

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Tina Trup

Razlike med spoloma v doživljanju stresa

Diplomsko delo

Ljubljana, 2012

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Tina Trup

Mentorica: doc. dr. Zdenka Šadl
Somentor: doc. dr. Janez Štebe

Razlike med spoloma v doživljanju stresa

Diplomsko delo

Ljubljana, 2012

ZAHVALA

Za strokovno pomoč, usmerjanje in spodbudo pri izdelavi diplomskega dela se zahvaljujem mentorici, doc. dr. Zdenki Šadl ter somentorju, doc. dr. Janezu Štebe!

Zahvaljujem se tudi mojemu Marku in svoji družini za vso podporo ter potrpljenje v času študija!

Razlike med spoloma v doživljanju stresa

Stres je fenomen, s katerim se srečuje večina sodobnih zahodnih družb. Pritiski nastajajo zaradi vse hitrejšega tempa življenja in pogosto se zgodi, da se od nas zahteva več kot zmoremo. To prinaša v naša življenja večinoma negativen vpliv. V diplomskem delu je izpostavljen problem ženske populacije, ki se zaradi množičnega zaposlovanja, globalnih in družbenih sprememb v zadnjih desetletjih, srečuje z večjim pritiskom usklajevanja obeh plati svojega življenja. Prilagajati se morajo tako pogojem na trgu dela, kot tudi družinskim obveznostim. Razpetje med delom, partnerjem ter domom in otroki za večino zaposlenih žensk predstavlja problem v smislu časovnega konflikta in posledično večje obremenjenosti. Delitev domačega dela je med spoloma še vedno precej neenakopravna, to dejstvo pa postavlja (zaposlene) ženske v težji položaj kot moške. V empiričnem delu naloge smo na podlagi podatkov iz Slovenskega javnega mnenja 2003 s pomočjo regresijske analize skušali potrditi oziroma zavreči naše zastavljene hipoteze. Analizirali smo vpliv spola na pogostost doživljanja konflikta med delom in družino in skušali ugotoviti, kateri so tisti dejavniki pri posameznemu spolu, ki vplivajo na ta konflikt. Omenjeni dejavniki so združeni v štiri sklope: lastnosti dela, lastnosti gospodinjstva, vmešavanje družine v delo ter sklop o stališčih o vlogi žensk v gospodinjstvu in pri plačanem delu. Obravnavano je tudi doživljanje stresa doma, kot posledica omenjenega konflikta.

Ključne besede: stres, spol, usklajevanje dela in družine, delitev dela med spoloma.

The gender differences in stress experiences

Stress is a phenomenon that most of the developed western societies have to face. Due to the fast pace of life people are under pressure and quite often they cannot cope anymore as more than they can do is demanded from them. This naturally has a negative influence on people. In this diploma paper I focused on women who, due to employment, global and social changes, have been facing a huge pressure because of work and family-time manipulation. They need to adapt to the circumstances at the labour market and deal with their family obligations. This strain between work, partner, home and children is for most women quite problematic, mostly because of lack of time and bigger and bigger work load. Household work-share is still pretty unequal and thus women are in more difficult situation than men. In the empirical part of this paper data from the survey of the public opinion in Slovenia in 2003 is presented. With the help of the regression analysis the set hypotheses were either confirmed or overruled. We analysed how often work and family time leads to a conflict and which are specific gender factors for that. We could put these factors into four groups: work characteristics, household characteristics, family interference into work situations and the role of women in their household and at work. We also focused on the stress situations at home that derive from the above mentioned conflicts.

Key words: stress, gender, work and family-time manipulation, gender-related tasks division.

KAZALO

1 UVOD	7
2 INDIVIDUALIZACIJA.....	10
2.1 Individualizacija in življenjski stili.....	11
2.2 Individualizacija, preobremenjenost in družinsko življenje	12
3 OPREDELITEV STRESA.....	14
3.1 Pozitivni in negativni stres	17
3.2 Teorije raziskovanja stresa	18
3.2.1 Michigenski model organizacijskega stresa	20
3.2.2 Model zahtev - kontrole in podpore	20
3.2.3 Sociotehnični pristop	21
3.2.4 Kognitivni transakcijski model.....	21
3.3 Razumevanje ženskih izkušenj stresa.....	22
4 STRES IN SPOL	24
4.1 Opredelitev formalnega in neformalnega dela	26
4.2 Delitev dela skozi različna zgodovinska obdobja.....	26
4.3 Ženske na trgu dela v Sloveniji ter družina	28
4.4 Fenomen novega očetovstva.....	31
5 ANALIZA RAZISKAVE SLOVENSKO JAVNO MNENJE 2003/2 (SJM032).....	32
5.1 Opis raziskave SJM032	32
5.2 Opredelitev indikatorjev in hipoteze	33
5.3 Metode obdelave podatkov.....	38
5.4 Opisna statistika.....	39
5.5 Analiza konflikta delo – družina: vpliv službenih obveznosti na družinsko življenje	43
5.6 Analiza posledice konflikta – doživljanje stresa doma	51
5.7 Primerjava obeh analiz	58
6 ZAKLJUČEK IN UGOTOVITVE	58
7 LITERATURA.....	63
8 PRILOGI	68
PRILOGA A: Kontrolne spremenljivke in njihove vrednosti	68
PRILOGA B: Sociodemografske značilnosti anketirancev	69

KAZALO SLIK

Slika 3.1 Razlikovanje med stresorji, stresom in čezmernim odzivom.....	16
Slika 4.1 Reprodukcijska spolno specifičnih vlog in vzorcev delovanja v javni in zasebni sferi v androcentризmu	25

KAZALO TABEL

Tabela 5.1: Povezanosti med odvisno spremenljivko konflikt delo-družina in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami	43
Tabela 5.2: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke konflikt delo-družina, celotni vzorec.....	45
Tabela 5.3: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke konflikt delo-družina, po spolu	48
Tabela 5.4: Primerjava rezultatov regresije z odvisno spremenljivko konflikt delo-družina glede na spol.....	50
Tabela 5.5: Povezanosti med odvisno spremenljivko stres doma in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami	52
Tabela 5.6: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, celotni vzorec	53
Tabela 5.7: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, moški	55
Tabela 5.8: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, ženske	56
Tabela 5.9: Primerjava rezultatov regresije z odvisno spremenljivko stres doma, glede na spol.....	57

KAZALO GRAFOV

Graf 5.1: Povprečno število ur namenjenih službi in gospodinjstvu na teden, glede na spol.	40
Graf 5.2: Tisti, ki vedno oz. običajno opravljajo posamezno delo znotraj gospodinjstva, glede na spol.	41
Graf 5.3: Pogostost doživljanja konflikta delo-družina, glede na spol.....	42
Graf 5.4: Strinjanje s trditvijo, da je življenje doma pogosto stresno, glede na spol.	42

1 UVOD

Vsakdo izmed nas se kdaj znajde v situaciji, ko ni več kos vsakodnevnim zahtevam, ki nam jih nalaga življenje. Ko se to zgodi, navadno nastopi stres. Lahko bi rekli, da je stres glavni vzrok večine težav v današnjem času, saj nas spremlja tako rekoč na vsakem koraku. Je vpliv, ki smo mu zaradi današnjega hitrega tempa življenja podvrženi skoraj vsi. Gre za specifičen odnos med posameznikom in okoljem, ki ga posameznik lahko oceni kot obremenjujočega, ali pa kot takega, ki presega njegove sposobnosti upora, s tem pa ogroža njegovo blaginjo (Maslach in Leiter 1997; Rungapadiachy 2003; Schmidt 2003). Stresne okoliščine najpogosteje nastanejo v odnosu z ljudmi, predvsem v službi in doma.

Za večino sodobnih zahodnih družb velja, da sta tako v plačano delo, kot tudi v družinske obveznosti, vpletena oba partnerja, starša (Wierda-Boer in drugi 2009). Becker in Moen (v Wierda-Boer in drugi 2009) ugotavljata, da mora večina parov zato, da bi se uspešno spopadla z zahtevami iz obeh sfer, prilagajati svoj čas, ki ga namenijo aktivnostim iz ene ali druge sfere. Greenhaus in Beutell opozarjata, da med obema sferama pogosto nastane konflikt, kadar so zahteve v relaciji delo-družina nezdržljive z zahtevami, ki jih ima družina na službene obveznosti (v Wierda-Boer in drugi 2009). V zadnjih letih se je zato močno povečalo znanstveno zanimanje glede vprašanja, kako pari med seboj delijo naloge in opravila. Družina pri tem ostaja najpomembnejša vrednota v življenjih Evropejcev, čeprav se je v zadnjih desetletjih, zaradi vpliva različnih dejavnikov, spremenila njena osnovna oblika, delo oz. služba pa je tako moškim kot ženskam v življenju enako pomembna (Torres, Mendes in Lapa 2006). Kot ugotavlja Alenka Švab, je skrb vezni element v razmerju med delom in družino. Danes so v družinskih in socialnih politikah dejanski atributi skrbi zaviti v ideološke predpostavke o družini, spolni delitvi dela, materinstvu in otrocih. Pravi, da skrb dajemo in smo je deležni zlasti v vsakdanjih praksah družinskega življenja, saj je družina tista, v kateri se odvija pomemben delež skrbi na nivoju vsakdanjega življenja (Švab 2003). Ena ključnih ugotovitev raziskave »Kakovost življenja v Evropi« (EQLS 2007), ki jo je izvedla Evropska fundacija za izboljšanje življenjskih in delovnih razmer (Eurofond), je bila, da so najbolj obremenjene z neplačanim delom predvsem ženske, moški pa ob tem priznavajo, da delajo manj kot bi narekovala pravična delitev gospodinjskega dela.

Čeprav so se razmere skozi desetletja spremenile v prid ženskam, so še vedno tiste, ki morajo v primerjavi z moškimi, poleg službe s polnim delovnim časom (ki je značilna za Slovenijo, ne pa za večino drugih evropskih držav) aktivneje opravljati gospodinjska dela, poleg tega pa je ženski še vedno pripisana primarna skrb za vzgojo otrok (E. Kotowska in drugi 2010).

Coltrane, Keuzenkamp in Hooghiemstra (v Wierda-Boer in drugi 2009) ugotavljajo, da so bile dosedanje študije preveč usmerjene samo na eno ali drugo domeno, t.j. na samo neplačano delo (gospodinjsko delo, vzgoja otrok) oziroma samo na plačano delo (službene obveznosti), kar je v nekaterih primerih pripeljalo do napačnih zaključkov glede celostne obremenjenosti posameznika. Bianchi in Raley (v Wierda-Boer in drugi 2009) sta namreč ugotovila, da je obremenjenost tako matere kot tudi očeta pogosto relativno enaka, če upoštevamo obe domeni hkrati. Kljub temu, v primeru Slovenije, breme neplačanega dela v kombinaciji z dolgim delavnikom ženske postavlja v težji položaj kot moške (Šadl 2006). Kot ugotavlja Z. Šadl je možno, da razkorak med liberalnimi stališči žensk (predvsem višje izobraženih) o spolni delitvi dela na eni strani in dejansko (neenakomerno) razdelitvijo gospodinjskega dela na drugi strani, vpliva na bolj negativne zaznave kombiniranja plačanega dela in družine pri Slovenkah (Šadl 2006).

Mera, do katere so se ženske približale moškim v različnih družbenih sferah (v zaposlovanju, znotraj družine in državljskih pravicah) ugotavljajo Lyonette, Crompton in Wall, precej variira med državami, in sicer tako zaradi razlik v socialnih in zaposlovalnih politikah, kot tudi kulturnih faktorjih in različnih nacionalnih podporah družinam, kjer sta zaposlena oba partnerja, starša. Tradicionalni model moškega/očeta kot edinega, ki služi denar, upada (Crompton v Torres, Mendes in Lapa 2006). Ravnotežje med delom in družino, konflikt in stres so tako postale vsakodnevne teme medijev, vladnih in raziskovalnih organizacij (Lyonette, Crompton in Wall 2007).

Cilj moje diplomske naloge je podrobneje predstaviti in analizirati – na podlagi empiričnih podatkov – fenomen stresa v sodobnem življenju, pri čemer se bom še posebej osredotočila na povezavo stresa in spola. Tema me je vedno zanimala; je družbeno aktualna (vsakdanji pritiski) in pa znanstveno relevantna, saj se povezuje s številnimi osrednjimi sociološkimi koncepti, temami in problematikami.

Diplomsko delo je razdeljeno na dva dela; **teoretičnega** in **empiričnega**. V prvem poglavju teoretičnega dela se najprej posvetim individualizaciji. Sami smo tisti, ki s svojimi odločitvami krojimo lastno usodo, to pa s seboj nosi tako nove možnosti kot tudi pritiske. Z vidika stresa je to še posebej pomembno, saj je stres predvsem individualna izkušnja. V tretjem poglavju se osredotočim na stres; podane so opredelitve pojma stresa različnih teoretikov in najpogostejši simptomi. Predstavim tudi razliko med pozitivnim in negativnim stresom, saj stres ni vedno le slaba izkušnja – majhni stresi lahko včasih pozitivno vplivajo na naša življenja in so dobrodošli. Nadalje so predstavljene teorije raziskovanja stresa, pri katerih je poudarek v veliki meri na stresu na delovnem mestu - delovno mesto ima skupaj z zasebnim, družinskim življenjem ključno vlogo v razumevanju stresa. Četrto poglavje je namenjeno povezavi stresa in spola. Predstavljena je delitev dela med ženskami in moškimi skozi različna obdobja, opisano je tudi trenutno stanje žensk na trgu dela, obravnavam tudi pojav novega očetovstva.

Teoretičnemu delu sledi empirični del, v katerem so predstavljeni rezultati petih delovnih hipotez. Na podatkih Slovenskega javnega mnenja 2003 je s pomočjo regresijske analize analiziran vpliv spola na konflikt delo-družina, prav tako je glede na spol analiziran stres doma, in sicer kot posledica omenjenega konflikta. Dejavniki vpliva pri posameznem spolu so združeni v štiri sklope: lastnosti dela, lastnosti gospodinjstva, vmešavanje družine v delo ter sklop o stališčih o vlogi žensk v gospodinjstvu in pri delu.

2 INDIVIDUALIZACIJA

»Misliti, preračunavati, načrtovati, prilagajati se, definirati, razveljavljati (in vse to začeti vedno znova od začetka): to zahteva “tvegana svoboda”, ki določa življenje v razvoju moderne« (Beck in Gernsheim 1996, 822).

Po M. Ule (Ule 2003, 22) je ena tipičnih lastnosti pomoderne družbe¹ proces individualizacije. S tem misli na celoto družbenih procesov in izkušenj, za katere je značilno po eni strani raztapljanje vnaprej predpisanih in standardiziranih življenjskih oblik, kot so razredna pripadnost, spolne vloge, jedrna družina². Po drugi strani pa gre za razpad urejenih normalnih biografij, življenjskih vodil in okvirov življenjskih orientacij. »Ljudje so se v zgodovinskem prelomu kontinuitete izločili iz tradicionalnih razrednih pogojev in družinskih navezav in so postali vedno bolj odvisni od samih sebe in od svoje lastne delovno-tržne usode z vsemi tveganji, možnostmi in protislovji« (Beck 2001, 106).

»Proces socializacije v pozni moderni družbi je torej zamenjan s procesom individualizacije« (Ule 2003, 22). Kot pravi Ule, je značilnost življenjskega poteka v teh novih razmerah, da morajo posamezniki vse bolj zgodaj začeti izdelovati načrte in jih vključevati v svojo biografijo. V tradicionalnih družbah je bil posameznik enostavno vrojen v določen socialni položaj, v individualizirani družbi pa moramo nekaj sami storiti oz. se potruditi, da dosežemo neko družbeno mesto. »Tega ne počnemo le enkrat v življenju, temveč dan za dnem« (Ule 2003, 23).

Toda teoretiki individualizacije, kot so U. Beck, Z. Bauman in A. Giddens (v Ule 2003, 24) opozarjajo, da individualizacija ne pomeni avtomatsko emancipacije posameznikov od različnih avtoritet, socialnih definicij in socialnih pritiskov. Pojavljati so se začela nova protislovja, ki posameznika sicer osvobajajo tradicionalnih vezi in odvisnosti, vendar posamezniki po drugi strani postajajo vse bolj odvisni od pritiskov drugih družbenih institucij, t.j. zlasti od trga delovne sile, izobraževalnega sistema, sistemov socialnega skrbstva, zavarovanja, zdravstva in potrošnje.

¹ Izraz po(st)moderna je leta 1968 vpeljal A. Etzioni. Poleg izraza pomoderne družbe se v sociologiji uporablja tudi termin postindustrijska družba.

² Jedrna ali nuklearna družina je najmanjša družinska enota, ki jo tvorijo mož in žena ter njuno nedoraslo potomstvo (Haralambos in Holborn 2001), gre za samostojno fizično oz. prostorsko ločeno rezidenčno enoto (Švab 2008).

K odločilnim znakom procesa individualizacije sodi tudi to, da zahteva aktivno sodelovanje ljudi. Ljudje se morajo neprestano organizirati in improvizirati; možnosti, nevarnosti, biografske negotovosti morajo danes posamezniki zaznati sami, jih interpretirati, se odločati in jih znati predelovati. »Posledice – tako možnosti kot bremena – se prelagajo na posameznike, pri čemer so ti zaradi visoke kompleksnosti družbe v tehtanju interesov, morale in posledic pogosto komajda sposobni za nujno potrebne odločitve« (Ule 2003, 24). Kot pravi Beck (v Ule 2003, 24), se poslavljamo od trdnih, vnaprej danih podob človeka.

Kritiki oziroma analitiki Beckove teorije individualizacije še bolj izpostavijo dejstvo, da individualiziranje življenjskih oblik ne pomeni predvsem »osvoboditve posameznika«, ampak določene kvalitativne spremembe vodenja življenja, ki se razlikujejo od tradicionalnega. Zato se je treba pri vpeljavi pojma individualizacije izogibati izjav, kot je npr. »naraščanje svobode«. Kot pravi Dahrendorf (v Ule 2003, 23) individualizacija po eni strani povečuje množico ter kakovost možnosti in alternativ, ki so na voljo posameznikom v določenih situacijah, obenem pa zmanjšuje obseg in moč »ligatur« (medosebnih povezav). Vsak torej postaja ustvarjalec svojih socialnih mrež, kar pa ni le osvoboditev, temveč tudi prisila (Ule 2003, 23).

