

Marzena Sobczak, Małgorzata Budzińska

Katedra Pielęgniarstwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Elbląska Uczelnia Humanistyczno-Ekonomiczna

P rzekonerania i zachowania pielęgniarek aktywnych zawodowo na temat równowagi praca–dom i dom–praca

Viewpoints and behaviour patterns of professionally active nurses concerning work-life balance

STRESZCZENIE

Wstęp. Problem braku harmonii między pracą zawodową i życiem prywatnym oraz wynikających z tego konsekwencji od niedawna jest obiektem badań wśród osób aktywnych zawodowo. Aby sprostać wymaganiom stawianym przez pracodawców, pracownicy często poświęcają swoje życie osobiste na realizację celów zawodowych. Akceptują warunki pracy stawiane przez pracodawców, mimo że prowadzą one niejednokrotnie do zachwiania równowagi między życiem zawodowym i prywatnym. Zagadnienia podjęte w pracy dotyczą równowagi praca–dom na tle funkcjonowania pielęgniarek aktywnych zawodowo na terenie miasta i gminy Biskupiec.

Cel pracy. Celem pracy była ocena przekonań i zachowań pielęgniarek aktywnych zawodowo w odniesieniu do ich życia zawodowego i prywatnego.

Materiał i metody. Materiał badany stanowiło 101 pielęgniarek pracujących na terenie miasta i gminy Biskupiec. Grupa była zróżnicowana pod względem sytuacji rodzinnej, rodzaju zatrudnienia, miejsca i stażu pracy. W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Narzędzia badawcze stanowił autorski kwestionariusz ankiety, skala WLB (oparta na koncepcji Work Life Balance Smitha i Gardner) oraz skala RPD (Równowaga Praca Dom) autorstwa Karasiewiczza, Godlewskiej-Werner, Lewandowskiej-Walter i Piotrowskiego.

Wyniki. Istnieją różnice między przekonaniami a zachowaniami osób badanych w odniesieniu do równowagi między życiem zawodowym i prywatnym. Posiadanie pasji oraz niektóre zmienne społeczno-demograficzne wpływają na funkcjonowanie pielęgniarek w życiu prywatnym i zawodowym.

Wnioski.

Badane osoby mają trudności w oddzieleniu pracy zawodowej i życia prywatnego, a zachowania względem równowagi praca–dom, dom–praca nie pokrywają się z ich przekonaniami.

Istnieje potrzeba podniesienia poziomu świadomości pielęgniarek w zakresie znaczenia zachowania równowagi praca–dom, dom–praca.

Problemy Pielęgniarstwa 2014; 22 (2): 184–189

Słowa kluczowe: pielęgniarka; przekonania; zachowania

ABSTRACT

Introduction. The problem of the lack of harmony between a career and personal life and its consequences have been recently analyzed among people who are professionally active. In order to meet the requirements that are imposed by employers, employees often have to sacrifice their personal life for fulfilling career aims. They accept working conditions specified by employers despite the fact that they often lead to upsetting work-life balance. The issues that are presented in the article refer to work-life balance. A group of professionally active nurses from the town and the commune of Biskupiec constitute the representative group.

Adres do korespondencji: dr Marzena Sobczak, Katedra Pielęgniarstwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Elbląska Uczelnia Humanistyczno-Ekonomiczna, ul. Obrońców Pokoju 13/20, 82–300 Elbląg, tel.: 508 251 036, e-mail: sobczakmarzena@wp.pl

Aim. The aim of the article was to evaluate opinions and behaviour patterns of professionally active nurses in reference to their careers and private lives.

Material and methods. The research material constituted 101 nurses working in the town and commune of Biskupiec. The group varied in family life, forms of employment, working places and working experience. The diagnostic poll method was used. The research tools comprised the survey compiled by the authors, work-life balance scale (based on the theory by Smith and Gardner) and the work-home balance scale put forward by Karasiewicz, Godlewska-Werner, Lewandowska-Walter and Piotrowski.

Results. There are differences between opinions and behaviour patterns in reference to work-life balance. The fact that they have their own passions and some of the socio-demographic variables influence how nurses function in their private and professional lives.

