

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego
Nr projektu: POWR.04.03.00-00-0017/18



Kobiety
45+



Webinarium

listopad 2020

**Telepraca
w czasach Covid-19
– znaczenie płci
i pokolenia**



Telepraca w czasach Covid-19 – znaczenie płci i pokolenia

- » Telepraca podczas pandemii Covid-19 dała ludziom nowe możliwości łączenia kariery zawodowej z życiem prywatnym. Pojawiło się też sporo przeszkód, które odczuły zwłaszcza młode rodziny oraz osoby z „sandwich generation”. Co więcej, warunki telepracy wciąż wyglądają różnie w wielu europejskich krajach.
- » W połowie listopada, w ramach projektu Time4Help zorganizowano webinarium w celu wymiany doświadczeń i wyników badań dotyczących łączenia obowiązków zawodowych i prywatnych podczas pandemii Covid-19 w Belgii, Polsce, Hiszpanii i Finlandii. Spotkanie prowadził partner z Finlandii z South-Eastern Finland University of Applied Sciences Small Business Centre.

Trudne czasy dla młodych rodzin i „sandwich generation”

» Miet Timmers, belgijska badaczka i wykładowca pracująca dla University College Odisee i Center for Family Studies in Flanders prowadziła badania nad zjawiskami związanymi z problemami rodzinnymi w czasach Covid-19. Swoje badania rozpoczęła w kwietniu 2020 r., aby dowiedzieć się, jakie konsekwencje pociągnął za sobą pierwszy okres izolacji i kwarantanny. Badania przeprowadzono z perspektywy jednostki, płci, pokolenia i miejsca pracy.

» Chociaż przed pandemią opcja pracy z domu była postrzegana jako ułatwienie połączenia obowiązków rodzinnych i zawodowych, w czasie pandemii telepracownicy doświadczali więcej sytuacji konfliktowych niż osoby pracujące poza domem. Osoby pracujące zdalnie podczas pierwszego lockdownu twierdziły, że musiały wielokrotnie przerywać wykonywanie obowiązków zawodowych i że było im trudniej się na nich skoncentrować. Pojawiły się również opinie, że ten rodzaj pracy wpłynął na ich codzienne życie prywatne i że zwiększyła się ilość konfliktów na tle rodzinno-zawodowym. W rezultacie, 36.6% kobiet i 26.4% mężczyzn czuje emocjonalne wyczerpanie po tego rodzaju pracy. Problem dotyczy w szczególności rodziców małych dzieci (39%) oraz dzieci do 11 roku życia, którzy martwią się o pracę również w czasie wolnym, czują zbyt duże zmęczenie, aby wykonywać obowiązki domowe i obawiają się, że praca zajmuje im za dużo czasu, który powinni poświęcić swojej rodzinie. „Jeśli w rodzinie są dzieci poniżej 11 roku życia, kobiety czują większe wyrzuty sumienia pracując zdalnie niż mężczyźni”, twierdzi Timmers.

» Sytuacja okazała się trudna nie tylko dla młodych rodzin. Podczas pandemii wyostrzyły się różnice pokoleniowe. Starsze grupy miały mniejsze trudności z godzeniem życia rodzinnego i zawodowego, i w większości przypadków miały lepsze psychiczne samopoczucie niż osoby młodsze. Mimo to badania przeprowadzone w krajach anglosaskich wykazały, że około 27% osób pochodzących z „sandwich generation” wykazywało objawy złego stanu zdrowia psychicznego, opiekując się zarówno chorymi, niepełnosprawnymi lub starszymi krewnymi, jak



i dziećmi. Około 1/3 „sandwich generation” doświadcza problemów psychicznych i martwi się o sprawy finansowe. Przeprowadzone przez nas badanie wykazało, że głównym problemem jest dobrostan najstarszych członków pokolenia oraz brak fizycznego kontaktu z wnukami. Dla wielu osób z „sandwich generation” telepraca stanowiła większe wyzwanie niż dla osób z młodszego pokolenia, ponieważ musieli oni w krótkim czasie udoskonalić swoje umiejętności związane z obsługą sprzętu komputerowego i Internetu.