2.1 Individualizacija in življenjski stili

Po M. Ule (Ule 1998, 26) je stilizacija vsakdanjega življenja ter oblikovanje življenjskih stilov pglavitna značilnost sodobnega sveta. »Življenjski stil je način, kako živeti svojo zgodbo... je skupek navad, je način uporabe dobrin, prostorov, časa, s katerimi ljudje definiramo sebe in druge ljudi« (Ule 1998, 26). Kot pravi Ule, je razlika med današnjo po(st)moderno družbo in moderno družbo v tem, da so življenjski stili v po(st)moderni družbi možni le ob naslonitvi na sodobno porabniško naravnano tržno družbo, medtem ko so se v moderni družbi življenjski stili formirali predvsem pod vplivom socialne stratifikacije³ in velikih ideologij⁴ (Ule 1998, 26).

³ Socialna stratifikacija je posebna oblika družbene neenakosti, ki je povezana z oblikovanjem skupin, slojev v hierarhičnem razmerju. Pripadnikom posamezne skupine je skupen podoben življenjski slog, položaj posameznika je odvisen od sloja kateremu pripada (Haralambos 2001).

⁴ Izraz ideologija se pogosto uporablja za označevanje popačene, napačne slike realnosti (Haralambos 2001).

Kot nadaljuje Ule (1998, 27), je življenjski stil značilnost skupine, pa vendarle individualna izkušnja. »V po(st)modernih družbah namreč ni predvsem pomembno, kdo in kaj smo, ampak predvsem po čem se razlikujemo od drugih, po čem smo enkratni, nezamenljivi in obenem prepoznavni v očeh socialnega okolja« (Ule 1993).

Pomembni avtorji, kot sta U. Beck in A. Giddens, v sodobnih življenjskih stilih odkrivajo povečano stopnjo reflektivnosti. Reflektivnost pomeni večji pomen posameznikovih socialnih dejanj za njega samega, njegovo večjo vlogo v družbenem življenju in s tem več izbire med alternativnimi sredstvi, cilji, pogoji ter opravičevanji dejanj. To pa prinaša s seboj tudi pomembno identitetno tveganje (Ule 1998). Beck (v Ule 1998, 30) povečano stopnjo reflektivnosti pripisuje individualizaciji življenjskih stilov, Giddens (v Ule 1998, 30) pa večji odprtosti socialnega življenja v postmodernih družbah, večji fleksibilnosti institucij, pluralizaciji socialnih kontekstov in diverzifikaciji avtoritet, ki po njegovem "normirajo" življenjsko stilske projekte.

Teoretiki individualizacije življenjskih stilov opozarjajo, da proces stilizacije vendarle temelji na skritih, vendar učinkovitih prisilah, ki "motivirajo" posameznike, da se opirajo sami nase ter na svoje znanje in kapitale (Beck in Giddens v Ule 1998, 31). Kot ugotavljata Beck in Giddens je za povprečnega posameznika ali posameznico namreč izvajanje življenjskih oblik nanj ali nanjo prej obremenilno kot osvobajajoče dogajanje in predvsem znak povečane medosebne ter medskupinske konkurenčnosti, kot pa povečane solidarnosti in medčloveške odprtosti (Ule 1998, 31). »Med primarne izvore družbenega pritiska na posameznike brez dvoma sodita postopna demontaža socialne države in povečani konkurenčni pritiski zaradi rastoče globalizacije svetovnega trga... predvsem demontaža socialne države ter čedalje bolj negotova usoda sedanjih delovnih mest in zaposlitev silijo posameznike, da so veliko bolj samostojni, kot bi morda želeli biti« (Ule 1998, 31).

2.2 Individualizacija, preobremenjenost in družinsko življenje

Izbirnost življenjskih usmeritev ter medijska in tržna ponudba nas tako vsak dan znova postavljajo pred manjše ali večje odločitve, ki s seboj prinašajo različna tveganja, ki jih predvsem ne moremo predvideti in nadzorovati (Ule, 2003). Ko »spirala individualizacije« - trg dela, izobraževanje, načrtovanje kariere – seže v družino, se vsa

navedena bremena posameznikov precej povečajo, še nadaljuje. »Družinsko življenje postane nenehno lovljenje ravnotežja med nasprotnimi ambicijami, hotenji njenih članov, ki izhajajo iz visokih zahtev po mobilnosti, izobraževanju, vzgoji otrok, delu doma itd.« (Ule 2003, 26). Te naloge pa predvsem obremenijo ženske. Kot ugotavlja Mateja Sedmak in Zorana Medarič, življenjski poteki v Evropi niso enotni, običajno pa predstavljajo prav zaključek izobraževanja, vstop na trg dela, stabilna zaposlitev in lastno gospodinjstvo predpogoj za odločanje mladih za starševstvo (Sedmak in Medarič, 2007).

Elisabeth Beck-Gernsheim, kot pravi Ule, opozarja tudi na pritisk vse večjih zahtev po mobilnosti delovne sile in posledici tega pritiska na sodobno družino. Ta pritisk namreč zdaj v enaki meri bremeni moža in ženo in ni več zagotovljeno, da se bo žena podredila moževim kariernim ambicijam. Oba morata uskladiti svoje načrte in odločitve (Ule 2003, 26).

Ule (ki povzema Ulricha Becka in Beck-Gernsheim) ugotavlja, da tržni model postmodernega življenja predpostavlja družbo brez družin in otrok. Usmerjen je na posameznika/-ico in ukvarjanje s samim seboj, z uspehom, s kariero, z urjenjem telesa, s skrbjo za zdravo telo, s samorealizacijo, s potovanji in podobno. Da bi posameznik lahko ustrezal tržnim zahtevam in idealnim podobam, ki nas nagovarjajo iz raznih medijev, mora biti neodvisen. »Tržni subjekt je po tem pojmovanju individualiziran subjekt, ki ga ne ovirajo medosebni odnosi, zakon ali družina. Zato bi polno uresničevanje tržne družbe terjalo absurdno družbo brez otrok« (Ule 2003, 27). Kot nadaljuje Ule, je očitno do te situacije prišlo tudi zato, ker je pozna moderna družba še vedno predpostavljala klasično družino, kjer se en njen član (navadno je to ženska) prostovoljno »žrtvuje« v prid družine in potlači svoje življenjske ambicije. Zahteva sodobnih družb pa je, da morata biti tako moški kot ženska zaposlena in karierno zavzeta (Ule 2003). »Konflikti in vprašanja, ki se tako pojavljajo v na videz povsem zasebnem kontekstu, so simptomi globokega nasprotja med zahtevami družine (v ožjem smislu) in zahtevami trga dela (v širšem smislu)« (Ule 2003, 27).

Kot pravi M. Ule :

Kolikor bolj odpadajo ligature in kolikor bolj so nove ligature stvar posameznikov in njihovih (navidez zgolj zasebnih) hotenj, potreb, želja, toliko manj vnaprejšnjih odbijačev pred pritiski socialnih in tudi čisto osebnih kriz in stresov je posamezniku na voljo; toliko več stvari je odvisnih od njega samega in njegovih odločitev in toliko bolj »krivega« se čuti za svoje morebitne napačne izbire in stresne posledice teh izbir (Ule 2003, 27).

Beck (v Ule 2003, 28) ugotavlja, da individualizacija daje predvsem bolj ali manj iluzorni vtis enakopravnega procesa, prinaša pa številne pritiske in strese na ravni vsakdanjega življenja, med katerimi prevladujejo stresi zaradi občutka negotovosti, nekompetentnosti in obenem vse bolj zgodnji pritiski dolgoročnih izbir.

V naslednjem poglavju se bomo osredotočili na fenomen stresa. Predstavljeni bodo pogledi različnih teoretikov na stres, pozitivni in negativni stres ter krajši pregled nekaterih najpogosteje uporabljenih teorij o stresu.

3 OPREDELITEV STRESA

Stres zadeva vsakega posameznika, saj je pomemben in bistven del našega življenja. Je sestavni del naših odnosov z nenehno spreminjajočim se okoljem, ki se mu moramo prilagajati (Looker in Gregson 1993, 27).

Beseda stres izhaja iz angleščine (angl. *stress*) in se je prvotno uporabljala v fiziki za označevanje mehanske obremenitve (Treven 2005, 14). Lazarus (v Černigoj Sadar 2002, 83) je ugotovil, da pojem stres najdemo že v 14. stoletju za oznako stiske, težave ali nezaželenosti. V sedemnajstem stoletju pa se je uveljavil v fiziki v delih Roberta Hooka o načrtovanju fizičnih struktur, kot so na primer mostovi, v smislu pritiska, obremenitve, ki ga lahko most prenese. V tem kontekstu je stres obravnavan kot zunanji dražljaj (Cassidy v Černigoj Sadar 2002). Skozi 18. stoletje stres pomenil silo, pritisk, napetost ali napor, ki se je sprva nanašal na posameznika ali njegove notranje organe ter mentalno stanje (Cartwright in Cooper 1997, 3). Pojem stresa kot del diskurza o zdravju in bolezni se je sicer prvič pojavil že pred približno 600 leti (Černigoj Sadar 2002, 83),

vendar je njegova subjektivna narava vzrok, da mu stroka dolgo časa ni namenjala potrebne pozornosti.

Ameriški fiziolog W. Cannon je odziv organizma na stres poimenoval refleks »boj ali beg«⁵. Kot že samo poimenovanje reakcije pove, se telo v nevarnosti pripravi na beg ali spopad in spodbudi vse svoje moči, da bi se lahko silovito odzvalo. Ta refleks je evolucijsko najstarejši in omogoča preživetje (Cannon v Černigoj Sadar 2002, 83). Cannonovo teorijo stresa uvrščamo med *biološko usmerjene teorije*, saj pripisuje npr. hormonom (adrenalin, noradrenalin) kot tudi povečani srčni aktivnosti, motnjam v prebavnem traktu itd. osrednjo vlogo (Rakovec-Felser 1991, 47).

H. Selye (v Černigoj Sadar 2002, 83), ki je izraz stres uvedel v medicino, je na osnovi Cannonovih ugotovitev izdelal tristopenjski model, s katerim je pojasnil odzivanje človeka na zastrašujočo situacijo, poimenoval pa ga je splošni adaptacijski sindrom oz. splošni sindrom prilagoditve. Za splošni sindrom prilagoditve so značilne tri faze: alarm, odpor in izčrpanost. V prvi fazi (alarm) zunanji stresor⁶ sproži notranji stresni sistem v telesu, kar privede do pojava številnih fizioloških in kemičnih reakcij (npr. adrenalina). Če stresor deluje še naprej, pride do druge faze (odpor), v kateri telo pozove posamezni organ ali sistem, da se odzove na stres. Tretja faza (izčrpanost) nastopi, če stresor deluje dalj časa in prilagoditveni mehanizem odpove (Treven 2005, 17).

Pojem stresa je danes zelo širok in ga različni teoretiki različno definirajo. Nekaj definicij stresa (Treven 2005, 14-15):

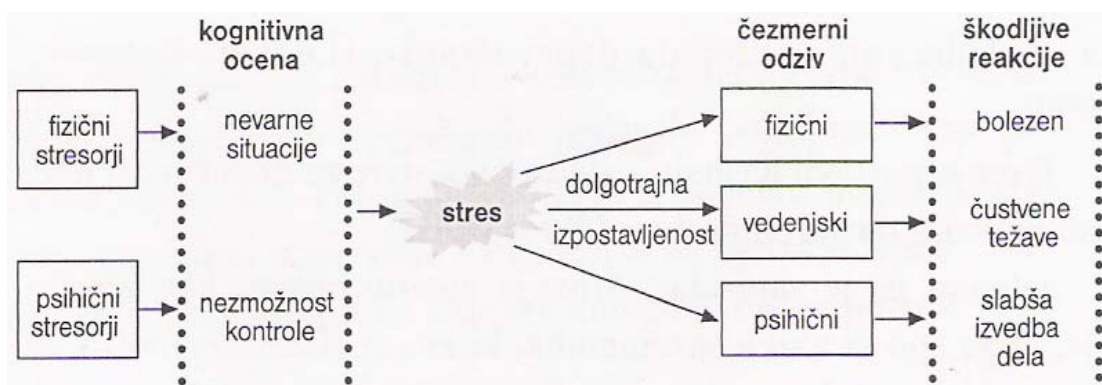
- Luban Plozza in Pozzi (1994) pravita: »Stres je reakcija organizma na dražljaje iz okolja; vključuje znake obrambe in prilagajanja«.
- Po Lookerju (Looker in Gregson 1993) je stres »neskladje med dojemanjem zahtev na eni strani in sposobnosti za obvladovanje zahtev na drugi strani«.
- Tyrer (1987) je postavil naslednjo definicijo: »Gre za duševno in telesno reakcijo na spremembo«.

⁵ angl. »fight-or-flight response«

⁶ angl. stressor; po Lookerju in Gregsonovi je stresor vsako dogajanje v okolju, ki lahko sproži stresno reakcijo (Looker in Gregson 1993, 89).

- Selič (1999) je zapisala: »Stres je možno opisati kot dogajanje, ki ga sproži vsaka sprememba, ki zmoti človekovo notranje ravnotežje in aktivira njegove prilagoditvene potenciale«.
- Ivancevich in Matteson (1993) definirata stres preprosto kot »interakcijo posameznika z okoljem«. Ta pojem pa opredelita tudi podrobneje, in sicer kot: »prilagojen odziv osebe, ki je odsev njenih lastnosti in/ali psihičnih procesov, na dejavnosti, stanja ali dogodke iz okolja, ki ustvarjajo pri njej čezmerne psihične in fizične potrebe«.
- Greenberg in Baron (2000) opredelita stres kot »kompleksen vzorec čustvenih stanj, psihičnih odzivov in s tem povezanih misli, ki nastane kot odgovor na zunanje zahteve«. Te zahteve, ki izhajajo iz okolja, označita kot stresorje, njuno razlikovanje med stresorji, stresom in čezmernim odzivom pa prikazuje spodnja slika.

Slika 3.1 Razlikovanje med stresorji, stresom in čezmernim odzivom.



Vir: Treven (2005, 16)

Kot primere **stresorjev** na Sliki 3.1 lahko vzamemo npr. zahteve delovnih nalog, medosebne zahteve med sodelavci, odnose s partnerjem in otroki, družbene odgovornosti ipd. **Stres** se pri posamezniku pojavi takrat, ko ne more obvladati morebitne nevarnosti ali zahtev situacije v kateri se znajde, od njega samega (in njegovega lastnega dojemanja) pa je odvisno, ali bo dejavnik iz okolja stresor. Tretji pojem t.j. **čezmeren odziv** se po mnenju navedenih avtorjev nanaša na nakopičene učinke stresa, ki se izražajo kot odkloni od normalnih oblik vedenja ali delovanja in so posledica dolgotrajne izpostavljenosti stresnim dogodkom. Takšni odzivi lahko

privedejo do škodljivih posledic v obliki bolezni, čustvenih težav in slabše opravljenega dela (Treven 2005, 15).

Looker in Gregson navajata najpogostejše znake stresa oziroma najpogostejše simptome porušenega ravnovesja zaradi stresa. Najpogostejši **telesni simptomi** so nespečnost ali prevelika potreba po spanju, zmanjšan ali povečan apetit, prebavne motnje, pogosti glavoboli, pretirano uživanje nikotina, kofeina, pomirjeval, alkohola itd. Tesnoba, napetost, zaskrbljenost, potrnost, depresija, vzponi in padci samospoštovanja itd. so **duševni simptomi** stresa. Navajata tudi **simptome na področju medosebnih odnosov**, ki se kažejo predvsem kot težave v komunikaciji, nezaupanju, želji po samoti itd. Ne nazadnje so tu še **simptomi stresa na delovnem mestu**, saj je delo zelo pomemben del življenja vsakega človeka. Ti simptomi pa so občutek preobremenjenosti, nizka produktivnost, pomanjkanje novih idej, težave z zbranostjo, pozabljivost in odpor do dela (Looker in Gregson 1993).

Stres v najširšem smislu pomeni preobremenjenost, ki ogroža fizično in duševno integriteto in ga povzročajo razni **biološki** (lakota, žeja, bolezen), **fizični** (potres, požar, vročina, mraz), **psihološki** (strah, neuspehi in negativna pričakovanja) in **socialni dejavniki** (konflikti v družini ali pri delu, brezposelnost) (Petrič 2001).

3.1 Pozitivni in negativni stres

Černigoj Sadar ugotavlja, da za večino ljudi stres pomeni nekaj slabega (Černigoj Sadar 2002, 85). »Vtisnil se jim je v spomin kot grenka izkušnja, ki jih je pretresla zaradi pretirane ali premajhne obremenjenosti, naveličanosti, zdolgočasenosti, ali vztrajanja v položaju, ki ga niso povsem nadzorovali in obvladali« (Looker in Gregson 1993, 30). V takšnem primeru govorimo o **negativnem stresu**⁷ in je predvsem posledica pretiranega ali slabo vodenega stresa, ki ga vodi posameznik po individualnem borbenem načrtu (Starc 2007, 30).

Stres v pravi meri pa nas lahko spodbuja in motivira, saj nam manjši stresni dogodki v vsakdanjem življenju lahko služijo kot dodatna motivacija pri reševanju določenih

⁷ angl. distress

problemov. V tem primeru govorimo o koristnem oz. **pozitivnem stresu**⁸, ki omogoča prilagajanje človeka na nove situacije v okolju in spodbuja spopadanje s problemi ter kreativnost in dinamičnost (Starc 2007, 30). Po Lookerju in Gregson so znamenja pozitivnega stresa evforičnost, vznemirjenost, visoka motiviranost, umirjenost, razumevanje, ustvarjalnost, sposobnost jasnega in racionalnega mišljenja, odločnost, živahnost itd. (Looker in Gregson 1993).

Poglavitna razlika med zdravim in škodljivim stresom je v tem, da se pri zdravem (pozitivnem) stresu spremembi naglo prilagodimo, pri škodljivem (negativnem) stresu pa se ji prilagodimo le težka ali pa sploh ne (Tyrer 1987, 19).

»Stres je povsem individualna izkušnja. Kar je za nekoga prijetno in pozitivno, je za drugega lahko docela škodljivo in negativno. Namerno sprejemanje izzivov je enkrat lahko radost, drugič polomija« (Looker in Gregson 1993, 30-31). Kot ugotavlja Černigoj Sadar, lahko tudi isto situacijo posameznik enkrat oceni kot negativni stres, drugič pa kot izziv (Černigoj Sadar 2002, 86). Obvladovanje stresne situacije je po avtorici Ule tako način vedenja kot duševni napor, ki pripomoreta k temu, da posameznik uspešno obvlada stresno situacijo. Po Lazarusu pa je obvladovanje stresne situacije tako pomembna stvar, da vpliva na celotno koncepcijo posameznikovega življenja (Ule 1993).

