

The background is a light gray color with various decorative elements scattered throughout. These include: a black wavy line at the top left; a black circle with a red outline on the left; a cyan diamond shape behind the text; a black diamond shape on the left; a cyan diamond shape on the right; a large pink diamond shape on the right; a black circle with a cyan outline at the bottom right; a black wavy line at the bottom left; a cyan wavy line at the bottom left; a black wavy line at the top right; a pink wavy line on the right; a black 'X' shape with a cyan outline at the top center; a black 'X' shape with a pink outline at the bottom center; a black 'X' shape with a pink outline at the top right; a black 'X' shape with a cyan outline at the bottom left; a black dotted line at the top right; a cyan dotted line at the bottom center; and a pink dotted line at the bottom right.

Work-life balance

Conceptual framework

Баланс жизни и труда

Восприятие человеком отношений (как негативных, так и позитивных) между работой и семейными ролями.

Сам термин *work-life balance* («баланс между работой и семьей») представляет собой метафору, указывающую на историческое представление о том, что работа и семейные отношения часто могут конкурировать друг с другом и иметь противоречивые последствия для человека.

Источники

« THE CONSTRAINTS OF A WORK-LIFE BALANCE APPROACH »

Lewis, S., Gambles, R., & Rapoport, R. (2007). The constraints of a 'work-life balance' approach: An international perspective // The international journal of human resource management, 18(3), 360-373.

Аспекты, связанные с совмещением оплачиваемой работы с другими сферами жизни, особенно семьей, были в центре внимания исследователей десятилетиями.

« SOURCES OF CONFLICT BETWEEN WORK AND FAMILY ROLES »

Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles // Academy of management review, 10(1), 76-88.

Проблематика совмещения профессионального развития с семейными обязанностями. Авторы сделали упор на исследование таких аспектов, как затраты времени на выполнение определенных требований на рабочем месте и соответствие установленным ролевым ожиданиям в социуме.

Что анализируют?

По данным Oxford Bibliographies, существует большое количество различных способов анализа баланса между трудом и личной жизнью. В структурные единицы анализа могут входить:

- уровень заработной платы
- потенциал карьерного роста
- степень удовлетворенности коммуникацией с коллегами
- качество жизни в семье
- возможность обеспечить отдых для близких
- время для самореализации и хобби

Oxford Bibliographies URL: <https://www.oxfordbibliographies.com/view/document/obo-9780199756384/obo-9780199756384-0218.xml> Дата обращения: 07.03.2020.

Термин один?

Lewis, S., & Beauregard, T.A. (2018). The meanings of work-life balance: A cultural perspective //The Cambridge handbook of the global work-family interface. Cambridge: Cambridge University Press, 720-732.

Хотя термин «баланс жизни и труда» используется чаще, существуют и такие альтернативы, как **work-family-balance**, **work-life integration**, **work-life harmonization**, **work-life articulation**. Также указывается, что данное понятие изначально имеет социологические основы так как строится через социальные практики, которые репрезентируют объективную реальность.

Значение:

- Индивидуальный опыт или стремление совместить построение профессиональной траектории развития с личной жизнью, с особым акцентом на распределении времени, которое требуется на выполнение определенных обязанностей.
- В качестве прилагательного для описания политики или набора практик, использующихся на предприятии (гибкий график, заработная плата) или в сфере государственной политики (отпуск по уходу за ребенком, доступность инфраструктуры, медицинское страхование), который направлен на улучшение индивидуального опыта.

Актуальность

Процессы глобализации и культурной интеграции приводят к изменениям в сфере взаимодействия трудовой и личной жизни.

По данным лонгитюдного исследования Our World in Data, изменение демографической и экономической ситуации последнего столетия привело к резкому увеличению доли женщин трудоспособного возраста на рынке профессий раннеиндустриальных стран. В Канаде процент работающих женщин увеличился с 15,8% в 1911 году до **61,28%** в 2016 году.

Национальные оценки уровня участия женщин в развитии экономического сектора в большинстве крупных стран резко увеличились с 1955 по 2016 год. При этом интересной закономерностью конца 20 века является то, что при увеличении *экстенсивной* категории труда (количество рабочих рук), интенсивная категория (количество рабочих часов на одну женщину) наоборот снизилась, что может говорить как о цифровизации и технологизации производства, так и о развитии концепции «work-family balance» в жизни предпринимательниц.

Our World in Data. Working women: Key facts and trends in female labor force participation. October 16, 2017. URL: <https://ourworldindata.org/female-labor-force-participation-key-facts>

Типы отношений

Work-Family Conflict

Glass, J.L., & Estes, S.B. (1997). The family responsive workplace // Annual review of sociology, 23(1), 289-313.

Исследования демонстрируют устойчивую связь между негативным/конфликтным балансом работы-семьи и ухудшением физического и психологического здоровья индивида, а также негативное влияние на другие аспекты функционирования семьи: удовлетворенность браком или поведением родителей.

