



Сохранить баланс: как и сколько работают в современном мире?

Гибкий рабочий график становится все более популярным во многих странах мира. Такой вид работы позволяет работникам сохранять баланс между работой и личной жизнью. Еще в 1960-х годах профсоюзы Швеции добились внедрения в стране принципов гибкого рабочего дня на предприятиях. Результат вскоре оценили в самых разных компаниях. Повысилась производительность труда и мотивация к работе, работники стали меньше болеть. Сегодня больше половины шведских фирм дают возможность сотрудникам самим выбирать рабочие часы. Совсем недавно в Швеции прошел эксперимент с 6-часовыми рабочими днями: выяснилось, что производительность труда улучшилась, а работники стали меньше болеть.

В Бельгии люди обычно работают 38 часов в неделю (7,7 часа в день), в Норвегии – 37,5 часа в неделю.

В Германии несколько депутатов выступили с инициативой отменить 8-часовой нормированный рабочий день. Однако, не дожидаясь парламентских решений, крупнейший профсоюз Германии IG Metal в минувшем году добился от руководства более 700 немецких предприятий, включая такие как Daimler и Bosch, согласия на 28-часовую рабочую неделю вместо 35-часовой. Свое предложение представители профсоюза обосновали возможностью для сотрудников регулировать баланс между работой и личной жизнью. В настоящее время 37% немецких работников трудится по гибкому графику.

В некоторых частях мира все чаще испытывают короткие недели, чтобы узнать, как они влияют на производительность сотрудников и общее ощущение благополучия. В 2018 году одна компания в Новой Зеландии опробовала 4-дневную рабочую неделю (32 часа). Результаты были настолько положительными, что в компании поставили вопрос о постоянном переходе на такую модель.

На сегодня самая короткая средняя рабочая неделя – в Нидерландах: 29 часов. Далее идет Дания с 32 часами, за ней следуют США, Германия и Швейцария, которые занимают третье место с 34 часами средней рабочей недели.

В последнее время в некоторых странах Западной Европы свободное время ценят больше, чем деньги. Работодатели все чаще идут навстречу работникам, поскольку высококвалифицированных профессионалов найти не просто, а ценных сотрудников нужно сохранять. В большей степени это относится к офисным сотрудникам, но уже распространяется и на рабочих.

В 2014 году Британский парламент принял закон, по которому каждый сотрудник компании имеет право на гибкий рабочий график. Для его получения нужно убедительно обосновать причину и договориться с работодателем. Однако компания может и отказать работнику, если нужное ему время не совпадает с графиком обслуживания клиентов или предусматривает большую перестройку в работе.

Многие считают, что наш мозг, как компьютер, способен работать часами без перерыва. Однако люди, работающие более 11 часов в день, почти в 2,5 раза чаще впадали в депрессию, чем те, кто работал 7–8 часов.

В Японии до недавнего времени была широко распространена практика, когда сотрудники офиса работали по 10–12 часов или пока не уйдет шеф. Это привело к тревожной тенденции – смерти от переутомления. Для обозначения явления даже придумали слово – Karoshi. В Японии эта проблема настолько распространена, что если причиной смерти определяют переутомление, семья жертвы получает компенсацию от правительства в размере около 20000 долларов и выплаты от компании до 1,6 млн долларов. К 2015 году количество заявлений о «смерти от переутомления» достигло в Японии рекордного уровня – 2310 человек.

Не всегда просто найти баланс между работой и личной жизнью. В свободном графике тоже могут скрываться «подводные камни». При работе дома зачастую падает производительность труда, нарушается то самое равновесие между семьей и работой, ради чего человек и перестал работать по нормированному графику.

Один из недавно проведенных опросов среди 2 000 штатных офисных работников в Великобритании показал, что за весь 8-часовой рабочий день, продуктивно они работали 2 часа 53 минуты. Остальное время потратили на проверку социальных сетей, чтение новостей, беседы с коллегами, не связанные с работой, на еду и даже на поиск новой работы.



Сергей КИРИК

Фото из открытых интернет-источников

Источник:

https://1prof.by/news/in_world/sokhranit_balans_kak_i_skolko_rabotayut_v_sovremennom_mire.html

© 1prof.by

[Подписка](#)

Source URL: <https://mpt.gov.by/node/4953>