Conclusions.

The respondents have problems with separating their professional lives from private ones. Behaviour patterns concerning work-home and home-work balance do not correspond to their viewpoints.

There is a need to raise nurses' awareness of the importance of maintaining work-home and home-work balance.

Nursing Topics 2014; 22 (2): 184–189

Key words: nurse; viewpoints; behaviour patterns

Wstęp

Problem braku harmonii między pracą zawodową i życiem prywatnym oraz wynikających z tego skutków od niedawna jest obiektem badań wśród osób aktywnych zawodowo. Aby sprostać wymaganiom stawianym przez pracodawców, pracownicy często poświęcają swoje życie osobiste na realizację celów zawodowych. Akceptują warunki pracy stawiane przez pracodawców, mimo że prowadzą one niejednokrotnie do zachwiania równowagi między życiem zawodowym i prywatnym. Praca pielęgniarki na tym tle rysuje się szczególnie. Bardzo odpowiedzialne funkcje zawodowe, wysokie zaufanie społeczne stawiają przed pielęgniarkami poważne wyzwania. Jednocześnie zmieniająca się sytuacja w zakresie możliwości zatrudnienia w kilku miejscach sprawia, że pielęgniarki nieomal „cały czas są w pracy”. Taka sytuacja wymaga prezentowania określonej postawy, stanu gotowości bez przerwy lub z niewielkimi przerwami na życie prywatne. Biorąc pod uwagę fakt, że wiele spośród pielęgniarek posiada rodzinę, można przypuszczać, że dość szybko może dojść do zaburzenia równowagi pomiędzy sferą życia prywatnego a życiem zawodowym. Podjęte w pracy zagadnienia dotyczą równowagi praca–dom na tle funkcjonowania pielęgniarek aktywnych zawodowo na terenie miasta i gminy Biskupiec.

Cel

Celem pracy była ocena przekonań i zachowań pielęgniarek aktywnych zawodowo w odniesieniu do ich życia zawodowego i prywatnego.

Materiał i metody

Materiał badany stanowiło 101 pielęgniarek pracujących na terenie miasta i gminy Biskupiec. Badania przeprowadzono w okresie od listopada 2012 do lu-

tego 2013 roku. Grupa była zróżnicowana pod względem sytuacji rodzinnej, rodzaju zatrudnienia, miejsca i stażu pracy, czy posiadania pasji. W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego. Narzędzia badawcze stanowiły: autorski kwestionariusz ankiety, skala WLB (oparta na koncepcji *Work Life Balance* Smitha i Gardner) oraz skala RPD (Równowaga Praca Dom) autorstwa Karasiewicza, Godlewskiej-Werner, Lewandowskiej-Walter i Piotrowskiego. Autorski kwestionariusz ankiety zawierał pytania, dzięki którym możliwe było scharakteryzowanie grupy pod względem danych socjodemograficznych. Skala WLB dotyczy deklarowanych zachowań w zakresie życia prywatnego i zawodowego. Składa się z 21 itemów opisujących różne sposoby postępowania człowieka w życiu prywatnym oraz zawodowym. Respondenci mogą zadeklarować, w jakim stopniu opisywane zachowania są im bliskie, korzystając ze skali od 1 do 7, gdzie „1” oznacza „nigdy lub prawie nigdy nie zdarza mi się tak postąpić”, a „7” „postępuję tak zawsze lub prawie zawsze”. Niektóre z udzielonych odpowiedzi mają odwróconą punktację. Skala WLB ma trzy podskale, pozwalające ocenić „przenikanie pracy do domu”, „rozmycie granic” oraz „komunikacje sfer zawodowej i osobistej”.