» Pokolenie „sandwich generation” mierzy się z sytuacją, w której starsze osoby więcej przebywają w domu, młodsze nie opuszczają rodzinnego gniazda, a oni sami muszą pracować dłużej. Pozytywnym zjawiskiem jest to, że młodszy dziadkowie chcą odgrywać większą rolę w życiu swoich wnuków.

» Według badaczy, pracodawcy mogliby złagodzić pewne napięcia, gdyby kierownicy chcieli wysłuchać swoich pracowników pracujących zdalnie i gdyby pracownicy mogli podzielić się z nimi swoimi przemyśleniami na temat obecnej sytuacji rodzinnej. Co więcej, ważne jest, aby znaleźć równowagę pomiędzy potrzebami jednostki, zespołu oraz organizacji.

Różnice na poziomie Europy

» W Europie telepraca jest najczęściej spotykana w Finlandii, Holandii, Luksemburgu i Belgii, natomiast najrzadziej w Rumunii, na Węgrzech, w Chorwacji, Bułgarii, Grecji, Polsce i Hiszpanii.

» Belgijscy badacze porównali warunki w krajach biorących udział w projekcie Time4Help. Ogólnie rzecz biorąc, respondenci uważali, że telepraca staje się łatwiejsza, jeśli mogą pracować w elastyczny i niezależny sposób.

» Według statystyk jest to typowe dla fińskiego stylu życia zawodowego. Polacy czują, że ich życie zawodowe jest hierarchiczne, czas pracy jest intensywny, a elastyczność – niewielka. W Hiszpanii respondenci twierdzili natomiast, że brak interakcji społecznych utrudnia im osiągnięcie dobrych wyników w pracy.

» Beata Pachnowska, badaczka z polskiego centrum badawczego „Dobre Kadry” twierdzi, że w Polsce praca zdalna jest opcją jedynie dla 47% MŚP. Część telepracowników jest dobrze przygotowana, ale w niektórych przypadkach brak sprzętu np. komputerów czy laptopów utrudnia telepracę. Osoby pracujące z domu współdzielą swoje komputery domowe, które wykorzystują w celach zawodowych, z innymi członkami rodziny, co przyczynia się do problemów związanych z bezpieczeństwem. Ponadto w domach nie ma wolnej przestrzeni do pracy. „Mimo to osoby pracujące zdalnie przekonały się, że istnieje lepsza równowaga pomiędzy domem a pracą, że oszczędzają czas na dojazdy do pracy i że udaje im się łączyć obowiązki zawodowe z opieką nad dziećmi” – mówi Pachnowska. Polski projekt Time4Help koncentruje się na pomocy grupom ryzyka, takim jak kobiety powyżej 50 roku życia oraz osoby stojące w obliczu wyzwań w życiu zawodowym.

» Od 2013 roku hiszpańska organizacja pozarządowa Fundación Acción Contra el Hambre koncentruje się na walce z wykluczeniem, oferując możliwości zatrudnienia i przedsiębiorczości osobom znajdującym się w trudnej sytuacji. Podczas pandemii, organizacja ta zwiększyła osobiste i psychologiczne wsparcie udzielane przez Internet grupie docelowej, a także przekazała środki finansowe. Nawiązuje również kontakt z danymi osobami pół roku po zakończeniu programu wsparcia, aby dowiedzieć się, jak sobie radzą.

» „Podczas pandemii prawie jedna trzecia kobiet twierdziła, że pomaganie innym zmniejszyło ich zdolność do wykonywania obowiązków zawodowych, podczas gdy ten sam wskaźnik dla mężczyzn wyniósł 15%. Ponadto 44% matek uważało, że pomaganie innym ogranicza ich szanse na pracę. Niepokojące jest to, że co piąta matka twierdzi, że nie ma dostępu do narzędzi elektronicznych, których by potrzebowała” – podsumowuje Alicia García-Madrid Colado.