3.2 Teorije raziskovanja stresa

O raziskovanju stresa obstaja več teorij. Kot ugotavlja Ule (Ule 1993, 129), je osnovna predpostavka teorij stresa, da posameznik reagira na neko hitro nastalo spremembo v okolju, ki pomeni porušenje dotedanjšega ravnotežja, kar vodi do posebne "stresne reakcije" posameznika (npr. razburjenje, odpor, izčrpanost).

Pri raziskavi stresa po W. Buchholz (v Ule 1993, 129) nas zanimajo:

- pogoji nastanka stresne situacije: zunanji in notranji, psihološki pogoji;
- analiza procesa stresne reakcije, ki zajema tako raziskavo manifestacij stresne reakcije kot tudi analizo psihosocialnih procesov, ki odločajo o tem, ali bo nek izvor stresa resnično privedel do stresne reakcije;

⁸ angl. eustress

- analiza posledic stresa: kakšne posledice pustijo stresne reakcije, osvetlitev zveze med stresom in boleznimi.

Kot pravi Buchholz (v Ule 1993, 130), analiza stresa običajno vključuje raziskavo izvorov stresa (stresorjev) in izvorov obrambe pred stresom t.j. resursi, ki posamezniku omogočajo, da kontrolira stresno situacijo za ponovno vzpostavitev ravnotežja med seboj in okoljem. Ta proces vodenja dejanj, ki ga izzovejo stresni dogodki, ima učinek na telo (fiziološka raven). Privede lahko do uspešnega obvladanja obremenitev ali do patoloških oblik prilagoditve.

Kot ugotavlja Ule, je bilo največ psiholoških raziskav stresne reakcije posvečenih kognitivnim in motivacijskim dejavnikom poteka teh reakcij, poznamo pa dve osnovni smeri raziskovanja. Prva izhaja iz **psihoanalitske tradicije** in izvaja stresorje iz zgodnjih faz odnosa starši-otrok (npr. travmatični dogodki iz otroštva), druga smer pa je **kognitivistična** in poudarja medsebojno povezanost kognitivnih, emocionalnih in motivacijskih dejavnikov, ki delujejo v sedanjosti. Kognitivni dejavniki, kot ugotavlja Ule, so dejavniki, ki vplivajo na oceno in osmišljanje situacije za posameznika ter na izbiro obvladovalnih strategij (Ule 1993, 130).

Ule (ki povzema W. Buchholza) predstavlja še **socialnopsihološke koncepte** stresa, ki gradijo na socialni ravni analize. Po teh koncepcijah je tako nastanek stresa kot kontrola stresne situacije socialno posredovan. Stresorji niso dani po naravi ali slučajno, temveč jih producirajo družbeni vplivi – stresorji rastejo iz družbeno oblikovanega in družbeno ovrednotenega sveta in zato odsevajo družbeno ekonomske pogoje življenja in dela (Ule 1993).

Nadaljnja delitev različnih pristopov k pojavu stresa je delitev glede na to, kateri vidik kompleksa stresno okolje – stresu podvržen posameznik predvsem obravnavamo. Kot pravi Buchholz (v Ule 1993, 131) imamo tako npr. **situacijske koncepte** stresa, ki poudarjajo reakcije posameznika in **transakcijske koncepte** stresa, ki poudarjajo kvaliteto odnosa med okoljem in posameznikom.

V nadaljevanju bomo predstavili nekaj najpogosteje uporabljenih in preverjenih teorij o stresu. Preden nadaljujemo, naj pojasnimo še pojem stresa na delovnem mestu oz. **poklicni stres**. O poklicnem stresu govorimo takrat, ko zahteve dela obremenijo ali

presežejo osebne prilagoditvene vire (Lazarus in Folkman v Černigoj Sadar 2002, 86). Kot ugotavlja Brill, je končna stopnja poklicnega stresa **izgorelost**⁹, ko odpovejo prilagoditveni procesi, ki so rezultat dolgotrajnega neravnotežja med zahtevami in viri ter daljšega stresa na delovnem mestu (Černigoj Sadar 2002, 86).

3.2.1 Michigenski model organizacijskega stresa¹⁰

Černigoj Sadar (ki povzema Winnubst, de Jong in Schabracq) ugotavlja, da je v tem modelu stres obravnavan kot rezultat odnosa med posameznikom/posameznico in okoljem. Nevarni sta dve vrsti stresov, pri čemer gre pri prvemu za neskladje med zahtevami okolja in posameznikovimi viri za soočenje z njimi, pri drugemu pa je okolje tisto, ki za zadovoljitev posameznikovih potreb ne daje zadosti možnosti. Pri tem modelu je v ospredju okolje kot ga razume zaposleni, kot stresorji pa so opredeljene tiste zahteve v delovnem okolju, ki jih človek zazna kot problematične, npr. nejasnost vloge, pomanjkanje sodelovanja, napetosti v odnosih ipd. Kot nadalje ugotavlja avtorica, je pomanjkljivost tega modela v tem, da ne upošteva dovolj objektivnega okolja in da obravnava stres zgolj kot subjektiven individualen fenomen (Černigoj Sadar 2002, 88).

3.2.2 Model zahtev - kontrole in podpore

Avtor tega modela je Karasek, ki je pojasnil odnose med zahtevami delovnega mesta in svobodo odločanja z dvodimenzionalnim modelom zahtev in kontrole. Temelji na naslednjih predpostavkah (Černigoj Sadar 2002, 89-90):

1. Visoke zahteve delovnega mesta in nizka kontrola je povezana z intenzivnim doživljanjem napetosti. Delavci, ki delajo na takih delovnih mestih, so najbolj izpostavljeni boleznim, ki so povezane s stresom.

⁹ Izraz izgorelost (angl. burnout) je prvi uporabil klinični psiholog Freudenberg (Čebašek-Travnik 2002, 182).

¹⁰ Ta model so razvili na Inštitutu za socialna raziskovanja na Univerzi v Michiganu, njegova veljavnost je bila preverjena na inštitutih in univerzah na Nizozemskem, kjer so model tudi izpopolnili (Winnubst in drugi v Černigoj Sadar 2002, 88).

2. Visoke zahteve delovnega mesta in visoka možnost odločanja je povezana z visoko motivacijo. V tem primeru gre za ravno pravšnjo stopnjo stresa, ki spodbuja aktivnost.
3. Nizke zahteve delovnega mesta in visoka možnost odločanja so povezane z nizkim nivojem doživljanja napetosti, kar privede do zmanjšanja interesa za delo.
4. Nizke zahteve delovnega mesta in majhne možnosti odločanja so povezane z nizko motivacijo, kar vodi do pasivnosti in dolgočasja.

Karasekov model je doživel veliko kritik zaradi poenostavitve problematike, saj je na primer predpostavljal, da imajo strokovnjaki praviloma manj stresorjev na delovnem mestu kot delavci v proizvodnji. Zato je Johnson s sodelavci Karasekovemu modelu dodal dimenzijo socialne podpore¹¹ (Černigoj Sadar 2002, 90).

3.2.3 Sociotehnični pristop

V modernem sociotehničnem pristopu je celotna organizacija enota analize. Jedro sodobne sociotehnične teorije stresa je, da nezadostna kontrola dela predstavlja najbolj pomemben stresni riziko, kar je odvisno od podjetniške strukture delitve dela. Pomanjkljivost tega pristopa je v tem, da ga je težko empirično preveriti in da je usmerjen predvsem v formalno organizacijsko strukturo, zapostavi pa vidike organizacijske kulture in individualnih preferenc zaposlenih (Černigoj Sadar 2002, 90).

3.2.4 Kognitivni transakcijski model

Med transakcijskimi koncepcijami stresa je najbolj znana koncepcija Lazarusa in sodelavcev (Lazarus v Ule 1993, 132). Po Lazarusu so pri nastanku stresa kot tipa interakcije med posameznikom in okoljem najpomembnejši procesi kognitivne ocene in interpretacije dogodka pri posamezniku, ti procesi pa so vedno emocionalno in afektivno nabiti. Stresni dogodki po Lazarusu nastopajo v treh osnovnih oblikah (Ule 1993, 132):

¹¹ Socialna podpora je po P. Selič eden najpomembnejših virov odpornosti na stres, ki ga zagotavljajo ter oblikujejo interpersonalne interakcije (Selič 1999, 68).

- **izguba/oškodovanost**, kot so npr. fizične ali duševne poškodbe ali izgube, izguba samozaupanja in samospoštovanja, socialnega priznanja, izgube v medosebnih odnosih ipd.;
- **grožnje oz. nevarnosti poškodbe ali izgube**, kjer gre za anticipacijo izgube, ki še ni nastopila, a je možna;
- **dogodek kot izziv**: pozitivna vsebina odnosa do stresnega dogodka.

Lazarus nadalje razlikuje med **instrumentalnim** in **emotivnim** obvladanjem situacije. Instrumentalno obvladanje sloni na spreminjanju motene interakcije (transakcije) med osebo in okoljem, emotivno pa na psiholoških regulacijah stresnih emocij. Obe metodi reševanja situacije v ugodnem primeru privedeta do ponovnega vzpostavljanja ravnotežja v odnosu posameznik-okolje. Po Lazarusu je način obvladovanja stresne situacije tako pomembna stvar, da vpliva na celotno koncepcijo življenja posameznika, na njegovo življenjsko moralo, socialno prilagajanje ter na zdravje/bolezen (Lazarus v Ule 1993, 133).

Kritiko na transakcijski pristop k stresu poda W. Buchholz, da te metode merjenja stresne situacije zanemarjajo možnost, da stresno vplivajo dolgo trajajoča, rutinska dogajanja v vsakdanjem življenju, ki pa so nenehna obremenitev za posameznika. Primeri teh obremenitev so npr. dolgoletna obremenitev na delovnem mestu, dolgo trajajoča zakonska kriza, vsakodnevne preobremenitve otrok v šoli ali žensk z družinskim delom itd. Druga Buchholzeva kritika na transakcijski pristop k stresu pa leti na zanemarjanje družbene produkcije neravnotežij v odnosih oseba-okolje, kar pomeni, da stresorjev ne povzročajo le spremembe na ravni neposrednih medosebnih odnosov v družini in poklicu, temveč tudi obsežnejše institucije (podjetje, šola, družina kot celota), vrednote in ideologije (npr. storilnostna usmerjenost, tekmovalnost) in spremenjene možnosti v družini/podjetju, šoli itd. (Ule 1993, 134).

3.3 Razumevanje ženskih izkušenj stresa

Predstavljeni modeli in druge teorije stresa so v večini primerov individualistični, s poudarkom na možnosti kontrole na delovnem mestu, ugotavlja Černigoj Sadar, ki si zastavlja vprašanje: **Ali je tak pristop ustrezen za razumevanje ženskih izkušenj stresa na delovnem mestu?**

Pri moških je visoko zadovoljstvo z delom povezano s pozicijsko avtoriteto in močjo odločanja, medtem ko je pri ženskah povezano s preišljenim in neodvisnim ocenjevanjem ter možnostjo za uporabo veščin in sposobnosti. Na delovnih mestih prevladuje moška kultura, ki sloni na moči in avtoriteti. Kot ugotavljata Endler in Parker (v Č. Sadar 2002, 96), so raziskave pokazale, da pri spoprijemanju s stresom moški izberejo aktivnosti, ki so neposredno usmerjene na problem, ženske pa se bolj ukvarjajo s čustvenim odgovorom na stres ali pa uporabijo strategijo izogibanja. Od moških se torej pričakuje akcija, kar individualistični modeli predpostavljajo za nekaj pozitivnega, medtem ko ima izogibanje ter pasivni poskusi zmanjšanja negativnih emocij negativni prizvok.

Večina modelov stresa torej temelji na racionalnih predpostavkah pojasnjevanja dinamike stresa in ne upošteva dovolj specifične ženskega načina dela (Č. Sadar 2002, 98). Avtorici in avtor Dunahoo, Geller in Hobfoll pa so le-tega pri snovanju večosnega modela obvladovanja stresa, ki je v primerjavi z ostalimi modeli bolj uporaben, saj vključuje poklice na področju nege, zdravljenja in izobraževanja, upoštevali. Č. Sadar povzema tiste značilnosti, ki predstavljajo novosti pri raziskovanju stresa na delovnem mestu:

- **pristop k ciljem prek deljenega reševanja problemov**, pri čemer gre za skupno akcijo in načrtovanje ter nudenje instrumentalne in čustvene podpore. Reševanje problemov po individualističnih pristopih pri stresorjih, ki se pojavijo v medosebnih odnosih, vzgoji in izobraževanju ni vedno mogoče, saj so lahko uspešni predvsem pri reševanju tehničnih problemov, kar je učinkovito le v primeru, ko imajo ljudje kontrolo in lahko spremenijo situacijo;
- **asertivno** vedenje, pri čemer je potrebno upoštevati tudi vpliv reševanja problema na druge, saj izraža zaupanje in odločnost;
- **direktno in hitro reševanje problemov ni vedno uspešno**;
- **čustva ne predstavljajo vedno pomanjkljivost**, saj se lahko bolj učinkovito spoprimemo z lastnimi problemi, če se zavedamo in sprejemamo tako lastna čustva, kot tudi čustva drugih.

»Šele povezava ženskega in moškega doživljanja stresa s sistemskim pristopom bi lahko zadovoljivo pojasnila dinamiko stresa v delovnih organizacijah in prispevala k uspešnim strategijam obvladovanja stresnih situacij« (Č. Sadar 2002, 99). Pravi še, da je

za moške in ženske družinsko življenje skupaj z zadovoljstvom z delom pomemben predikator splošnega zadovoljstva z življenjem (Černigoj Sadar 2002, 95-99).

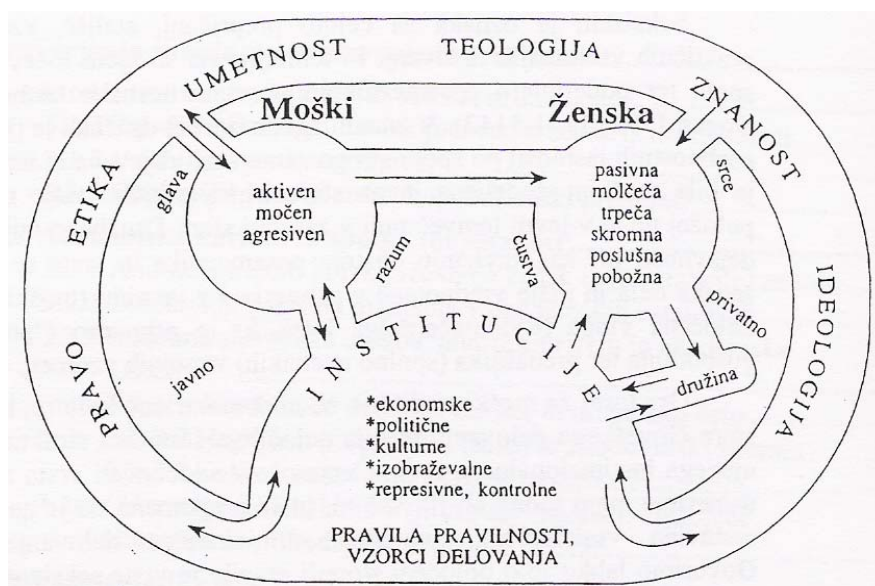
Čeprav so ženske že nekaj časa aktivno vključene v politiko zaposlovanja, je še vedno primarna skrb za družino po tradiciji pripisana predvsem njim. Pri ženskah se zato pojavlja dodatna obremenjenost – gre za “dvojno” obremenjenost, pri čemer zaradi preobremenjenosti in pomanjkanja časa lahko prihaja do konfliktov pri usklajevanju dela in družine. Naslednje poglavje je posvečeno tej problematiki. Osredotočili se bomo na povezavo stresa in spola – na kratko bodo predstavljeni delitev dela skozi različna zgodovinska obdobja, plačano in neplačano delo, fenomen novega očetovstva itd.

4 STRES IN SPOL

Preden preidemo na delitev dela po spolu, pojasnimo pojem **seksizem**. Po M. Jogan je seksizem oznaka za celoto prepričanj, stališč in vsakdanjih delovanj, ki temeljijo na strogem ločevanju dejavnosti po spolu ter podeljujejo posameznikom posebne neenake lastnosti glede na spol. Kot ugotavlja avtorica Jogan, je (bila) delitev dela in osebnostnih lastnosti po spolu v znanih zgodovinskih družbah strogo utrjena in nadzorovana tako, da je bila moškim dodeljena **javna sfera** in hierarhično višje mesto ter nadrejen položaj, tudi v **zasebni** (ženski) **sferi**. Ženski je bila določena primarna (podrejena) vloga matere in gospodinje ter prenašalke (spolno neenakih) vzgojnih vzorcev. Gre torej za moškosrediščno ali androcentrično kulturo (Jogan 2001).

Ženske in moški so torej skozi stoletja doživljali svet in svoje življenje bistveno drugače, njihove izkušnje v vsakdanjem življenju so se razlikovale. Družba se je organizirala po “naravnih zakonih”, ki so podeljevali primat moškim. Javna sfera je domena moških, ki jih odlikujejo lastnosti, kot so moč, aktivnost in racionalnost in še agresivnost in tekmovalnost, ki sta posebej zaželeni v sodobnem poslovnem svetu. Na drugi strani pa je zasebna sfera v domeni žensk, katerih lastnosti so šibkost oziroma nemoč, pasivnost, emocionalnost ter nežnost, popustljivost in vdanost (Habič, 2003). Model reprodukcije neenakosti spolnih vlog je po mnenju Jogan, kljub nekaterim spremembam v 20. stoletju, še vedno nazoren in zelo aktualen (glej Sliko 4.1) (Jogan 2001, 2).

Slika 4.1 Reprodukcijska spolno specifičnih vlog in vzorcev delovanja v javni in zasebni sferi v androcentризmu.



Vir: Jogan 2001

Kot ugotavlja Aleksandra K. Mrčela (Kanjuo Mrčela 1996), vsak posameznik opravlja določeno število družbenih vlog in si s tem zagotavlja mesto v družbi. Kulturno opredeljen spol (ang. *gender*) vpliva na izbiro in opravljanje družbenih vlog, kultura določene družbe pa določa katere vloge so (ne)sprejemljive za pripadnike posameznega spola. »V moderni družbi so vloge, ki naj bi jih opravljal ženske, povezane s (družbeno nižje ovrednotenim) privatnim življenjem, moški pa naj bi opravljal vloge v javnem... tudi če ženska opravlja katerokoli drugo družbeno vlogo, od nje pričakujejo, da bo opravljal tudi svoje »primarne«, »naravne« vloge (vloge matere, gospodinje)« (K. Mrčela 1996, 40).