Skala RPD odnosi się do przekonań osób badanych na temat postępowania w życiu zawodowym i prywatnym. Zawiera 17 itemów będących listą różnych sądów i opisów postępowania w życiu prywatnym i zawodowym. Podobnie jak w skali WLB respondenci mogą zadeklarować, w jakim stopniu opisywane sytuacje są im bliskie, korzystając ze skali od 1 do 7, gdzie „1” oznacza „nigdy lub prawie nigdy nie zdarza mi się tak postąpić”, a „7” „postępuję tak zawsze lub prawie zawsze”. Także i w tej skali niektóre z udzielonych odpowiedzi mają odwróconą punktację. Przekonania respondentów, mające odzwierciedlenie w skali RPD

ułatwiają ocenę stopnia przemęczenia i wpływu pracy na życie osobiste, wpływu życia osobistego na życie zawodowe oraz przenikanie się obu tych sfer.

Wyniki

W celu oszacowania poziomu równowagi pracą-dom i dom-praca u badanych osób przeprowadzono pomiar zachowań i przekonań na ten temat za pomocą skal WLB (mierzącej zachowanie) i RPD (mierzącej przekonania). Wyniki przeprowadzonych pomiarów przedstawiono w tabeli 1. Wyniki analiz przeprowadzonych za pomocą testu Kołomogorowa-Smirnova wskazują, że rozkłady pomiarów poszczególnych wskaźników WLB i RPD są zbliżone do rozkładu normalnego, poza wynikami uzyskanymi w skali „Wpływ życia osobistego na zawodowe”, będącej składową skalą RPD, gdzie można zauważyć dość dużą polaryzację poglądów — respondenci oceniają wpływ życia osobistego na zawodowe, jako bardzo znaczny bądź jako nieznaczny. Opinie umiarkowane zdarzają się stosunkowo rzadko. Zachowania badanych osób (mierzone skalą WLB) wykazują znaczące zachwianie równowagi między sferami zawodową i osobistą, to jest przenikanie pracy do domu, jak i domu do pracy. Zaznacza się także rozmycie granic między życiem zawodowym i osobistym. Z przeprowadzonych analiz wynika, że posiadanie przez badane osoby dzieci, i większa ich liczba, sprzyja silniejszemu przenikaniu pracy do domu w sferze zachowań ($r = 0,19$) i choć korelacja ta jest nieznaczna, to jest ona statystycznie istotna. Wyniki przedstawiono w tabeli 2.

W badaniach odnaleziono analogię, że im większa liczba dzieci, tym częściej osoby badane przejawiają zachowania związane z wykonywaniem pracy w godzinach przeznaczonych na życie osobiste. Jednocześnie, im większa była liczba dzieci, tym większa była tendencja do komunikowania się między sferami zawodową i prywatną ($r = 0,15$), to znaczy częściej respondenci przejawiali zachowania, takie jak rozmowy o życiu osobistym w pracy i o życiu zawodowym poza pracą. Natomiast w sferze przekonań i poglądów można zauważyć jedynie, że im większa była liczba dzieci ($r = 0,16$), tym większe było przekonanie o przemęczeniu i wpływie pracy na życie osobiste, co może być zgodne ze stanem faktycznym, ponieważ istnieje zbliżona do siły korelacja z rzeczywistym (w zachowaniu) wpływem pracy na życie osobiste. Można zatem powiedzieć, że posiadanie dzieci sprzyjało większemu obciążeniu pracą i silniejszemu jej przenikaniu do sfery osobistej. Wraz z liczbą posiadanych dzieci rosła także skłonność do komunikowania się obu sfer: do rozmów o życiu prywatnym w miejscu pracy i o życiu zawodowym z osobami bliskimi.

Wyniki przeprowadzonych badań wykazały także, że istnieje istotna i umiarkowanie silna korelacja

