til og frá skóla með börnunum. Almenn jókst starfsánægja þátttakenda að mati viðmælenda, sem að þeirra sögn smitaðist út í betri þjónustu.

## Aukið jafnrétti

Stytting vinnuvikunnar getur stuðlað að auknu jafnrétti kynjanna. Almennt er það þannig að konur eru líklegri til þess að minnka við sig vinnu til þess að sinna börnum og heimilisstörfum, sem hefur neikvæð áhrif á laun þeirra og framgang í starfi. Stytting vinnuvikunnar er því líkleg til þess að stuðla að jafnrétti kynjanna á vinnumarkaði og inni á heimilinu.

Stytttri vinnuvika getur stuðlað að aukinni atvinnuþátttöku kvenna, dregið úr því að konur sæki í hlutastörf og stuðlað að jafnari ábyrgð á umönnun barna og heimilisstörfum. Stytttri vinnuvika getur leitt til þess að fleiri velji sér fullt starf eða hærra starfshlutfall og hækki þar með laun sín. Það mun hafa áhrif á tekjur kvenna á atvinnumarkaði, en einnig á greiðslur úr lífeyrissjóði eftir að starfsævinni er lokið.