Danes, vsaj v Sloveniji, ne moremo več govoriti o skrajnih ali vsaj o odkritih oblikah seksizma oz. androcentrizmu, ker so se, vsaj navidezno, družbene razmere spremenile v prid ženskam. Vendar v vsakdanjem življenju posameznice oz. posameznika še vedno obstaja tako delitev dela po spolu, kot različni spolni stereotipi, ki oblikujejo predstave o družbeno zaželenem obnašanju, o družbenih vlogah oblikovanih glede na spol in o družbenih vrednotah ter normah (Habič 2003). Težave pri usklajevanju dela in družinskega življenja imajo še vedno predvsem ženske, ki so zaradi tega pogosto preobremenjene.

4.1 Opredelitev formalnega in neformalnega dela

Preden preidemo na spolno delitev dela, je potrebno pojasniti še pojem formalnega in neformalnega dela. Po Černigoj Sadar je **formalno delo** aktivnost, za katero dobi moški/ženska plačilo, ko se vključi v formalni trg delovne sile. Kot **neformalno delo** smatra vse tiste neplačane aktivnosti za člane in članice družine, ki se izvajajo v gospodinjstvu ali zunaj njega (Č. Sadar 2000, 32). Spolna delitev dela in formalno ter neformalno delo sta tesno povezana.

4.2 Delitev dela skozi različna zgodovinska obdobja

Kot pravi Černigoj Sadar, so značilnosti spolne delitve dela zelo variirale glede na razredno, regionalno, religiozno in etnično pripadnost, toda v vseh zgodovinskih obdobjih so moški v primerjavi z ženskami praviloma opravljali statusno višja in bolje plačana dela (Č. Sadar 2000, 32). Posamezna zgodovinska obdobja niso povsem jasno ločena drugo od drugega. V nadaljevanju so podane le najbolj splošne značilnosti delitve dela v družini.

Predindustrijsko obdobje je temeljilo na gospodinjstvu, pri čemer domače delo ni bilo ločeno od produktivnega dela zunaj doma. Osnovna naloga žensk (ki so bile vključene v številne produktivne aktivnosti) je bila skrb za otroke, ki jo je pogosto povsem prevzela najstarejša hčerka. Vsi člani družine so sestavljali delovno skupino, vsi so sodelovali pri skupnem delu, kot je npr. obdelovanje polja. Middleton ugotavlja, da je bilo gospodinjsko delo in skrb za otroke žensko delo, delo pa so v predindustrijskem obdobju ločevali na domače in nedomače delo – v primeru ko so člani družine delali za druge. Kljub angažiranosti ženske v raznorazne produktivne aktivnosti, je bil vseeno moški tisti in ne ženska, ki je k družinskim virom prispeval z rednim plačanim delom. Določeni poklici so postali predvsem domena moških, ženske so imele manj možnosti za plačano delo (Černigoj Sadar 1991).

V **industrijskem obdobju**, kot ugotavlja Černigoj Sadar (Černigoj Sadar 1991), so postale razlike med spoloma bolj vidne in bolj jasno institucionalizirane. Vzpon tovarniške produkcije v 18. stoletju (ki je povečeval obseg mezdnege dela, s

protestantizmom pa so se uveljavile puritanske predstave o družine) je ženske pahnili v manj kvalificirana in plačana dela. Med prvo in drugo svetovno vojno so se sicer nekatere ženske morale zaposliti, ker je primanjkovalo delovne sile, toda večina žensk v zahodni Evropi je bila doma in ekonomsko odvisna od moža. Moški je edini vzdrževalec družine le v primeru, ko upoštevamo samo plačano formalno delo zunaj doma, slika pa se povsem spremeni, če upoštevamo oblike formalnega dela. »Prostorska ločitev dela in doma ter dolgotrajen delavnik sta bila za vključevanje ženske v delovno silo dokaj problematična... če je bil koncept moškega kot prehranjevalca družine v srednjem veku še impliciten, je postal povsem ekspliciten že v zgodnjem obdobju industrializacije« (Černigoj Sadar 2000, 32). Kot nadalje ugotavlja Č. Sadar, moški v industrijskem obdobju niso bili povsem izključeni iz družinskega življenja. Gospodinjska dela, ki so zahtevala fizično moč, so bila definirana kot moška.

Spremembe v socialnem statusu ženske so se zgodile šele ob koncu devetnajstega in v začetku dvajsetega stoletja, ko so si "prijorile" določene pravice (volilno pravico, možnost izobraževanja, pravico do neodvisne kontrole in uporabe lastne lastnine in dohodka ipd.). Za tretje obdobje (**pozno industrijsko obdobje**) po drugi svetovni vojni, so bila značilna pričakovanja, da bi se očetje bolj aktivno vključili v družinsko življenje, in dejstvo, da so se ženske vedno bolj vključevale v produktivno delo izven doma. Vendar do sredine šestdesetih let, ko se je sodelovanje moških v družinskem življenju le povečalo, kot ugotavlja Č. Sadar, ni prišlo do bistvenih sprememb v spolni delitvi dela. Te spremembe so Rosser, Haris, Goldthorp in drugi (v Č. Sadar 1991, 75) pripisovali predvsem novim oblikam preživljanja prostega časa, kot so družinski izleti, gledanje televizije in številne "naredi si sam" aktivnosti.

Po Č. Sadar sta pomanjkanje delovne sile zaradi rasti storitvenega sektorja ekonomije in vzpona državne blaginje v šestdesetih letih močno spremenila vlogo ženske v spolni delitvi dela. »Ženske so s svojim delom odločilno vplivale na možnosti preživetja družine, v obdobjih recesij pa so bile ob brezposelnih možeh pogosto edine hranilke družine« (Č. Sadar 2000, 32).

Ann Oakley je na podlagi raziskav, opravljenih v 60-ih letih 20. stoletja ugotovila, da le manjši del moških prevzema takšna opravila, ki vodijo v enakost med moškim in žensko. Gospodinjska dela so večinoma v rokah žensk, moški se le v nekoliko večji meri posvečajo vzgoji otrok. Toda tudi tu so si izbrali prijetnejša opravila, usmerijo se

bolj v igro z otroki, medtem ko odgovornost in skrb zanje ostaja domena žensk, kar za njih pomeni izjemno porabo časa in energije (Oakley 1974, 138).

Šadl ugotavlja, da domače čiščenje in različna gospodinjska opravila spadajo med fizično umazana dela in so tudi v družbi splošno pojmovana kot manj cenjena (Šadl 2009, 61). Ungerson (v Šadl 2009, 65) ugotavlja, da močni družbeni tabuji moškim prepovedujejo opravljati umazana dela, torej so naloge, ki so povezane z odstranjevanjem človeške umazanije spolno določeno delo oz. sestavljajo delo žensk. »Umazano delo žensk – pojmovano kot manjvredno in naravno – je del neenakih družbenih relacij med spoloma, ki se v moderni, industrijski družbi vzpostavi z ločitvijo dela od zasebne sfere in novo dodelitvijo spolnih vlog« (Šadl 2009, 66). Gospodinjstvo v praksi postaja vedno manj spolno določeno, kot ugotavlja Šadl, a je še vedno nepredstavljivo, da bi ženske gospodinjska dela opravljale v bistveno manjši meri ali sploh ne. Gospodinjsko delo namreč, ob učinkovanju spolne ideologije, še vedno močno povezujejo s spolno identiteto žensk (Šadl 2009, 67).

4.3 Ženske na trgu dela v Sloveniji ter družina

V Sloveniji je 50,5 % delovno aktivnih žensk, kar je več od povprečja, ki ga dosegajo države članice Evropske unije. Prekašajo nas Avstrija (52,5 %), Ciper (53,4 %), Danska (58 %), Finska (53,6 %), Nizozemska (58,3 %), Švedska (55,2 %) in Združeno kraljestvo (52,4 %), na Portugalskem pa je delež delovno aktivnih žensk enak kot v Sloveniji. Upoštevati je treba, da imajo te države, z izjemo Cipra, nadpovprečno visok delež delovno aktivnih oseb s skrajšanim delovnim časom, kar pa za Slovenijo ni značilno (SURs¹²).

Od pričetka oblikovanja sodobnega trga dela in vse do današnjih dni so bile ženske v Sloveniji vključene v vse dejavnosti in so predstavljale pomemben del delovne sile, a so se za razliko od zaposlenih moških ob tem soočale tudi z večnim problemom usklajevanja dela in družinskega življenja (Sedmak in Medarič 2007, 7). V sodobnem času je vključenost tako moških kot žensk v plačano delo povsem običajna in pričakovana. Kot ugotavlja Sabina Žnidaršič Žagar, pa so si ženske na različne načine prizadevale svoje »tradicionalne« zasebne, družinske obveznosti prilagajati pogojem

¹² Statistični urad Republike Slovenije: Statistični portret Slovenije v EU 2010.

preživljanja na trgu dela, kot npr. odpovedovale so se lastni pravici do materinstva in prilagajale materinske dolžnosti tudi tako, da so jih domnevno zanemarjale ipd. Za ženske na trgu dela je bilo in je še vedno poglavitno vprašanje, kako v vsakokratnih razmerah ustrezno usklajevati družinske in profesionalne obveznosti (Ž. Žagar 2007, 37-38).

Po mnenju Sabine Žnidaršič Žagar, je aktualni položaj žensk na trgu dela posledica zgodovinskega dogajanja v časih, ko so ženske (in moški) nanj množičneje šele vstopale. Izhodišča za vrednotenje ženskega dela so predstavljale značilnosti gospodarskega in družbenega razvoja v drugi polovici 19. in prvih desetletjih 20. stoletja, kot so preoblikovanje, utrjevanje in vključevanje stereotipov, vezanih na spole v na novo oblikovane družbene konsenze. Ugotavlja, da kljub temeljnim spremembam, mnogi od teh dejavnikov vztrajajo še danes (Ž. Žagar 2007, 12). Ženske so ob vstopu na trg plačanega dela najpogosteje profesionalizirale prav svoja tipična in tradicionalna delovna področja. Tako se je na razvijajoč trg dela prenesla tradicionalna delitev del na moška in ženska, ki je tako prerasla v delitev na moške in ženske poklice. Kot avtorica še dodaja, je dejstvo, ki je še danes problematično to, da se je skupaj z deli na moderni trg plačanega dela prenesla tudi tradicionalna neproduktivna narava teh ženskih del in se prevedla v njihovo vrednost (Ž. Žagar 2007).

Problem, s katerim se srečujejo vse zaposlene ženske, je torej usklajevanje zahtev poslovnega in zasebnega življenja. K. Mrčela pri tem izpostavi menedžerke, saj je menedžersko delo zahtevno, predvsem pa mu je zaradi narave njihovega dela potrebno posvetiti veliko število ur. Večina menedžerjev se s svojim delom ukvarja tudi zunaj delovnega časa (K. Mrčela 1996, 94). Kot ugotavlja Bass (v K. Mrčela 1996), raziskave na Zahodu kažejo, da morajo menedžerke pogosto izbrati med poklicem in družino – veliko menedžerk je neporočenih ali brez otrok, kar pa ne velja za njihove moške kolege. K. Mrčela pa ugotavlja, da v Sloveniji temu ni tako, saj so slovenske menedžerke večinoma poročene in matere in so zelo obremenjene z usklajevanjem obeh plati svojega življenja (K. Mrčela 1996).

V zadnjih desetletjih, kot ugotavlja Šadl, se je zaradi globalnih ekonomskih in družbenih sprememb, v razvitem svetu močno povečalo povpraševanje po plačanem gospodinjskem/domačem delu (Šadl 2006, 33). Plačano gospodinjsko delo, kot pravi

Šadl, zajema del aktivnosti domačega dela kot so čiščenje, kuhanje, likanje, pranje perila, vodenje gospodinjstva itd., ki se izvaja za plačilo in običajno nadomešča neplačano gospodinjsko delo (Šadl 2007, 265). V številnih drugih državah, kot tudi v Sloveniji, se pojavlja kot posledica različnih dejavnikov, kot je dohodkovna neenakost, zaposlenost žensk v javni sferi, kultura dolgega delavnika ter nesimetrične spolne delitve dela med partnerjema v zasebni sferi (Šadl 2006, 50). Med ponudniki dela prevladujejo brezposelne ženske, slabo plačane zaposlene ženske iz delavskega razreda, priseljenke in mlajše upokojenke. Ljudje v Sloveniji potrebujejo oporo v zasebni sferi zadovoljujejo predvsem s pomočjo neformalnih virov, kot so družinski člani, bližnji sorodniki, prijatelji in sosedi, pri čemer v vlogi pomočnice izstopajo predvsem babice. Kljub neformalni opori, kot ugotavlja Šadl, pa postaja plačana gospodinjska pomoč tudi v Sloveniji vse bolj aktualna (Šadl 2006, 34).

Kot pravi Šadl, sta plačano delo in družina področji življenja, ki se lahko medsebojno dopolnjujeta, pa tudi izključujeta. »Obveznosti v sferi doma otežujejo učinkovito delovanje v sferi plačanega dela in obratno, kar lahko vodi v konflikt med poklicnimi in družinskimi vlogami. Usklajevanje obeh segmentov je zato pogost problem zaposlenih partnerjev oz. staršev« (Šadl 2006, 38). Konflikt vlog ima različne vzroke (Greenhaus v Šadl 2006, 38):

- pomanjkanje časa (časovne zahteve ene obveznosti ovirajo izpolnjevanje druge);
- preobremenjenost (opravljanje ene obveznosti povzroča utrujenost, ki otežuje učinkovitost opravljanja druge obveznosti);
- vedenjske razlike (obveznosti v vsaki sferi zahtevajo poseben način vedenja, ki pa ga ni mogoče posplošiti).

Kot ugotavlja Č. Sadar (v Šadl 2006), se pri preobremenjenosti čustvene napetosti, ki jih ustvarja ena vloga, prelivajo na izvajanje druge vloge, medtem ko gre pri vedenjskem konfliktu za to, da imajo ženske pogosto težave pri »preklopitvi iz ene vloge v drugo«. Primerjalna študija *Household, work and flexibility* (HWF)¹³, ki je bila izvedena leta 2001, je pokazala, da ženske v Sloveniji doživljajo najvišji pritisk

¹³ Cilj projekta HWF je bil raziskati, kako spreminjajoče se oblike fleksibilnosti vplivajo na delo in družinsko življenje. Sodelovalo je 8 držav: Švedska, Nizozemska, Velika Britanija, Slovenija, Madžarska, Češka, Romunija in Bolgarija (<http://www.sicenter.si/hwfsi.html>).

uskaljevanja vlog med vsemi moškimi in ženskami v analiziranih državah, to velja zlasti za višje izobražene ženske (Šadl 2006, 51). Kot ugotavlja Šadl, je eden od glavnih dejavnikov pritiska v Sloveniji dolg delavnik, saj je pri nas značilen visok delež zaposlenih žensk, predvsem za polni delovni čas. Na višjo stopnjo stresnosti pa vpliva tudi večja obremenjenost žensk z domačimi opravili, zato breme neplačanega dela, skupaj z dolgim delavnikom, postavlja ženske v Sloveniji v težji položaj kot moške. »Glede na ta stališča in dejansko preobremenjenost Slovenk z gospodinjstvom ali domom ter plačanim delom ne preseneča, da jim pogosto zmanjka časa za druženje, zabavo, rekreacijo, spanje itd., to pa vodi v (pre)utrujenost, izčrpanost in stres« (Šadl 2006, 41).

4.4 Fenomen novega očetovstva

»Ko so se zaradi organiziranih ženskih bojev za priznavanje tistih pravic, ki so jih že imeli moški, začeli rahljati temelji androcentrizma, je bilo potrebno braniti tudi moško, očetovsko, gospodovanje v družini kot temelj za vse vrste gospodovanja« (Jogan 2001, 183). Po avtorici Jogan je novo očetovstvo celota tistih vlog, s katerimi se moški kot oče neposredno vključuje v vsa dela. S tem misli vsa dela, ki so nujna sestavina družinskega življenja: gospodinjsko, negovalno, vzgojno in emocionalno. Kot ugotavljata Tanja Rener in Alenka Švab, se očetje, gledano v generacijski perspektivi, spreminjajo – današnji očetje so v primerjavi s svojimi očeti v resnici aktivnejši in se zavedajo pomembnosti svoje starševske vloge ter pričakovanj, da bi bili dejavnejši v družinskem življenju (Rener in Švab 2008).

Jogan ugotavlja, da je za ženske izredno pomembno razbremenjevanje od družinskih in gospodinjskih del oziroma bolj simetrično razporejanje odgovornosti in del med moškimi in ženskami. Čeprav je pri mlajših moških v Sloveniji takšna usmeritev na ravni stališč že večinsko sprejeta, pa jo precej manj uresničujejo v vsakdanji praksi (Jogan 2001). »Omogočanje zaposlitve ženskam in moškim ter takšnega družinskega življenja, v katerem se bosta zasebna in javna sfera dopolnjevali, je postalo imperativ sodobne družbene urejenosti« (Jogan 2001, 188). Očetovski dopust pa je ključna sestavina novega očetovstva.

5 ANALIZA RAZISKAVE SLOVENSKO JAVNO MNENJE 2003/2 (SJM032)

Meja usklajevanja dela in družine je pogosto obravnavana preveč na splošno (Taylor v Crompton in Lyonette 2006). Smatra se, da je ravnovesje med sferama vzpostavljeno v kolikor pari (kjer sta zaposlena oba partnerja) nekako le uspejo usklajevati delovne obveznosti z družinskimi. Crompton in Lyonette opozarjata, da se morajo pri vzpostavljanju tega ravnovesja vendarle spopadati z mnogimi pritiski, da bi ga lažje dosegali (Crompton in Lyonette 2006). Če ponovimo, gre na eni strani za pomanjkanje časa oz. **časovni konflikt**, pri katerem časovne zahteve ene obveznosti ovirajo zahteve druge obveznosti, na drugi strani pa za **konflikt preobremenjenosti**, kjer opravljanje ene obveznosti povzroča utrujenost in otežuje učinkovito opravljanje druge obveznosti (Greenhaus v Šadl 2006). Konflikt delo-družina je v strokovni literaturi opisan kot “direktni rezultat nezdružljivih pritiskov med službenimi in družinskimi vlogami posameznika (Roehling in drugi v Lyonette, Crompton in Wall 2007).