ujemna między posiadaniem pasji i zainteresowań a przenikaniem pracy do domu ($r = -0,19$) oraz umiarkowanie silna korelacja dodatnia ze wskaźnikiem komunikacji między sferami zawodową i prywatną ($r = 0,17$) w sferze zachowania. W sferze postaw natomiast zaobserwowano jedynie umiarkowanie silną dodatnią korelację ($r = 0,16$) posiadania pasji i zainteresowań z wpływem życia osobistego na zawodowe. Oznacza to, że posiadanie sprecyzowanych pasji i zainteresowań sprzyja zredukowaniu zachowań, które związane są z wykonywaniem obowiązków zawodowych i czynności związanych z pracą w godzinach przeznaczonych dla sfery prywatnej, a jednocześnie zwiększa się liczba lub intensywność zachowań związanych z otwartością na komunikację między sferą zawodową i osobistą. Posiadanie pasji i zainteresowań nie wydaje się natomiast w żaden szczególny sposób być związane z postawami wobec wpływu pracy na życie osobiste, czy komunikacji między życiem osobistym i prywatnym. Zaobserwowano jedynie, że posiadanie pasji i zainteresowań sprzyja większej otwartości dla wpływu życia osobistego na zawodowe. Tak więc, podsumowując, posiadanie pasji wydaje się sprzyjać ograniczaniu wpływu życia zawodowego na prywatne, zwłaszcza w sferze przenoszenia zachowań zawodowych i czynności związanych z pracą w sferę prywatną, jednak sprzyja również zwiększeniu otwartości na wpływ życia osobistego (prywatnego) na sferę zawodową i komunikowanie się obu sfer. Zaobserwowane korelacje przedstawiono w tabeli 3.

Dyskusja

Przedstawione wyniki badań dowodzą, że w grupie badanych pielęgniarek występuje zjawisko wpływu życia osobistego na zawodowe i odwrotnie, zarówno w sferze zachowań, jak i w sferze przekonań. Zjawisko równowagi praca-dom z wykorzystaniem kwestionariusza WLB i RPD zostało zbadane po raz pierwszy w tej grupie zawodowej. Badania wykazały, że wpływ życia osobistego na zawodowe występuje w badanej grupie pielęgniarek, a zmienne demograficzne, takie jak staż pracy, posiadane dzieci czy zainteresowania, umiarkowanie wpływają na równowagę między sferą zawodową i osobistą. Podobne wyniki osiągnęli Karasiewicz i wsp. [1] w populacji generalnej Polaków, wykonujących różnicowane zawody, będących w różnym wieku, posiadających różny staż pracy i staż związku. Porównując wyniki uzyskane w badanej próbie do wyników uzyskiwanych w próbie normalizacyjnej (generalnej populacji dorosłych Polaków bez względu na wykonywany zawód), można zauważyć, że w badanej próbie częściej ujawniają się zaburzenia równowagi praca-dom w sferze przejawianych rzeczywistości zachowań, choć nie ma istotnych statystycznie różnic między badaną próbą a populacją generalną

Tabela 1. Statystyki opisowe wskaźników zachowania równowagi praca–dom i dom–praca
Table 1. Descriptive statistics of ratings of maintaining work–home and home–work balance

	Sfera zachowania (WLB)				Sfera przekonań (RPD)			
	Przenikanie pracy do domu	Rozmieszczenie granic między pracą i domem	Komunikacja między sferami prywatną i zawodową	Przemęczenie i Wpływ pracy na życie osobiste	Wpływ życia osobistego na zawodowe	Przenikanie się sfer Zawodowej i osobistej		
N	101	101	101	101	101	101		
Średnia	3,73	3,24	3,72	3,78	4,32	3,25		
Mediana	3,71	3,33	3,80	3,75	4,50	3,20		
Odczylenie standardowe	0,91	0,67	0,773	0,65	0,80	0,81		
Skośność	-0,02	0,14	-0,59	0,07	-0,47	0,29		
Kurtoza	-0,54	-0,41	0,53	-0,82	0,27	-0,22		
Minimum	1,71	1,67	1,20	2,50	1,75	1,60		
Maksimum	5,86	5,00	5,20	5,13	6,00	5,40		
Test normalności	Z	0,623	1,097	1,043	1,432*	0,981		
rozkładu	p	0,833	0,18	0,227	0,033	0,291		

*p < 0,05

Tabela 2. Korelacje rang Spearmana między liczbą dzieci i równowagą praca–dom i dom–praca**Table 2.** Spearman's rank correlation between the number of children and work–home balance, and home–work balance