- » Finlandia stanowi wyjątek na tle innych krajów biorących udział w projekcie Time4Help. Finowie szybko podjęli pracę zdalną, a zaufanie do rządu podczas kryzysu pandemicznego było wysokie. Według badań kobiety w Finlandii lubią telepracę bardziej niż mężczyźni, a połowa Finów chciałaby pracować w ten sposób, o ile jest to możliwe.
- » „Oczywiście mówi się o stresie związanym z pandemią, który oznacza martwienie się o finanse, samotność i radzenie sobie z małymi dziećmi. Jednak badania przeprowadzone wiosną tego roku przez Fiński Instytut Zdrowia Pracy wykazały, że długotrwały stres uległ zmniejszeniu, a rodzice małych dzieci uważają, że ich wyniki w pracy uległy poprawie. Prawie połowa osób, które pracowały zdalnie dłużej podczas ostatniej wiosny uznała, że miała szansę podjąć więcej decyzji i pracować bardziej samodzielnie. Wiele respondentów stwierdziło, że opanowało nowe metody pracy” – mówi Mervi Rajahonka z Xamk Small Business Center.
- » Uniwersytet w Turku zakończył badanie fińskich rodzin z małymi dziećmi i zgodnie z wynikami wzrosła liczba konfliktów związanych z obowiązkami domowymi. Inne badanie przeprowadzone przez Uniwersytet w Jyväskylä wykazało, że ponad 70% respondentów uznało, że kryzys pandemiczny miał pozytywny wpływ na relacje między rodzicami a dziećmi, nawet jeśli w tym samym czasie ponad połowa uważała sytuację związaną z Covid-19 za beznadziejną. Wydaje się, że sytuacja pandemiczna w Finlandii miała zarówno pozytywny, jak i negatywny wpływ na rodziny i firmy.
- » Projekt Time4Help w Finlandii koncentruje się na rozwiązywaniu problemów, z którymi mierzą się kobiety w wieku 45–65 lat poprzez wspieranie małych grup kobiet–przedsiębiorców i specjalistek, które chcą nawiązać kontakt i ze sobą współpracować. Fiński projekt jest koordynowany przez South-Eastern Finland University of Applied Sciences Small Business Center.



Jak ulepszyć telepracę?

- » Miet Timmers twierdzi, że osoby pracujące zdalnie mogłyby odnosić większe korzyści, gdyby były w stanie sprostać własnym oczekiwaniom, stworzyć w domu dedykowaną przestrzeń do pracy, robić regularne przerwy i znaleźć sposób na ustalenie czasu przejścia z trybu pracy na tryb domowy. Ważne jest, aby osoba wykonująca telepracę komunikowała, czego potrzebuje, aby ta forma pracy była skuteczna. Powinna również odpowiednio zaplanować czas na życie rodzinne i towarzyskie.
- » „W przeciwnym razie istnieje ryzyko, że granice między domem a pracą ulegną zatarciu, ludzie zaczną się izolować od innych, a członkowie rodziny staną się współpracownikami”.
- » Timmers podkreśla, że aby telepraca była skuteczna, potrzebne jest zaufanie.
- » „Osoba wykonująca telepracę musi mieć wsparcie swojej rodziny i przełożonego. Telepraca zostanie z nami na dłużej, a co poniektórzy opracowali już modele równoważenia i łączenia ze sobą pracy zdalnej i życia rodzinnego. Tutaj zaczynamy już mówić o pokoleniu lockdownu”.

Webinar na temat „sandwich generation” w styczniu

- » W styczniu odbędzie się kolejne webinarium organizowane przez koordynatora projektu Time4Help polską instytucję partnerską Centrum Dobry Kadry. Webinarium dedykowane będzie kwestiom związanym z "sandwich generation".

Tekst: Päivi Kapiainen-Heiskanen