Kot nakazujejo naša teoretska izhodišča, je usklajevanje družinskega in službenega življenja problem, s katerim se večinoma srečujejo zaposlene ženske, matere. Ženske so predane obema sferama oziroma bi si želele sodelovati v obeh sferah – zavrne se lahko splošno prepričanje, da bodo zaradi zaposlitve ženske postale manj naklonjene družini in da bodo moški bolj kot družini naklonjeni službi (Torres, Mendes in Lapa 2006).

V tem delu bomo na podlagi podatkov raziskave Slovensko javno mnenje 2003/2 (SJM032) poskušali ugotoviti povezavo med spolom in konfliktom delo-družina. Zanimalo nas bo, kateri dejavniki so tisti, ki imajo pri določenemu spolu vpliv na pojav omenjenega konflikta. Dejavnike, ki jih bomo poleg spola analizirali, smo uvrstili v štiri sklope: lastnosti dela, lastnosti gospodinjstva, vmešavanje družine v delo ter izbrana stališča o dolžnostih žensk pri delu in gospodinjstvu. Na enak način bomo analizirali tudi stres doma, ki je v našem primeru podan kot posledica konflikta delo-družina.

5.1 Opis raziskave SJM032

Po zasnovi anketo SJM lahko primerjamo s splošnimi družboslovnimi anketami v nekaterih drugih državah, katerih cilj je zagotoviti družboslovno zanimive podatke o

stališčih splošne populacije. Raziskava *Slovensko javno mnenje 2003/2*, je bila druga izvedena raziskava v letu 2003 z naslovom *Mednarodna raziskava o družini in narodni identiteti in stališča o lokalni identiteti*. Raziskavo je opravil Center za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij v Ljubljani. Namenjena je izvedbi dveh blokov iz *Mednarodne splošne družboslovne ankete (ISSP)*: sklopa o družini in sklopa o narodni identiteti. Dodan je tudi sklop vprašanj, ki ugotavljajo stališča o lokalni demokraciji. Pri naši analizi je uporabljena vsebina iz prvega dela vprašalnika, ki zajema stališča o vlogi žensk v družini in pri zaposlitvi, skrb za otroke, delitev dela v gospodinjstvu, stališča do spolnih vlog, itd.

Raziskava je bila izvedena na reprezentativnem vzorcu 1612 polnoletnih oseb s stalnim prebivališčem v Republiki Sloveniji, realizirani vzorec pa je 1093 enot. Enota analize je posameznik. Izbor v vzorec je bil slučajni, kar pomeni, da je imela na končni stopnji vsaka oseba enako verjetnost vključitve v vzorec (Toš in skupina 2004).

5.2 Opredelitev indikatorjev in hipoteze

a) Indikator konflikta med službo in družinskim življenjem, pri čemer služba vpliva na družino

Zaradi visoke stopnje zaposlenih žensk za polni delovni čas, se pogosteje dogaja, da prihaja do vmešavanja kariere v zasebno sfero v smislu pomanjkanja časa oz. preobremenjenosti. Kot predpostavlja Aliaga (v Šadl 2006) v pogojih, ko sta tako plačano delo kot tudi družina enako pomembna vira identitete in samo-izpolnitve žensk in ko na obeh področjih porabijo (pre)veliko delovnih ur, nastopi višja stopnja konflikta vlog. Slovenke sodijo po porabi časa za plačano delo oz. izobraževanje in domače delo skupaj med najbolj obremenjene – za naštetu porabijo okrog 7 ur in pol dnevno ali več.

Frone, Russel in Cooper so razvili skalo za merjenje konflikta delo-družina (ang. *work-to-family conflict*), in sicer iz dveh vprašanj¹⁴, pri čemer gre za merjenje stopnje interference, do katere se delo (služba) vmešava v družino (Wierda-Boer in drugi 2009). V naši raziskavi sta časovni pritisk in pritisk obremenjenosti s strani kariere merjena z naslednjima vprašanjema:

¹⁴ My job interferes with my responsibility at home; My job keeps me from spending the amount of time I would like to spend on my family.

»Kako pogosto se vam je v preteklih treh mesecih zgodilo kaj od navedenega?«

- Iz službe sem prišel-a domov preutrujen-a, da bi lahko opravila vsa potrebna gospodinjska dela (pritisk obremenjenosti).
- Težko sem izpolnila svoje družinske obveznosti, ker sem preveč časa porabil-a za službo (časovni pritisk).

1 - nekajkrat na teden, 2 - nekajkrat na mesec, 3 - enkrat ali dvakrat, 4 - nikoli.

Iz obeh vprašanj smo tvorili novo spremenljivko, ki smo jo poimenovali **konflikt delo-družina**, pri čemer smo združili obe obliki pritiska. Nova spremenljivka ima naslednje vrednosti:

1 - nekajkrat na teden, 2 - vsaj ena nekajkrat na teden, 3 - nekajkrat na mesec, 4 - vsaj ena nekajkrat na mesec, 5 - enkrat ali dvakrat, 6 - vsaj ena enkrat ali dvakrat, 7 - nikoli.

Odkvisna spremenljivka konflikt delo-družina je obrnjena tako, da nižja vrednost pomeni večjo pogostost. S pomočjo metode notranje konsistentnosti oz. Cronbach alfa testa¹⁵ (0,753) smo potrdili mersko zanesljivost nove spremenljivke.

Hipoteza 1: *Spol vpliva na pogostost doživljanja konflikta delo-družina, in sicer bodo zaposlene ženske pogosteje doživljale ta konflikt kot zaposleni moški.*

Obseg števila ur, ki ga posamezniki preživijo na delovnem mestu, ima pomemben vpliv na doživljanje konflikta delo-družina (Berg in drugi 2003, White in drugi 2003 v Crompton in Lyonette 2006). Daljši kot je delavnik¹⁶, manj časa ostaja za obvladovanje družinskih obveznosti, posledično pa je raven zaznanega konflikta vlog višja (Šadl 2006). Ker je za Slovenijo značilna zaposlitev za polni delovni čas (le-ti so vključeni v našo raziskavo), smo v Hipotezi 2 izpostavili ta dejavnik.

Hipoteza 2: *Število ur na delovnem mestu bo vplivalo na konflikt delo-družina, in sicer bo daljši delavnik botroval pogostejšemu konfliktu delo-družina.*

¹⁵ Zanesljivost je zgledna, če je koeficient Cronbach alfa večji ali enak 0,80; zelo dobra, če je koeficient Cronbach alfa večji ali enak 0,70 in manjši od 80; zmerna, če je koeficient Cronbach alfa večji ali enak 0,60 in manjši od 0,70; komaj sprejemljiva, če je koeficient Cronbach alpha manjši od 0,60.

¹⁶ Po podatkih Evropske raziskave o delovnih pogojih je čez 40 % Evropejcev poročalo, da se njihove delovne ure ne skladajo z družinskimi obveznostmi in ostalimi dejavnostmi (EWCS 2005).

V Hipotezi 3 smo v primeru moških predvidevali, da bodo na večji konflikt delo-družina bolj vplivale lastnosti dela; moški pri delu zasedajo višje položaje, prejemajo višje plače in so bolj pogosto vodje (Č. Sadar 2002, Grossman in Chester 1990 in Kanjuo Mrčela 2000 v Č. Sadar 2002). Posledično je lahko zaradi večje odgovornosti stopnja stresa v službi višja, kar se nadalje odraža v družinskem življenju. Na drugi strani pa je delitev gospodinjskega dela med spoloma še vedno neenakopravna (glej poglavje 4.3), pri čemer igra spolna identiteta žensk glavno vlogo. V primeru žensk smo zato predvidevali, da bodo imele lastnosti gospodinjstva (podane na strani 36), zaradi "dvojne obremenjenosti", večji vpliv tudi na konflikt delo-družina.

***Hipoteza 3:** Pri moških bodo na konflikt delo-družina bolj vplivale lastnosti dela, pri ženskah pa bolj lastnosti gospodinjstva.*

b) Indikator kot posledica konflikta, stres doma

Rezultati raziskave EQLS so pokazali, da ima kar polovica zaposlenih oseb v EU probleme z usklajevanjem družinskih in delovnih obveznosti zaradi pritiskov, ki se ustvarjajo tako doma kot v službi. Ugotovili so, da imajo obveznosti v relaciji delo-družina večji vpliv na obremenjenost posameznikov kot obratno (Crompton in Lyolette 2006; Anderson in drugi 2009). Obravnavali bomo doživljanje stresa doma kot posledico konflikta delo-družina. Predpostavljamo, da predhodno omenjena dejavnika, pomanjkanje časa (dolgi delavniki), najbolj pa preobremenjenost s strani kariere (poleg gospodinjskega dela pri ženskah) botrujejo k večjemu doživljanju stresa doma - pogosto se dogaja, da službene obveznosti nosimo domov.

V naši raziskavi je doživljanje stresa doma merjeno z naslednjim vprašanjem:

»V kolikšni meri se strinjate ali ne strinjate z naslednjimi trditvami?«

- Moje življenje doma je redkokdaj stresno.

1 - v celoti se strinjam, 2 - strinjam se, 3 - niti strinjam, niti ne strinjam, 4 - ne strinjam se, 5 - v celoti se ne strinjam.

Gre sicer za kognitivno dimenzijo, kar pomeni, da z njim ne merimo stresa, temveč le subjektivno oceno oz. občutke o doživljanju stresa doma. Odvisna spremenljivka je obrnjena tako, da višja vrednost pomeni večjo pogostost.

Kot smo predhodno že omenili, zaposlene ženske doživljajo več stresa pri usklajevanju zahtev delovnega in družinskega življenja, predvsem zaradi dodatne obremenjenosti (skrb za družino, gospodinjsko delo, neustrezna ali povsem odsotna partnerjeva pomoč v gospodinjstvu) (Č. Sadar 2002). V Hipotezi 4 smo zato predvidevali, da so ženske tiste, ki so pogosteje izpostavljene stresu doma – pri čemer govorimo o “začaranem” krogu. Prav tako se omenjeno nanaša na Hipotezo 5.

***Hipoteza 4:** Spol bo vplival na pogostost doživljanja stresa doma, in sicer bodo ženske pogosteje izpostavljene stresu doma kot moški.*

***Hipoteza 5:** Pri moških bodo na stres doma bolj vplivale lastnosti dela, pri ženskah pa bolj lastnosti gospodinjstva.*

c) kontrolne spremenljivka

Za kontrolne spremenljivke bomo vzeli **spol** in dejavnike, ki smo jih uvrstili v štiri sklope (glej Prilogo A): dejavnike, ki spadajo pod **lastnosti dela** (število ur na delovnem mestu, stresnost službe, zadovoljstvo z zaposlitvijo, položaj na delovnem mestu, zaposlitveni sektor, poklic); dejavnike, ki spadajo pod **lastnosti gospodinjstva** (percepcija o delitvi dela v gospodinjstvu, zadovoljstvo z družinskim življenjem, stres doma, otroci mlajši od 6 let, otroci stari od 6 do 17 let); **interferenca med družino in delom** (trditvi: zaradi dela v gospodinjstvu sem v službo prišel preutrujen, da bi lahko dobro opravljal svoje delo in v službi sem se težko zbral zaradi družinskih obveznosti); **stališča** o dolžnosti žensk pri delu in gospodinjstvu.

Zajeli smo dejavnike, ki bi po našem mnenju lahko vplivali na uspešnost usklajevanja dela in družinskega življenja ter na doživljanje stresa doma. Kot ugotavlja K. Mrčela, je za moške (menedžerje) značilna pozitivna povezava uspešnega profesionalnega in uspešnega zasebnega življenja, pri ženskah (menedžerkah) pa uspešnost v poslovni sferi povezana z neuspehom in nezadovoljstvom v zasebnem življenju. Etzion (v K. Mrčela 1996) ugotavlja, da psihična izčrpanost ni samo rezultat stresnega dela oziroma je pri preučevanju psihične izčrpanosti potrebno upoštevati celotno konstelacijo življenja posameznik-ce (K. Mrčela 1996). Chusmir in Franks (v K. Mrčela 1996) ugotavljata, da se menedžerke (razen v običajnih stresnih trenutkih menedžerskega dela) srečujejo s številnimi dejavniki stresa, ki so specifični za spol in odvisni izključno od spola.

Lastnosti dela:

Število ur na delovnem mestu, je kot eden najpomembnejših dejavnikov, ki smo ga uvrstili pod lastnosti dela, obravnavan že v Hipotezi 2 (glej stran 34). Nadalje smo vključili dejavnike, kot sta stresnost službe, položaj na delovnem mestu, itd. (glej Prilogo A).

Lastnosti gospodinjstva:

Med lastnosti gospodinjstva smo med drugim uvrstili tudi percepcijo o delitvi dela. V raziskavi SJM032 je bil občutno višji delež tistih žensk (25,1 %) v primerjavi moškimi (1,0 %), ki so menile, da opravijo veliko večji delež¹⁷ gospodinjskega dela, kot se jim zdi primerno. Poleg splošnega zadovoljstva z družinskim življenjem smo vključili tudi dejavnik otrok, ki se je izkazal kot zelo pomemben v mnogih raziskavah (in strokovni literaturi) na temo usklajevanja in družine (glej Prilogo A).

Interferenca med družino in delom:

Frone in drugi so prav tako za merjenje konflikta družina-delo (ang. *family to work conflict*) razvili skalo iz dveh vprašanj¹⁸, ki meri stopnjo interference, do katere se družinsko življenje vmešava v službo (Wierda-Boer in drugi 2009). Čeprav ima družinsko življenje dokazano manjši vpliv na delo (kot v obratni smeri), Crompton in Lyonette ugotavljata, da lahko delitev gospodinjskega dela (predvsem glede porabljenega časa za to) vseeno prispeva do neke stopnje konflikta med delom in družino. V raziskavi, ki sta jo opravili, se je v primeru žensk (ne pa v primeru moških) izkazalo, da tem večje kot je število ur porabljenih za gospodinjsko delo, višja je stopnja konflikta¹⁹ (Crompton in Lyonette 2006).

V naši raziskavi je obremenjenost s strani družine merjena z naslednjima vprašanjema:

»Kako pogosto se vam je v preteklih treh mesecih zgodilo kaj od navedenega?«

¹⁷ Delež je izračunan zgolj informativno, na vzorcu zaposlenih za polni delovni čas.

¹⁸ My home life interferes with my responsibilities at my job; My home life keeps me from spending the amount of time I would like to spend on job or career-related activities.

¹⁹ V naši raziskavi smo ločili konflikt delo-družina in konflikt družina-delo, v raziskavi, ki sta jo opravili Crompton in Lyonette pa je za merjenje konflikta delo-družina uporabljena združena 4-stopenjska lestvica.

- Zaradi dela v gospodinjstvu sem v službo prišel-a preutrujen-a, da bi lahko dobro opravljal-a svoje delo.
- V službi sem se težko zbral-a zaradi družinskih obveznosti.

1 - nekajkrat na teden, 2 - nekajkrat na mesec, 3 - enkrat ali dvakrat, 4 - nikoli.

Iz obeh vprašanj smo tvorili novo spremenljivko, ki smo jo poimenovali **konflikt družina-delo**, z vrednostmi 1 - nekajkrat na teden, 2 - vsaj ena nekajkrat na teden, 3 - nekajkrat na mesec, 4 - vsaj ena nekajkrat na mesec, 5 - enkrat ali dvakrat, 6 - vsaj ena enkrat ali dvakrat, 7 - nikoli.

Spremenljivka konflikt družina-delo je obrnjena tako, da nižja vrednost pomeni večjo pogostost. S pomočjo metode notranje konsistentnosti oz. Cronbach alpfa testa (0,663) smo potrdili mersko zanesljivost nove spremenljivke.

Stališča o vlogi žensk pri delu in gospodinjstvu:

Kot ugotavlja Šadl, so lahko večji pritisk usklajevanja, ki ga občutijo ženske in razlike med spoloma v doživljanju pritiska, odvisni od ideologije spolov, pri čemer je enakopravna ideologija spolov, ki se izraža tudi v stališčih ljudi glede spolnih vlog, lahko vpliva na bolj negativno percepcijo usklajevanja različnih vlog na strani žensk (Šadl 2006). Med Slovenkami je prisotna zavest o neenaki delitvi (predvsem gospodinjškega) dela med spoloma, kar je razvidno iz relativno visokega deleža žensk (66,4 % v primerjavi z 50, 9 % moških), ki se strinjajo z izjavo, da bi morali moški opravljati več gospodinjških del, kot jih opravljajo sedaj (Jogan v Šadl 2006). Izbrane spremenljivke stališč in njihove vrednosti so podane v Prilogi A.

5.3 Metode obdelave podatkov

Analiza je bila izvedena s pomočjo programskega paketa SPSS 17.0 (Statistical Package for the Social Science), pri čemer so bile uporabljene naslednje metode: osnovne opisne statistike (frequencies in crosstabs), primerjava povprečij (one way anova), bivariatna analiza (correlations) in regresijska analiza.

Sama analiza in preverjanje hipotez bosta potekala v naslednjih korakih. V prvem koraku bomo na deskriptivni ravni analizirali spremenljivke, ki predstavljajo socio-demografske značilnosti anketirancev, ter obe odvisni spremenljivki, to sta konflikt delo-družina in stres doma. Rezultate bomo predstavili s pomočjo frekvenčnih porazdelitev in grafov. Nadalje bomo s pomočjo bivariatne analize preverili korelacije med obema odvisnima spremenljivkama in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami, s pomočjo Pearsonovega koeficienta korelacije²⁰. V tretjem koraku bomo s pomočjo regresijske analize (statistična metoda za analiziranje linearnega odnosa med odvisno in neodvisno spremenljivko) poskušali potrditi zastavljene hipoteze, po metodi Enter. Analizirali bomo podatke glede na celotni vzorec, prav tako pa glede na posamezni spol. Potrebno je omeniti, da so v analizo vključeni le anketiranci, ki so zaposleni za polni delovni čas (35 in več ur na teden).

5.4 Opisna statistika

V tem delu bomo predstavili socio-demografske značilnosti tistih anketirancev, ki so zaposleni za polni delovni čas (35 in več ur na teden), saj so le-ti vključeni v našo analizo. Omenjene značilnosti bomo predstavili zgolj opisno, grafični prikaz pa je razviden iz Priloge. Predstavili bomo tudi podatke vezane na nekatere spremenljivke iz sklopov lastnosti dela in gospodinjstva, prav tako pa tudi obe odvisni spremenljivki, torej konflikt delo-družina in stres doma.