Sfera zachowania (WLB)			Sfera przekonań (RPD)		
Przenikanie pracy do domu	Rozmycie granic między pracą i domem	Komunikacja między sferami prywatną i zawodową	Przemęczenie i wpływ pracy na życie osobiste	Wpływ życia osobistego na zawodowe	Przenikanie się sfer zawodowej i osobistej
$r = 0,185$	$r = 0,006$	$r = 0,153$	$r = 0,157$	$r = 0,079$	$r = -0,016$
$p = 0,032$	$p = 0,475$	$p = 0,063$	$p = 0,058$	$p = 0,215$	$p = 0,437$

Tabela 3. Korelacje między posiadaniem pasji a wskaźnikami równowagi praca–dom i dom–praca**Table 3.** The correlation between having a passion and the rating of work–home and home–work balance

	Sfera zachowania (WLB)			Sferaprzekonań (RPD)		
	Przenikanie pracy do domu	Rozmycie granic między pracą i domem	Komunikacja między sferami prywatną i zawodową	Przemęczenie i wpływ pracy na życie osobiste	Wpływ życia osobistego na zawodowe	Przenikanie się sfer zawodowej i osobistej
Pasje i zainteresowania	$r = -0,187$ $p = 0,031$	$r = -0,055$ $p = 0,293$	$r = 0,167$ $p = 0,047$	$r = 0,053$ $p = 0,300$	$r = 0,157$ $p = 0,058$	$r = -0,080$ $p = 0,214$

dorosłych Polaków co do przekonań na temat tego, czym jest i jak powinna wyglądać równowaga między pracą i domem.

Według badań własnych zachowania pielęgniarek związane z pracą przenoszone są na grunt osobisty i odwrotnie znacznie częściej niż robi to przeciętny Polak. Podobnie w badaniach Litwin i Lewandowskiej [2] 25% badanych pielęgniarek wymienia zaburzone relacje w środowisku rodzinnym na skutek sytuacji zawodowej, co również potwierdza wcześniejsze spostrzeżenia. Pielęgniarki oceniają to zjawisko jako osłabienie zainteresowania sprawami rodzinnymi, częste konflikty i nieporozumienia lub też rozdrażnienie i złość w kontaktach z najbliższymi. Według Lewandowskiej i Litwin zachowanie związane z przenikaniem się sfery zawodowej i osobistej występowało u 65% pielęgniarek. Ankietowane przyznawały się do rozmów o niepowodzeniach w pracy z osobami z najbliższego otoczenia.

Czynnikiem dość istotnym w ocenie przenikania się sfery zawodowej i osobistej jest zapewne fakt, że badanymi osobami były kobiety. W tradycyjnej stereotypowej wizji ról społeczno-kulturowych osobą odpowiedzialną za wypełnianie obowiązków

domowych i opiekuńczych wciąż pozostaje przede wszystkim kobieta. Przez całe swoje życie kobiety mają obowiązek opieki nad pozostałymi członkami rodziny: dziećmi, mężami, osobami starszymi i niepełnosprawnymi. Z odpowiedzialności za dom i rodzinę kobiety nie czują się zwolnione także wtedy, gdy bardzo aktywnie pracują zawodowo. Zaplanowanie życia rodzinnego, towarzyskiego i zdystansowanie się do problemów związanych z pracą jest dla kobiet pielęgniarek dużym wyzwaniem. Osiecka [3] w badaniach dotyczących opinii kobiet o rodzinie i pracy zawodowej zaobserwowała zjawisko dużego zaangażowania kobiet w życie rodzinne nawet dorosłych dzieci, zamieszkujących w oddzielnych gospodarstwach domowych.

W niniejszych badaniach stwierdzono istotną zależność pomiędzy liczbą posiadanych dzieci a przenikaniem życia zawodowego do życia prywatnego w sferze zachowań. Także kobiety badane przez Osiecką [3] wyrażały pogląd, że posiadanie dzieci wiąże się z większymi zmartwieniami, zmniejszeniem czasu wolnego, ograniczeniem życia towarzyskiego.