Work-family Enrichment

Spreitzer, E., Snyder, E.E., & Larson, D.L. (1979). Multiple roles and psychological well-being // Sociological Focus, 12(2), 141-148.

Наличие нескольких ведущих социальных ролей обогащает психологически, если это те роли, которые интересны индивидам и с которыми им легко себя идентифицировать.

Индивид может получать позитивный отклик, если в состоянии регулировать, когда и как вкладывать время и энергию в работу и семью, чтобы получать положительные результаты в обеих сферах.

Тренды в исследованиях

Рождественская Е.Ю. (2011). Концепция баланса жизни и труда: уроки европейской социальной политики и российские перспективы // Журнал исследований социальной политики, 9(4), 439-454.

- От изучения «конфликта и дисбаланса» к «интеграции»
- « Парадокс смещенной середины »
- « Не-рынок на рынке »
- « Гендерные сценарии »

Политика «пиковых часов»

Данная мера социальной политики была введена в 2006 году правительством Голландии для лучшего управления «пиковыми часами» жизни и обеспечения комбинаций между разного рода занятостью, трудом, уходом и обучением.

Социальная политика в данном случае призвана облегчить индивиду задачу баланса работы-семьи, предоставить помощь, необходимую для сочетания целого ряда активностей. Речь идет о сопровождении поддержкой важных для индивида периодов прерванной занятости.

Пример: бельгийская схема «временных кредитов» (*time credit scheme*) [Debacker et al, 2004], согласно которой работники имеют право прервать трудовой процесс на один год из любых соображений или сократить время труда от 20 до 50% за соответственный период.

Задачи баланса жизни и труда

Стабильность

- Удовлетворенность качеством жизни
- Время на физическое и ментальное здоровье
- Частная жизнь и личное пространство
- **Движение** в сторону «хорошей жизни», в равновесие всех частей

Нестабильность

- Индивидуализированное достижение баланса (нет универсальной модели)
- Ментальная «гибкость»
- Личностные компетенции для управления разными сферами жизни
- Возможность **существовать** и в нестабильной системе

Российский диахроничный баланс

- Высвобождается десятилетие в возрасте между 20 и 30 годами для получения образования и карьерного старта
- Сокращение периода фертильности и рождаемости в молодом возрасте
- Всплеск рождаемости в поздних возрастах

ПРИЧИНЫ:

1. Рефлексия по поводу опыта решения подобных задач у предыдущих поколений
2. Отсутствие институциональной поддержки
3. Низкий инфраструктурный уровень сервиса
4. Возросшие притязания к качеству жизни
5. Рост гендерного самосознания
6. Карьерный рост для молодых женщин
7. Современные репродуктивные технологии

Проект «Сила женщины»

Конфликт

- ❖ **Совмещение ролевых моделей**
(«Тяжело, конечно, совмещать, где-то и роль мамы, и роль супруги, и еще коллектив где-то воодушевлять, и самой где-то силы черпать, и все при этом развивать»).
- ❖ **Отсутствие компетенций и ресурсов**
(«Если мы не относимся к этому как к проекту, не думаем о ресурсном планировании, не думаем о времени, которое мы готовы уделять нашим детям и нашей семье, то, боюсь, что успеха можно и не достичь»).
- ❖ **«Выученная беспомощность» и психологические барьеры**
(«Я плохая жена, я плохая мать, я плохой менеджер ... Будь добра, если во что-то ввязалась, отвечай за саму себя, держи баланс и гармонию, соблюдай всё»).

Интеграция

- ✓ **Поддержка семьи, коллег и окружения**
(«Я действительно от ближайших коллег почувствовала огромную поддержку. И на этом стыке сложилась благоприятная среда»).
- ✓ **Возможность вывести «быт» из сферы влияния женщины**
(«Слава Богу, что мы достигли того понимания, что мы можем себе позволить, чтобы бытом занимались помощники»).
- ✓ **Отношение с семье как к «проекту»**
(«И правда в том, что это тоже определенные проекты. И ребенок, и семья»).

The background is a light gray color decorated with various geometric patterns and shapes. At the top left, there is a black wavy line. In the top center, a black 'X' shape is overlaid with a cyan outline. To its right, a horizontal row of black dots is arranged in two lines. At the top right, a black 'L' shape is outlined in red. On the left side, a solid black circle is partially enclosed by a red circle. In the center, a white rectangular banner with a red border and a red arrow-like tail on the right side contains the text. To the right of the banner, a cyan diamond shape is positioned. At the bottom left, a black diamond shape is shown. Below the banner, a horizontal row of cyan dots is arranged in two lines. At the bottom center, a solid cyan circle is partially enclosed by a black circle. At the bottom right, a horizontal row of red dots is arranged in two lines. A red wavy line is visible on the right side of the page.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!