V obravnavani raziskavi (glej Prilogo B) je sodelovalo 47,4 % anketirancev (N = 518) zaposlenih za polni delovni čas (35 in več ur na teden)²¹, od tega več moških (54,1 %) kot žensk (45,9 %). Največ anketirancev ima dokončano 4-letno srednješolsko izobrazbo (32,2 %). Odstotek žensk z višješolsko izobrazbo (9,7 %) je v primerjavi z moškimi (3,9 %) nekoliko višji. V javnem sektorju je zaposlenih več žensk (57,5 %), v privatnem sektorju pa več moških (56,4 %). Največ anketirancev je takih, ki pri svoji zaposlitvi nimajo vodilnega oz. vodstvenega položaja (64,0 %), sledijo tisti, ki

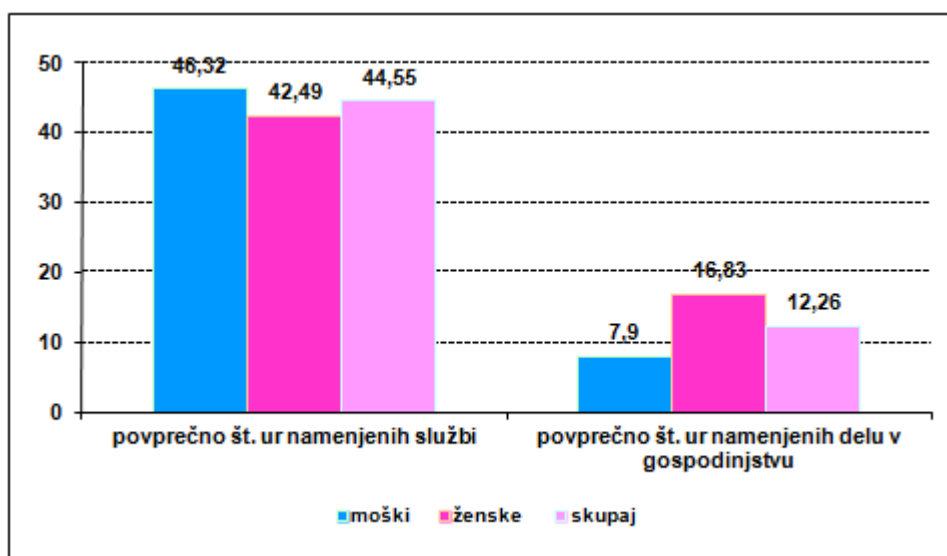
²⁰ Koeficient zavzema vrednosti na intervalu [-1,1], pri čemer negativna vrednost pomeni negativno povezanost, kar pomeni, da se z večanjem vrednosti ene spremenljivke manjša vrednost druge spremenljivke. Pozitivna vrednost pomeni pozitivno povezanost, kar pomeni, da se z večanjem vrednosti ene spremenljivke večja tudi vrednost druge. V primeru, da je vrednost koeficienta enaka 0, ni povezanosti med spremenljivkami.

²¹ Celotni vzorec je N = 1093.

neposredno vodijo in nadzirajo delo izvršilnih delavcev (12,4 %), pri čemer je odstotek moških (15,1 %) višji od odstotka žensk (9,2 %). Anketiranci (moški in ženske) so tako z družinskim življenjem (72,1 %), kot tudi z zaposlitvijo (65,4 %) zelo oz. dokaj zadovoljni.

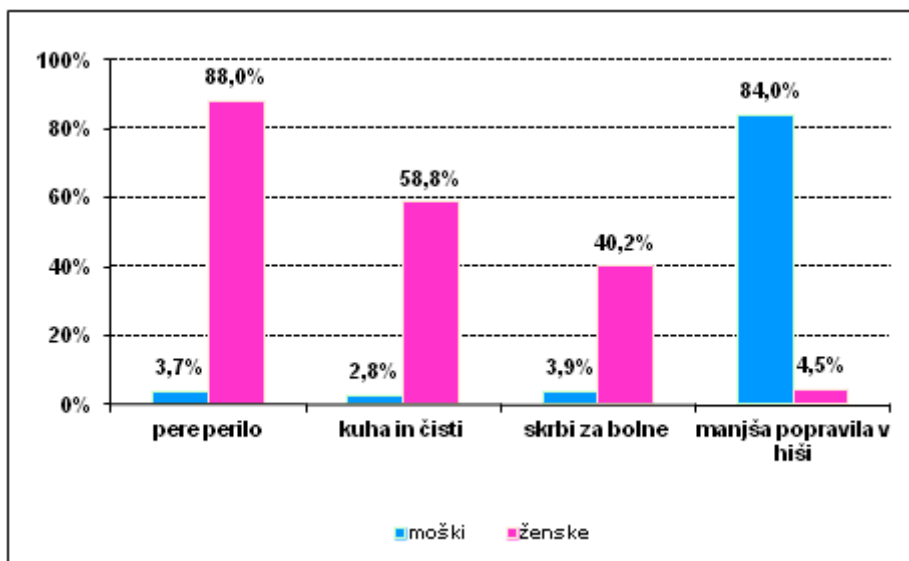
Kot je razvidno iz Grafa 5.1, med spoloma obstajajo statistično značilne razlike ($p \leq 0,000$) glede povprečnega števila ur, ki jih tedensko namenijo službi oziroma delu v gospodinjstvu. Moški (46,32 ur) v povprečju službi tedensko namenijo le nekaj ur več kot ženske (42,49 ur), medtem ko ženske (16,83) gospodinjskemu delu namenijo še enkrat toliko časa kot moški (7,9 ur).

Graf 5.1: Povprečno število ur namenjenih službi in gospodinjstvu na teden, glede na spol.



Graf 5.2 na naslednji strani prikazuje opravljanje posameznega dela znotraj gospodinjstva glede na spol, pri čemer med spoloma obstajajo statistično značilne razlike ($p \leq 0,000$). Ženske pogosteje opravljajo dela za katera velja, da so ženska skrb, in sicer pogosteje perejo perilo (88 %), kuhajo in čistijo (58,8 %) ter skrbijo za bolne (40,2 %). V nasprotju pa moški pogosteje opravljajo dela, za katera se smatra, da so moška skrb, in sicer opravljajo manjša popravila v hiši (84 %). Zanimivo je, da je delež žensk, ki opravljajo manjša popravila v hiši (4,5 %) večji kot je delež moških, ki npr. perejo perilo (3,7 %) ali skrbijo za bolne (3,9 %).

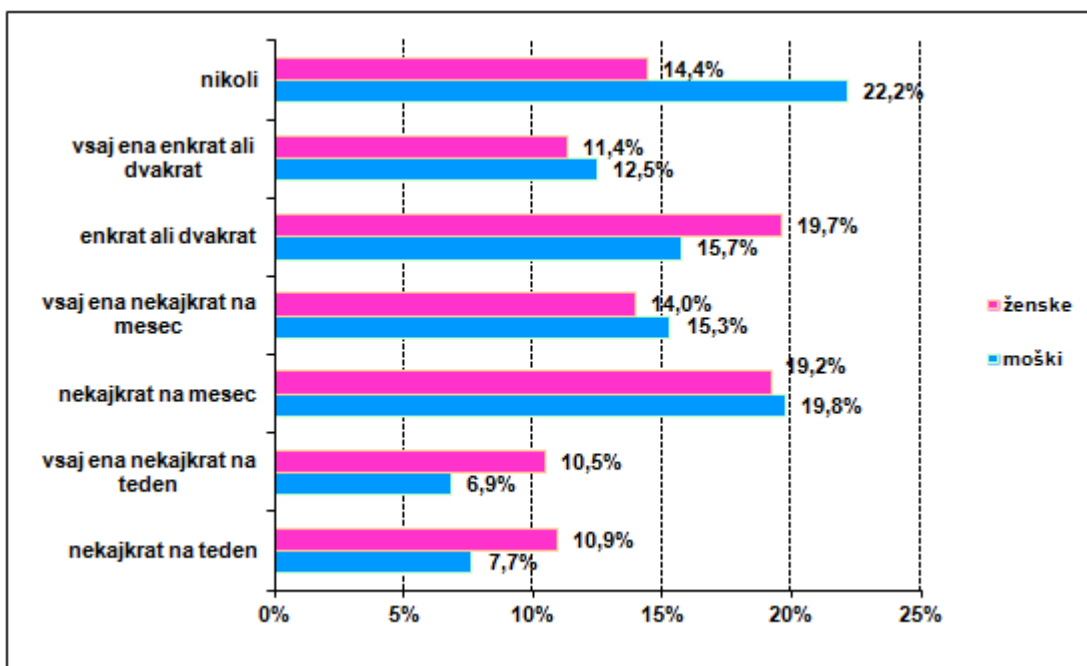
Graf 5.2: Tisti, ki vedno oz. običajno opravljajo posamezno delo znotraj gospodinjstva, glede na spol.



Kot je razvidno iz Grafa 5.3 na naslednji strani, ženske v primerjavi z moškimi pogosteje doživljajo konflikt delo-družina. Nekajkrat na teden je podvržena konfliktu desetina žensk (10,9%) in 7,7 % moških. Podoben delež pa zasledimo tudi v primeru tedenskega doživljanja vsaj ene izmed determinant konflikta delo-družina²² (žensk 10,9 %, moških 6,9 %). Po drugi strani pa konflikta delo-družina nikoli ne doživlja dobra petina žensk (22,2 %) in 14,4 % moških. Med spoloma sicer ni statistično značilnih razlik.

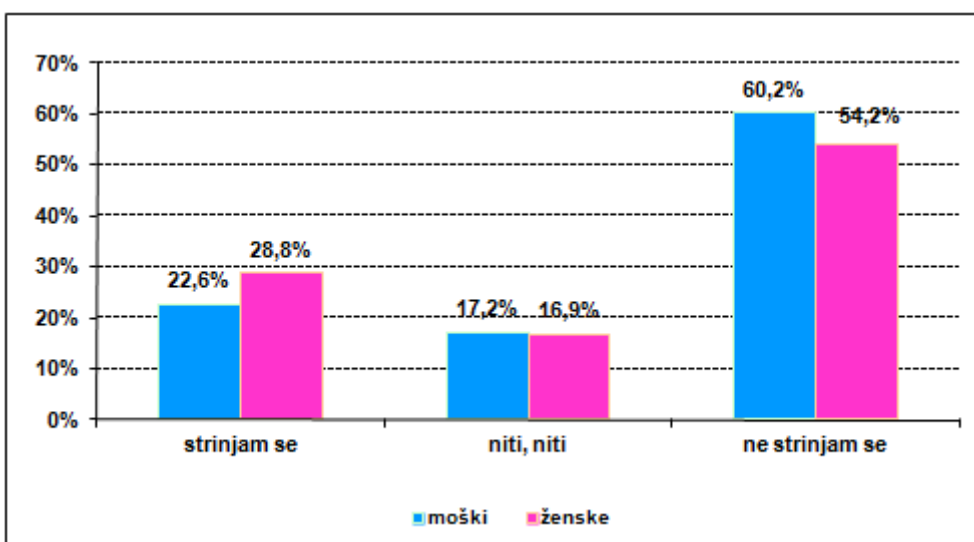
²² Spremenljivko konflikt delo-družina smo izračunali iz dveh indikatorjev, in sicer: (a) Iz službe sem prisel pretrujen za opravljanje gospodinskih opravil in (b) Zaradi casa v službi nisem izpolnil družinskih obveznosti.

Graf 5.3: Pogostost doživljanja konflikta delo-družina, glede na spol.



Naslednji Graf 5.4 prikazuje strinjanje moških in žensk s trditvijo, da je življenje doma pogosto stresno. Ženske se pogosteje strinjajo, da je življenje doma pogosto stresno (28,8 %) kakor moški (22,6 %), čeprav se jih večina s to trditvijo ne strinja (54,2 % žensk, 60,2 % moških). Med spoloma sicer ni statistično značilnih razlik.

Graf 5.4: Strinjanje s trditvijo, da je življenje doma pogosto stresno, glede na spol.



5.5 Analiza konflikta delo – družina: vpliv službenih obveznosti na družinsko življenje

V tem delu bomo s pomočjo regresijske analize poskušali potrditi ali zavreči naše zastavljene hipoteze. Rezultate bomo predstavili v dveh sklopih, in sicer v prvem sklopu z odvisno spremenljivko konflikt delo-družina ter v drugem sklopu z odvisno spremenljivko pogostost stresa doma.

Pred samo analizo si bomo v Tabeli 5.1 pogledali korelacije med odvisno spremenljivko in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami. Potrebno je omeniti, da je odvisna spremenljivka konflikt delo-družina obrnjena tako, da nižja vrednost pomeni večjo pogostost. Najprej smo analizirali podatke glede na celoten vzorec, sledi pa mu analiza in primerjava podatkov glede na spol.

Tabela 5.1: Povezanosti med odvisno spremenljivko konflikt delo-družina in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami.

Neodvisne spremenljivke	»Konflikt delo-družina«		
	Celotni vzorec	Moški	ženske
Spol	-0,101*		
Lastnosti dela			
Koliko ur delate na teden	-0,114*	-0,145*	-0,108
Stres v službi	-0,268**	-0,291**	-0,240**
Zadovoljstvo z zaposlitvijo	-0,199**	-0,101	-0,310**
Položaj na delovnem mestu	0,036	0,111	-0,037
Zaposlitveni sektor	-0,041	-0,077	-0,031
Poklic	-0,048	-0,129*	0,063
Lastnosti gospodinjstva			
Percepcija o delitvi dela doma	0,024	-0,068	0,017
Zadovoljstvo z družinskim življenjem	-0,196**	-0,159*	-0,228**
Stres doma	-0,092*	-0,062	-0,110
Otroci mlajši od 6 let	0,027	0,025	0,023
Otroci stari od 6 do 17 let	0,007	-0,041	0,076
Interferenca med družino in delom			
Konflikt družina-delo	0,317**	0,288**	0,329**
Stališča o dolžnostih žensk pri gospodinjstvu in pri delu			
Družina trpi kadar je žena zaposlena	0,107*	0,135*	0,082
Biti zaposlena je način za neodvisnost	-0,001	0,015	-0,042
Mož in žena prispevata k druž. dohodku	-0,079	-0,122	-0,052
Moški naj opravljajo tudi gospodinjska dela	0,019	-0,102	0,109
Moški naj več časa posvetijo otrokom	0,137**	0,117	0,152*

* Povezanost pri stopnji značilnosti 0,05

** Povezanost pri stopnji značilnosti 0,01

Če pogledamo vrednosti, dobljene na celotnem vzorcu, vidimo, da je kar nekaj izbranih spremenljivk v korelaciji s konfliktom delo-družina. Poleg spola ($r = -0,101$) to velja tudi za spremenljivke število ur, stres v službi, zadovoljstvo z zaposlitvijo, zadovoljstvo z družinskim življenjem, stres doma, konflikt družina-delo ter za stališči, da družina trpi, če je žena zaposlena ter da naj moški več časa posvetijo otrokom. S konfliktom delo-družina najmočneje korelira konflikt družina-delo ($r = 0,317$), sledijo stres v službi ($r = -0,268$), zadovoljstvo z zaposlitvijo ($r = -0,199$) ter zadovoljstvo z družinskim življenjem ($r = -0,196$), medtem ko je pri ostalih spremenljivkah povezanost nekoliko šibkejša.

Ko pogledamo povezanosti po spolu vidimo, da so tako pri moških kot pri ženskah v korelaciji s konfliktom delo-družina stres v službi, zadovoljstvo z družinskim življenjem ter konflikt družina-delo. Pri moških je ugotovljena tudi povezanost s poklicem ter s stališčem, da družina trpi, kadar je žena zaposlena, medtem ko pri ženskah to velja za zadovoljstvo z zaposlitvijo ter za stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom. Pri moških s konfliktom delo-družina najmočneje korelira stres v službi ($r = -0,291$), sledi konflikt družina-delo ($r = 0,288$), pri ženskah pa konflikt družina-delo ($r = 0,329$), sledijo zadovoljstvo z zaposlitvijo ($r = -0,310$), stres v službi ($r = -0,240$) ter zadovoljstvo z družinskim življenjem ($r = -0,228$).

Ugotovljene povezanosti pomenijo, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo:

- ženske;
- tisti, ki delajo večje število ur tedensko (moški);
- tisti, ki se ne strinjajo, da je njihova služba redkokdaj stresna (moški, ženske);
- tisti, ki so z zaposlitvijo nezadovoljni (ženske);
- moški, ki opravljajo nekonvencionalni poklic;
- tisti, ki niso zadovoljni s svojim družinskim življenjem (moški, ženske);
- tisti, ki se ne strinjajo, da je njihovo življenje doma redkokdaj stresno;
- tisti, ki pogosteje doživljajo konflikt družina-delo (moški, ženske);
- tisti, ki soglašajo s trditvijo, da družina trpi, če je žena zaposlena (moški);
- tisti, ki soglašajo s trditvijo, da naj moški več časa posvetijo otrokom (ženske).

a) Regresijska analiza podatkov glede na celotni vzorec

Tabela 5.2: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β ter ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke konflikt delo-družina, celotni vzorec.

Spremenljivke	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4	Model 5
Konstanta	2,758***	4,129***	4,356***	2,457**	2,094***
Spol	-0,203* (-0,108)	-0,189* (-0,100)	-0,172* (-0,091)	-0,112 (-0,059)	-0,112 (-0,059)
Koliko ur delate na teden		-0,006 (-0,071)	-0,006 (-0,069)	-0,005 (-0,055)	-0,005 (-0,058)
Stres v službi		-0,206*** (-0,249)	-0,202*** (-0,245)	-0,195*** (-0,235)	-0,191*** (-0,232)
Zadovoljstvo z zaposlitvijo		-0,139*** (-0,165)	-0,106** (-0,126)	-0,095* (-0,112)	-0,084* (-0,099)
Zadovoljstvo z družinskim življenjem			-0,127** (-0,124)	-0,097* (-0,095)	-0,092* (-0,090)
Stres doma			-0,020 (-0,023)	0,006 (0,006)	0,004 (0,004)
Konflikt družina-delo				0,442*** (0,265)	0,438*** (0,262)
Družina trpi kadar je žena zaposlena					0,031 (0,036)
Moški naj več časa posvetijo otrokom					0,112* (0,104)
Ocene modela					
R	0,108	0,348	0,370	0,450	0,464
R²	0,012	0,121	0,137	0,202	0,215
Popravljen R²	0,009	0,113	0,125	0,190	0,199
Standardna napaka ocene	0,94250	0,89162	0,88575	0,85225	0,84734
F vrednost	5,298*	15,524***	11,817***	16,214***	13,557***

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Kot je razvidno iz Tabele 5.2, so vsi prikazani modeli glede na F-test statistično značilni, multipla korelacija med devetimi izbranimi neodvisnimi spremenljivkami in konfliktom delo-družina znaša 0,464, z izbranimi spremenljivkami pa lahko pojasnimo 20 % variance konflikta delo-družina (končni model 5), saj vrednost pojasnjene popravljenе variance (R^2) znaša 0,199. Izmed vseh izbranih spremenljivk, jih ima statistično značilen vpliv več kot polovica, t. j. 5 spremenljivk.