W krajach skandynawskich kobiety pracujące, posiadające co najmniej trójkę dzieci, mimo narasta-

jącego konfliktu praca–dom, rzadziej jednak mówią o tym, niż matki z jednym lub dwojgiem dzieci [4]. W krajach europejskich równowagę między życiem zawodowym a prywatnym ankietowani uzależniają w dużym stopniu od liczby i wieku posiadanych dzieci [5].

Wyniki przeprowadzonych badań wykazały, że istnieje korelacja ujemna między posiadaniem pasji i zainteresowań a przenikaniem pracy do domu, oraz korelacja dodatnia ze wskaźnikiem komunikacji między sferami zawodową i prywatną w sferze zachowania. W sferze przekonań natomiast zaobserwowano dodatnią korelację posiadania pasji i zainteresowań z wpływem życia osobistego na zawodowe. Tak więc posiadanie pasji wydaje się sprzyjać ograniczeniu wpływu życia zawodowego na prywatne, zwłaszcza w sferze przenoszenia zachowań zawodowych i czynności związanych z pracą w sferę prywatną, jednak sprzyja również zwiększeniu otwartości na wpływ życia osobistego (prywatnego) na sferę zawodową i komunikowanie się obu sfer.

Zjawisko równowagi praca–dom wśród pielęgniarek warte jest głębszego zbadania. Związek między zdrowiem człowieka a jego pracą ma przecież istotny wpływ na jakość życia pracownika i przekłada się na jego wydajność. Cichońska-Marczak [6] przytacza trzy wymiary równowagi między życiem prywatnym i pracą:

- wymiar czasu, w którym istotna jest proporcja ilości czasu spędzanego w pracy i ilości czasu przeznaczanego na odpoczynek;
- wymiar energii, czyli sił, które przeznaczamy na obowiązki domowe i zadania przydzielane w miejscu pracy;
- wymiar gratyfikacji finansowej, która waży na szali, co bardziej się opłaca: bycie w pracy za takie wynagrodzenie czy w domu lub poza pracą (absencja chorobowa).

Każdy z tych wymiarów może stanowić osobny temat do badań. Niemniej złożoność funkcjonowania każdego człowieka wymaga, aby działania profilaktyczne podejmowane były kompleksowo. Dlatego należałoby wdrożyć programy edukacyjne, doradcze i wspierające, podejmowane przez pracodawców, pozwalające na utrzymanie równowagi praca–życie prywatne i ułatwić pracownikom godzenie życia zawodowego z osobistym.

Wnioski

- Badane osoby mają trudności w oddzieleniu pracy zawodowej i życia prywatnego, a zachowania względem równowagi praca–dom, dom–praca nie pokrywają się z ich przekonaniami.
- Istnieje potrzeba podniesienia poziomu świadomości pielęgniarek w zakresie znaczenia zachowania równowagi praca–dom, dom–praca.

Piśmiennictwo

1. Karasiewicz K., Werner-Godlewska D., Lewandowska A. Balansowanie czy bilansowanie — jak Polacy rozumieją równowagę praca–dom. [W:] Rostowska T. (red.). Psychologia w służbie rodzinie, Oficyna wydawnicza IMPULS, Kraków 2012.
2. Lewandowska A., Litwin B. Wypalenie zawodowe jako zagrożenie w pracy pielęgniarki. Roczniki Pomorskiej Akademii Medycznej 2009; 86–89.
3. Osiecka J. Opinie kobiet o rodzinie i pracy zawodowej. Kancelaria Sejmu, Biuro Studiów i Ekspertyz, Warszawa 1994.
4. Kreiner G., Hollensbe C., Owce L. Balancing borders and bridges. Negotiating the work–home interface via boundary work tactics. Academy of Management Journal 2009; 4: 704–773.
5. Budrowska B. Rozwiązania ułatwiające godzenie pracy z rodziną jako instrument wyrównywania szans. W: Sadowska-Snarska C. (red.). Równowaga praca, życie, rodzina. Wydawnictwo Wyższej Szkoły Ekonomicznej, Białystok 2008: 36.
6. Cichońska-Marczak M. Ocena ryzyka zawodowego. Magazyn Pielęgniarki i Położnej 2009; 3: 22.