Model 1 govori v prid naši zastavljenih hipotezi, da spol vpliva na konflikt delo-družina. Ugotovili smo, da ženske v primerjavi z moškimi pogosteje doživljajo konflikt delo-družina, kar pomeni, da čas preživet v službi in obremenjenost s službenimi obveznostmi botrujeta k pomanjkanju časa, ki bi ga sicer namenili za družino oz. k preobremenjenosti za uspešno izpolnjevanje gospodinjskih obveznosti. Ugotovili smo,

da imajo ženske za vsako enoto kategorije v povprečju za 0,203 nižjo vrednost spremenljivke konflikt delo-družina.

Ko v model vstavimo spremenljivke iz sklopa lastnosti dela (model 2), z njimi pojasnimo dodatnih 10,4 % variance odvisne spremenljivke, pri čemer ima po pričakovanju največji vpliv stres v službi (standardiziran β koeficient -0,249). Sledi vpliv zadovoljstva z zaposlitvijo (-0,165), medtem ko se vpliv spola nekoliko zmanjša (-0,100). To pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo ženske, tisti, ki so pogosteje podvrženi stresu v službi, ter tisti, ki z zaposlitvijo niso zadovoljni.

Ko v model dodamo še spremenljivke iz sklopa lastnosti gospodinjstva (model 3), z njimi pojasnimo le še dodaten odstotek variance odvisne spremenljivke. Še vedno ima največji vpliv na konflikt delo-družina stres v službi (-0,245), kateremu sledi zadovoljstvo z zaposlitvijo (-0,126), vpliv katerega pa se dokaj zmanjša (-0,126). Izmed novih spremenljivk na odvisno spremenljivko vpliva le zadovoljstvo z družinskim življenjem (-0,124), kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo tudi tisti, ki z družinskim življenjem niso zadovoljni, saj imajo z vsako enoto kategorije v povprečju za 0,127 nižjo vrednost odvisne spremenljivke. Čeprav se je vpliv spola nekoliko zmanjšal (-0,091), je njegov vpliv še vedno statistično značilen.

Ko v model vstavimo spremenljivko konflikt družina-delo (model 4), vpliv spola postane statistično neznačilen. Nova dodana spremenljivka pojasni 6,5 % variance odvisne spremenljivke, kar pomeni, da je spremenljivka sama po sebi zelo dober napovedovalec konflikta delo-družina. Prav tako ima spremenljivka konflikt družina-delo največji vpliv na odvisno spremenljivko (0,265), kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo tisti, ki so pogosteje podvrženi tudi konfliktu družina-delo. Čeprav se je njihov vpliv nekoliko zmanjšal, pa na odvisno spremenljivko še vedno vplivajo stres v službi, zadovoljstvo z zaposlitvijo ter zadovoljstvo z družinskim življenjem.

V modelu 5 so prikazani učinki stališč o dolžnostih žensk pri delu in v gospodinjstvu, pri čemer na odvisno spremenljivko vpliva le stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom (0,104), kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo tisti, ki z omenjeno trditvijo soglašajo. Spremenljivka pojasni le slab odstotek variance odvisne

spremenljivke, prav tako bistveno ne spremeni vpliva ostalih spremenljivk, pri čemer ima še vedno največji vpliv konflikt družina-delo (0,262), sledi stres v službi (-0,232), zadovoljstvo z zaposlitvijo (-0,099) in zadovoljstvo z družinskim življenjem (-0,090).

Vidimo lahko, da kljub temu, da spol vpliva na konflikt delo-družina (ženske pogosteje doživljajo omenjeni konflikt), se njegov vpliv konstantno manjša oziroma postane celo statistično neznačilen, ko v ozir vzamemo spremenljivke kot so stresnost službe, zadovoljstvo z zaposlitvijo in z družino ter doživljanje konflikta družina-delo. Na podlagi tega lahko sklepamo, da pri doživljanju konflikta delo-družina ni toliko pomembno ali gre za moške ali ženske, torej spol, temveč bolj za okoliščine, v katerih posameznik deluje in živi (vpliv vseh omenjenih spremenljivk je večji kakor vpliv spola).

b) Regresijska analiza podatkov glede na spol

Tabela 5.3: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke konflikt delo-družina, po spolu.

Neodvisne spremenljivke	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
	Moški			
Konstanta	4,074***	4,337***	2,416***	2,276***
Koliko ur delate na teden	-0,007 (-0,093)	-0,006 (-0,083)	-0,007 (-0,086)	-0,007 (-0,088)
Stres v službi	-0,235*** (-0,281)	-0,228*** (-0,273)	-0,211*** (-0,252)	-0,213*** (-0,255)
Poklic	-0,037 (-0,087)	-0,035 (-0,082)	-0,024 (-0,057)	-0,029 (-0,068)
Zadovoljstvo z družinskim življenjem		-0,147* (-0,140)	-0,122 (-0,116)	-0,118 (-0,112)
Konflikt družina-delo			0,469*** (0,239)	0,444*** (0,226)
Družina trpi kadar je žena zaposlena				0,094 (0,104)
Ocene modela				
R	0,329	0,358	0,428	0,440
R ²	0,108	0,128	0,183	0,193
Popravljen R ²	0,097	0,113	0,165	0,172
Standardna napaka ocene	0,90202	0,89404	0,86722	0,86353
F vrednost	9,409***	8,474***	10,307***	9,157***
Ženske				
Konstanta	3,803***	4,038***	2,426***	2,123***
Stres v službi	-0,159** (-0,199)	-0,161** (-0,201)	-0,159** (-0,199)	-0,155** (-0,194)
Zadovoljstvo z zaposlitvijo	-0,239*** (-0,282)	-0,200*** (-0,236)	-0,169** (-0,200)	-0,165** (-0,195)
Zadovoljstvo z družinskim življenjem		-0,144* (-0,146)	-0,107 (-0,109)	-0,096 (-0,097)
Konflikt družina-delo			0,398*** (0,267)	0,400*** (0,268)
Moški naj več časa posvetijo otrokom				0,110 (0,109)
Ocene modela				
R	0,367	0,393	0,471	0,483
R ²	0,135	0,154	0,222	0,234
Popravljen R ²	0,127	0,143	0,208	0,216
Standardna napaka ocene	0,88018	0,87224	0,83847	0,83404
F vrednost	17,557***	13,624***	15,909***	13,538***

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Na podlagi F-testa ugotovimo, da so vsi modeli v primeru moških statistično značilni. Z omenjenimi spremenljivkami pojasnimo dobrih 17 % variance odvisne spremenljivke (vrednost popravljen R² je 0,172). Multipla korelacija med izbranimi neodvisnimi spremenljivkami in konfliktom delo-družina znaša 0,440.

Iz sklopa lastnosti dela (model 1) na odvisno spremenljivko vpliva le stres v službi (standardizirani β koeficient -0,281), pri čemer spremenljivka pojasni slabih 10 % variance odvisne spremenljivke, kar pomeni, da je spremenljivka sama po sebi v primeru moških zelo dober napovedovalec konflikta delo-družina.

Na novo dodana spremenljivka zadovoljstvo z družinskim življenjem (model 2) prav tako vpliva na odvisno spremenljivko (-0,140), in sicer imajo tisti, ki z družinskim življenjem niso zadovoljni, za vsako enoto kategorije v povprečju za 0,147 nižjo vrednost odvisne spremenljivke.

Zelo dober napovedovalec pogostosti konflikta delo-družina je tudi spremenljivka konflikt družina-delo (0,239), saj pojasni 5,2 % variance odvisne spremenljivke (model 3). Omenjena spremenljivka zmanjša vpliv spremenljivke stres v službi (-0,252), medtem ko vpliv zadovoljstva z družinskim življenjem postane statistično neznačilen. Ko v model dodamo spremenljivko, da družina trpi, kadar je žena zaposlena (model 4), to botruje spremembi vpliva ostalih spremenljivk, pri čemer pa sama nima statistično značilnega vpliva. Iz končnega modela je torej razvidno, da v primeru moških na pogostost konflikta delo-družina vplivata le stres v službi (-0,255) ter konflikt družina-delo (0,226), kar pomeni, da so konfliktu delo-družina pogosteje podvrženi moški, ki so pogosto podvrženi tudi stresu v službi oziroma moški, ki so pogosteje podvrženi konfliktu družina-delo.

Tudi v primeru žensk so vsi modeli statistično značilni. Z vsemi spremenljivkami pojasnimo slabih 22 % variance odvisne spremenljivke (popravljeni R^2 je 0,216), medtem ko multipla korelacija znaša 0,483.

Iz modela 1 je razvidno, da na konflikt delo-družina vplivata tako stres v službi (-0,199) kot tudi zadovoljstvo z zaposlitvijo (-0,282), pri čemer gre za negativno povezanost, kar pomeni, da so konfliktu delo-družina pogosteje podvržene ženske, ki so pogosteje podvržene tudi stresu v službi oziroma tiste, ki so s svojo zaposlitvijo nezadovoljne. Obe spremenljivki pojasnita 12,7 % variance odvisne spremenljivke.

Ko v model vstavimo zadovoljstvo z družinskim življenjem (model 2), se vpliv zadovoljstva z zaposlitvijo nekoliko zmanjša (-0,236), vendar še vedno ostaja najmočnejši. S spremenljivko zadovoljstvo z družinskim življenjem pojasnimo 1,6 % variance odvisne spremenljivke, moč njenega vpliva pa znaša -0,146, kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo ženske, ki z družinskim življenjem niso zadovoljne.

Na novo dodana spremenljivka konflikt družina-delo (model 3), pojasni 6,5 % variance odvisne spremenljivke in ima v primerjavi z ostalimi tudi največji vpliv (0,267), in sicer so konfliktu delo-družina pogosteje podvržene ženske, ki so pogosteje podvržene tudi konfliktu družina-delo. Omenjena spremenljivka botruje zmanjšanju vpliva zadovoljstva z zaposlitvijo (-0,200), medtem ko vpliv zadovoljstva z družinskim življenjem postane statistično neznačilen.

Stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom (model 4) nima statistično značilnega vpliva na odvisno spremenljivko, prav tako ne botruje bistveno k spremembi vpliva ostalih spremenljivk. Vidimo lahko, da v primeru žensk na konflikt delo-družina vplivajo stres v službi (-0,194), zadovoljstvo z zaposlitvijo (-0,195) ter konflikt družina-delo (0,268), pri čemer je vpliv slednjega najmočnejši.

c) Primerjava rezultatov regresije glede na spol

Tabela 5.4: Primerjava rezultatov regresije z odvisno spremenljivko konflikt delo-družina glede na spol.

Spremenljivke	Model 4	
	Moški	Ženske
Stres v službi	-0,213*** (-0,255)	-0,155** (-0,194)
Konflikt družina-delo	0,444*** (0,226)	0,400*** (0,268)
Zadovoljstvo z zaposlitvijo		-0,165** (-0,195)

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Kot lahko vidimo na konflikt delo-družina tako pri moških kot pri ženskah vplivata stres v službi in konflikt družina-delo, pri čemer je vpliv slednjega močnejši pri ženskah, vpliv stresa v službi pa pri moških. V primeru stresa v službi gre za negativno povezanost, kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo moški in ženske, ki menijo, da je njihova služba pogosto stresna, medtem ko gre pri konfliktu družina-delo za pozitivno povezanost, kar pomeni, da konflikt delo-družina pogosteje doživljajo moški in ženske, ki pogosteje doživljajo tudi konflikt družina-delo. Poleg omenjenih spremenljivk je pri ženskah pomembno tudi zadovoljstvo z zaposlitvijo, ki je na podlagi moči vpliva enakovredno stresu v službi.

Če primerjamo rezultate analize z odvisno spremenljivko konflikt delo-družina med celotnim vzorcem in po spolu ugotovimo, da so nekateri dejavniki enaki, in sicer stres v službi, zadovoljstvo z zaposlitvijo ter konflikt družina-delo. Razlikujejo pa se po tem, da v primeru celotnega vzorca na konflikt delo-družina vplivajo tudi zadovoljstvo z družino in stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom.

Bistvenih posebnosti med spoloma nismo zasledili, saj tako pri moških kakor ženskah na konflikt delo-družina vplivata stres v službi in konflikt družina-delo, pri čemer je vpliv prvega večji pri moških, vpliv drugega pa pri ženskah. Edina razlika med spoloma je v zadovoljstvu z zaposlitvijo, ki vpliva le pri ženskah.

5.6 Analiza posledice konflikta – doživljanje stresa doma

Pred samo analizo si bomo pogledali korelacije med odvisno spremenljivko in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami, kar prikazuje Tabela 5.5 na naslednji strani. Odvisna spremenljivka pogostost stresa doma je obrnjena tako, da nižja vrednost pomeni strinjanje s trditvijo, da je življenje doma redkokdaj stresno (višja vrednost pomeni pogostejši stres).

Tabela 5.5: Povezanosti med odvisno spremenljivko stres doma in izbranimi neodvisnimi spremenljivkami.

Neodvisne spremenljivke	"Življenje doma je redkokdaj stresno"		
	Celotni vzorec	Moški	Ženske
Spol	0,067		
Lastnosti dela			
Koliko ur delate na teden	0,004	0,054	-0,033
Stres v službi	0,150**	0,154**	0,135*
Zadovoljstvo z zaposlitvijo	0,060	0,024	0,105
Položaj na delovnem mestu	0,036	0,009	0,072
Zaposlitveni sektor	0,032	0,114	-0,042
Poklic	0,029	0,034	-0,118
Konflikt delo-družina	-0,092*	-0,062	-0,110
Lastnosti gospodinjstva			
Percepcija o delitvi dela doma	-0,042	-0,072	0,041
Zadovoljstvo z družinskim življenjem	0,186**	0,077	0,296**
Otroci mlajši od 6 let	0,054	0,067	0,037
Otroci stari od 6 do 17 let	0,114*	0,084	0,143
Interferenca med družino in delom			
Zaradi dela v gospodinjstvu sem v službo prišel preutrujen, da bi lahko dobro opravljal svoje delo	-0,135**	-0,098	-0,152*
V službi težko zbral zaradi družinskih obveznosti	-0,131**	-0,150*	-0,103
Stališča o dolžnostih žensk pri gospodinjstvu in pri delu			
Družina trpi kadar je žena zaposlena	-0,062	0,005	-0,133*
Biti zaposlena je način za neodvisnost	-0,035	-0,127*	0,073
Mož in žena prispevata k druž. dohodu	0,013	0,007	0,037
Moški naj opravljajo tudi gospodinjstva dela	0,019	0,061	0,000
Moški naj več časa posvetijo otrokom	0,048	0,121*	-0,020

* Povezanost pri stopnji značilnosti 0,05

** Povezanost pri stopnji značilnosti 0,01

Če pogledamo vrednosti na celotnemu vzorcu vidimo, da je le 6 neodvisnih spremenljivk v korelaciji z odvisno spremenljivko stres doma. Z stresom doma najmočneje korelira zadovoljstvo z družinskim življenjem ($r = 0,186$), sledi stres v službi ($r = 0,150$), pritisk obremenitve ($r = -0,135$) in časovni pritisk ($r = -0,131$). Nekoliko šibkejšo povezanost smo ugotovili pri spremenljivkah otroci stari od 6 do 17 let ($r = 0,114$) in konflikt delo-družina ($r = -0,092$). Presenetljivo pa se je izkazalo, da s stresom doma spol ni povezan.

V primeru moških smo ugotovili povezanosti le s štirimi spremenljivkami, in sicer je leta najmočnejša s spremenljivko stres v službi ($r = 0,154$), sledi časovni pritisk ($r = -0,150$). Dokaj močno povezanost smo ugotovili tudi pri trditvi biti zaposlena je način za neodvisnost ($r = -0,127$) in trditvi, da naj moški več časa posvetijo otrokom ($r = 0,121$).

V primeru žensk pa smo prav tako ugotovili povezanost z le štirimi spremenljivkami, pri čemer je le-ta najmočnejša v primeru zadovoljstva z družinskim življenjem ($r = 0,296$). V primeru ostalih spremenljivk, to so pritisk obremenjenosti ($r = -0,152$), stres v službi ($r = 0,135$) in trditev, da družina trpi, kadar je žena zaposlena ($r = -0,133$), pa so povezanosti nekoliko šibkejše.

Ugotovljene povezanosti pomenijo, da so tisti, ki se strinjajo s tem, da je njihovo življenje doma pogosto stresno:

- tisti, ki menijo, da je njihova služba pogosto stresna (moški, ženski);
- tisti, ki so pogosto podvrženi konfliktu delo-družina (celotni);
- tisti, ki niso zadovoljni z družinskim življenjem (ženske);
- tisti, ki imajo otroke stare od 6 do 17 let (celotni);
- tisti, ki pogosteje doživljajo pritisk obremenjenosti (ženske);
- tisti, ki pogosteje doživljajo časovni pritisk (moški).

a) Regresijska analiza podatkov glede na celotni vzorec

Tabela 5.6: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, celotni vzorec.

Spremenljivke	Model 1	Model 2	Model 3
Konstanta	2,249***	1,259***	1,546**
Stres v službi	0,147** (0,159)	0,153** (0,165)	0,155** (0,167)
Konflikt delo-družina	-0,058 (-0,051)	0,003 (0,003)	0,024 (0,021)
Zadovoljstvo z družinskim življenjem		0,265*** (0,223)	0,257*** (0,216)
Otroci stari od 6 do 17 let		0,324** (0,144)	0,314** (0,140)
Zaradi dela v gospodinjstvu sem v službo prišel preutrujen, da bi dobro opravljal svoje delo			-0,096 (-0,060)
V službi sem se težko zbral zaradi družinskih obveznosti			0,008 (0,005)
Ocene modela			
R	0,179	0,308	0,313
R²	0,032	0,095	0,098
Popravljen R²	0,026	0,084	0,081
Standardna napaka ocene	1,079	1,047	1,048
F vrednost	5,363**	8,430***	5,775***

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Iz Tabele 5.6 je razvidno, da so vsi modeli na podlagi F-testa statistično značilni. Z izbranimi neodvisnimi spremenljivkami pojasnimo le 8 % variance odvisne spremenljivke (popravljen R^2 je 0,081), medtem ko multipla korelacija znaša 0,313.

Iz modela 1 je razvidno, da na stres doma vpliva le stres v službi (standardizirani β koeficient znaša 0,159), in sicer tisti, ki menijo, da je njihova služba pogosto stresna menijo, da je tudi njihovo življenje doma pogosto stresno. Spremenljivka pojasni le 2,6 % variance odvisne spremenljivke.

Ko v model dodamo zadovoljstvo z družinskim življenjem in spremenljivko otroci, stari od 6 do 17 let (model 2), ki obe vplivata na odvisno spremenljivko, se vpliv stresa v službi minimalno poveča. Največji vpliv ima sicer zadovoljstvo z družinskim življenjem (0,223), sledi stres v službi in otroci stari od 6 do 17 let (0,144). Povezanosti so pozitivne, kar pomeni, da se tisti, ki so z družinskim življenjem manj zadovoljni, ter tisti, ki imajo otroke stare od 6 do 17 let strinjajo s trditvijo, da je njihovo življenje doma pogosto stresno. Omenjene spremenljivke pojasnijo še dodatnih 5,8 % variance odvisne spremenljivke.

Ko v model dodamo spremenljivki pritisk obremenjenosti in časovni pritisk, ki sicer ne vplivata na odvisno spremenljivko, ugotovimo, da pa vseeno botrujeta minimalnim spremembam vpliva ostalih spremenljivk. Med vsemi spremenljivkami ima največji vpliv zadovoljstvo z družinskim življenjem (0,216), sledi stres v službi (0,167) in pa otroci stari od 6 do 17 let (0,140).

Ugotovili smo, da na odvisno spremenljivko vpliva le polovica izbranih neodvisnih spremenljivk.

b) Regresijska analiza podatkov glede na spol

Tabela 5.7: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, moški.

Spremenljivke	Model 1	Model 2	Model 3
Konstanta	1,891***	2,784***	2,607***
Stres v službi	0,181** (0,193)	0,159** (0,170)	0,155** (0,165)
V službi sem se težko zbral zaradi družinskih obveznosti		-0,220* (-0,125)	-0,211 (-0,120)
Biti zaposlena je način za neodvisnost			-0,097 (-0,091)
Moški naj več časa posvetijo otrokom			0,172* (0,135)
Ocene modela			
R	0,193	0,229	0,279
R²	0,037	0,052	0,078
Popravljen R²	0,034	0,045	0,063
Standardna napaka ocene	1,045	1,039	1,029
F vrednost	9,677**	6,861**	5,191***

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Vsi modeli v primeru moških so statistično značilni, pri čemer z izbranimi spremenljivkami pojasnimo le 6,3 % variance odvisne spremenljivke, multipla korelacija pa znaša 0,279.

Iz modela 1 je razvidno, da se s spremenljivko stres v službi, katere vpliv na odvisno spremenljivko znaša 0,193, pojasni 3,4 % variance odvisne spremenljivke. Njen vpliv se nekoliko zmanjša, ko v model dodamo časovni pritisk (model 2), ki pojasni še dodaten odstotek variance odvisne spremenljivke. Vpliv je večji v primeru stresa v službi (0,170), pri čemer gre za pozitivno povezanost, medtem ko gre v primeru časovnega pritiska za negativno povezanost (-0,125). To pomeni, da se tisti, ki menijo, da je njihova služba pogosto stresna, ter tisti, ki se jim pogosto dogaja, da so se v službi težko zbrali zaradi družinskih obveznosti, strinjajo, da je življenje doma pogosto stresno.

Ko v model dodamo trditvi biti zaposlena je način za neodvisnost in naj moški več časa posvetijo otrokom (model 3) ugotovimo, da le slednja vpliva na odvisno spremenljivko (0,135). Medtem ko se vpliv stresa v službi minimalno zmanjša, vpliv časovnega pritiska postane statistično neznačilen, s spremenljivkama pa pojasnimo še dodatnih 1,8 % variance odvisne spremenljivke. Največji vpliv ima stres v službi (0,165), sledi pa mu trditev, da naj moški več časa posvetijo otrokom (0,135). V obeh primerih gre za

pozitivno povezanost, kar pomeni, da se tako tisti moški, ki se strinjajo, da je njihova služba pogosto stresna kot tudi tisti moški, ki se strinjajo s trditvijo, da naj moški več časa posvetijo otrokom, strinjajo, da je življenje doma pogosto stresno.

Tabela 5.8: Nestandardizirani in (standardizirani) regresijski koeficienti β in ocene modela neodvisnih spremenljivk v odnosu do odvisne spremenljivke stres doma, ženske.

Spremenljivke	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
Konstanta	2,248***	1,483***	2,087***	2,227***
Stres v službi	0,116 (0,123)	0,109 (0,115)	0,102 (0,108)	0,102 (0,108)
Zadovoljstvo z družinskim življenjem		0,338*** (0,300)	0,322*** (0,286)	0,312*** (0,278)
Zaradi dela v gospodinjstvu sem v službo prišel preutrujen, da bi dobro opravljal svoje delo			-0,150 (-0,102)	-0,133 (-0,090)
Družina trpi kadar je žena zaposlena				-0,064 (-0,070)
Ocene modela				
R	0,123	0,325	0,340	0,347
R ²	0,015	0,105	0,116	0,120
Popravljen R ²	0,011	0,097	0,104	0,104
Standardna napaka ocene	1,076	1,0278	1,024	1,024
F vrednost	3,466	13,187***	9,709***	7,582***

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Kot je razvidno iz Tabele 5.8, v primeru žensk model 1 na podlagi F-testa ni statistično značilen. Spremenljivka stres v službi, kot je razvidno, ne vpliva na odvisno spremenljivko, kljub temu pa z njo pojasnimo 1 % variance odvisne spremenljivke. Modeli 2 do 4 pa so na podlagi F-testa statistično značilni, z izbranimi spremenljivkami pojasnimo 10,4 % variance odvisne spremenljivke (vrednost popravljen R² je 0,104), pri čemer multipla korelacija znaša 0,347.

Iz modela 2 je razvidno, da zadovoljstvo z družinskim življenjem vpliva na odvisno spremenljivko stres doma (0,300) ter pojasni še dodatnih 8,6 % variance odvisne spremenljivke, kar pomeni, da je spremenljivka sama po sebi dober napovedovalec odvisne spremenljivke. Povezanost je pozitivna, kar pomeni, da se ženske, ki z družinskim življenjem niso zadovoljne, strinjajo s trditvijo, da je življenje doma pogosto stresno.

Ko v model dodamo spremenljivko pritisk obremenitve (model 3), katera sicer ne vpliva na odvisno spremenljivko, pojasni pa dodaten slab odstotek variance odvisne spremenljivke, se vpliv zadovoljstva z družinskim življenjem nekoliko zmanjša.

Dodana spremenljivka, da družina trpi, kadar je žena zaposlena (model 4), bistveno ne vpliva na ostale spremenljivke, saj ne pojasni nikakršnega deleža variance odvisne spremenljivke. Sama spremenljivka pa tudi ne vpliva na odvisno spremenljivko. Pri ženskah smo tako ugotovili, da na stres doma vpliva le zadovoljstvo z družinskim življenjem in sicer tiste ženske, ki z družinskim življenjem niso zadovoljne tudi menijo, da je življenje doma pogosto stresno.

c) Primerjava rezultatov regresije glede na spol

Tabela 5.9: Primerjava rezultatov regresije z odvisno spremenljivko stres doma, glede na spol.

Spremenljivke	Model 4	
	Moški	Ženske
Stres v službi	0,155** (0,165)	
Moški naj več časa posvetijo otrokom	0,172* (0,135)	
Zadovoljstvo z družinskim življenjem		0,312*** (0,278)

* $p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,000$

Iz Tabele 5.9 je razvidno, da na strinjanje s trditvijo, da je njihovo življenje doma pogosto stresno, pri moških in ženskah vplivajo različni dejavniki. Medtem ko v primeru moških to velja za stres v službi oziroma za strinjanje s trditvijo, da naj moški več časa posvetijo otrokom, pri ženskah to velja le za zadovoljstvo z družinskim življenjem. Pri moških ima sicer večji vpliv stres v službi.

Ko primerjamo rezultate analize med celotnim vzorcem in po spolu v primeru doživljanja stresa doma ugotovimo skupen vpliv stresa v službi in zadovoljstva z družinskim življenjem. Zanimivo je, da je na celotnem vzorcu ugotovljen vpliv prisotnosti otrok starih od 6 do 17 let, medtem ko ga pri spolu ni, kar bi sicer pričakovali v primeru žensk. Pri spolu pa zasledimo vpliv stališča, da naj moški več časa posvetijo otrokom, ki je sicer na celotnem vzorcu statistično neznačilen.

Tudi v primeru stresa doma bistvenih razlik med spoloma nismo zasledili. Zanimivo pa je, da pri moških na stres doma, poleg stresa v službi, vpliva stališče, da naj moški posvetijo več časa otrokom. Pri ženskah to velja le za zadovoljstvo z družino.

5.7 Primerjava obeh analiz

Če primerjamo analizo konflikta delo-družina in stres doma ugotovimo, da stres v službi vpliva tako na konflikt delo-družina kakor tudi na stres doma, pri čemer je vpliv večji pri prvem. Tudi zadovoljstvo z družinskim življenjem vpliva tako na konflikt delo-družina kakor stres doma, in sicer z večjim vplivom na slednjega. Ugotovili pa smo tudi, da na stres doma vpliva prisotnost otrok starih od 6 do 17 let, medtem ko pri konfliktu delo-družina to velja za zadovoljstvo z zaposlitvijo, interferenco med družino in delom ter za stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom.

Pri analizi po spolu pa ugotovimo da stres v službi pri moških vpliva na obe odvisni spremenljivki, pri ženskah pa le v primeru konflikta delo-družina. Pri ženskah prav tako ugotovimo vpliv zadovoljstva z družinskim življenjem, vendar le na stres doma, ter zadovoljstva z zaposlitvijo na konflikt delo-družina. Pri moških pa je zanimiv vpliv stališča, da naj moški več časa posvetijo otrokom na stres doma. Na podlagi tega lahko sklepamo, da je za ženske pomembna tudi bolj subjektivna ocena t.j. nekega splošnega zadovoljstva tako z zaposlitvijo kot z družinskim življenjem.

6 ZAKLJUČEK IN UGOTOVITVE

Danes je stres osrednja tema, s katero se ukvarjajo številni avtorji, strokovnjaki, raziskovalci. Navodila o tem kako se uspešno spoprijeti z stresom in kako ga znati obvladovati, srečujemo na vsakem koraku. Živimo v času sprememb na trgu delovne sile, kjer delavniki postajajo vse daljši, zahteve delodajalcev pa vse večje. Ljudje so tako prisiljeni več časa preživeti na delovnem mestu, pri čemer pa se zmanjšuje čas, ki bi ga sicer namenili družini (Doble in Supriya 2010, 332). Na trgu delovne sile participira vse več žensk, kar pomeni, da so tako kot moški izpostavljene enakim zahtevam te sfere. Poleg dela osrednjo vlogo v odrasli dobi - tako moških kot žensk - predstavlja tudi družina. Posledično so ženske, predvsem zaposlene, veliko bolj

obremenjene, saj se od njih pričakuje, da bodo poleg dela v službi opravljale tudi delo doma (Andrade in Matias 2009, 162-164). Tako so, v primerjavi z zaposlenimi moškimi, pogosteje izpostavljene različnim, tudi protislovnim zahtevam. Še vedno namreč velja, da so nekatera dela predvsem domena žensk, druga pa domena moških (Robinson in Godbey v Aziz Ansari 2011, 319). Ženske tako še vedno opravljajo večino gospodinjskih opravil ter skrbijo za vzgojo otrok (Doble in Supriya 2010, 332).

Kot ugotavlja Aziz Ansari, so nedavne študije pokazale, da v pogostosti doživljanja konflikta med delom in družino med spoloma ni bistvenih razlik, čeprav so v preteklosti nekateri avtorji sicer predpostavili, da so ženske pogosteje izpostavljene konfliktu med delom in družino, ker dajejo prednost družini pred delom in zaradi njihove večje odgovornosti znotraj družine (Ansari 2011, 319-320). Skušali smo ugotoviti, ali je tako tudi v primeru Slovenije. Na deskriptivni ravni smo ugotovili, da ženske gospodinjskim opravilom v povprečju namenijo celo enkrat več časa kakor moški tedensko, čeprav je razlika, ki jo v povprečju prebijejo v službi med spoloma le nekaj ur v korist moških (glej Graf 5.1). Ugotovili smo tudi, da ženske pogosteje opravljajo dela, kot so pranje perila, kuhanje in čiščenje ter skrbijo za bolne, medtem ko moški pogosteje opravljajo vzdrževalna dela (glej Graf 5.2). Glede na to lahko rečemo, da so ženske bolj obremenjene kakor moški ter da tudi v primeru Slovenije drži trditev, da ženske pogosteje opravljajo dela, ki veljajo za žensko domeno, moški pa dela, ki veljajo za moško domeno. Prav tako smo ugotovili, da so ženske pogosteje izpostavljene konfliktu delo-družina (glej Graf 5.3), čeprav med spoloma na deskriptivni ravni ni bilo značilnih razlik. Omenjeno govori v prid nedavnim študijam, ki so, kot smo predhodno že omenili, prišle do enakih zaključkov.

Z regresijsko analizo smo ugotovili, da spol statistično značilno vpliva na pogostost doživljanja konflikta delo-družina, pri čemer ženske pogosteje doživljajo omenjeni konflikt kakor moški. To je bilo pričakovati, saj morajo ženske po končanem delu v službi (kjer v povprečju delajo slabih 43 ur tedensko) opraviti tudi velik delež dela doma. Dobljena ugotovitev potrjuje našo prvo zastavljeno hipotezo.

Ko smo v model vstavili spremenljivke iz sklopa delo, nadalje iz sklopa gospodinjstvo, iz sklopa interference in nazadnje iz sklopa stališč vpliv spola postane statistično neznačilen. To lahko pomeni, da je vpliv ostalih spremenljivk pomembnejši pri

pogostosti doživljanja konflikta delo-družina kakor spol. Splošno gledano na konflikt delo-družina vpliva vsaj ena izmed lastnosti iz posameznega sklopa.

Prav tako smo ugotovili, da število ur preživetih na delu značilno ne vpliva na konflikt delo-družina, s čimer smo zavrgli našo drugo zastavljeno hipotezo, in sicer, da bo daljši delavnik botroval pogostejšemu konfliktu delo-družina.

Z regresijsko analizo smo prav tako poskušali ugotoviti, kateri so tisti dejavniki, ki pri posameznem spolu vplivajo na konflikt delo-družina. Ugotovili smo, da tako pri moških kakor tudi pri ženskah na konflikt delo-družina vplivata spremenljivki stres v službi in konflikt družina-delo. Pri ženskah poleg že omenjenih spremenljivk vpliva tudi zadovoljstvo z zaposlitvijo, kar lahko pomeni, da je za ženske pomembnejše celostno zadovoljstvo t. j. z zaposlitvijo, ki se nato odraža tudi v oceni strinjanja o pogostosti doživljanja konflikta delo-družina.

V primeru moških ima največji vpliv na konflikt delo-družina stres v službi, moški namreč pogosteje več časa preživijo na delu, pogosteje imajo višji položaj na delovnem mestu kar prinese tudi več odgovornosti in tudi pogostejši stres v službi. Posledično se počutijo preutrujene za opravljanje gospodinjskih opravil oziroma pod časovnim pritiskom, da bi izpolnili obveznosti do svoje družine.

V primeru žensk pa na konflikt delo-družina najbolj vpliva konflikt družina-delo, ženske namreč vsakodnevno namenijo več ur za opravljanje gospodinjskih opravil in dajejo prednost družinskim obveznostim pred delom. Posledično so v službi preutrujene, da bi dobro opravljale delo oziroma se težje zberejo zaradi družinskih obveznosti. Po drugi strani pa zaradi delovnika pogosto prihajajo domov preutrujene za opravljanje gospodinjskih opravil oziroma težje izpolnijo družinske obveznosti. Govorimo lahko o začaranem krogu.

Na podlagi teh ugotovitev lahko rečemo, da je pri moških bolj izpostavljen dejavnik učinkovitosti oziroma doseganja ciljev, ki se odraža kot pogostejši stres v službi in je to vidik, s katerega ocenjujejo konflikt delo-družina. Pri ženskah pa je pomembnejše celostno zadovoljstvo, torej tudi emocionalni vidik zaposlitve, ki se nato odraža v oceni konflikta delo-družina. Zanimivo je, da v primeru žensk na konflikt delo-družina ne vpliva npr. število otrok (v našem primeru nismo ugotovili povezanosti), ki je sicer pogost dejavnik v študijah na tem področju. V raziskavi EQLS 2007 so npr. ugotovili,

da je uspešno usklajevanje obeh plati pri zaposlenih ženskah precej odvisno od števila otrok; večje je število otrok, manjša je uspešnost usklajevanja (E. Kotowska in drugi 2010), kar pa se v našem primeru ni izkazalo.

Z opisano regresijsko analizo smo deloma potrdili tretje zastavljeno hipotezo, in sicer v tistem delu, ki govori, da bodo v primeru moških na konflikt delo-družina vplivale lastnosti dela. V delu, ki pravi, da bodo v primeru žensk na konflikt delo-družina vplivale lastnosti gospodinjstva hipotezo zavrnemo.

Prav tako smo poskušali ugotoviti, kateri so tisti dejavniki, ki vplivajo na pogostost doživljanja stresa doma, pri čemer je stres doma mišljen kot posledica konflikta delo-družina.

Čeprav smo v četrti hipotezi predvidevali, da bo spol vplival na pogostost doživljanja stresa doma, smo jo lahko takoj zavrnili, saj smo ugotovili, da med stresom doma in spolom ni povezanosti. Posledično spremenljivke spol nismo uvrstili v regresijski model.²³ Smo pa na deskriptivni ravni ugotovili, da so ženske pogosteje podvržene stresu doma, vendar med spoloma ni značilnih razlik (glej Graf 5.4).

V model smo nato vključili spremenljivke iz vseh štirih sklopov. Ugotovili smo, da na stres doma najbolj vpliva zadovoljstvo z družinskim življenjem, sledita stres v službi in otroci stari od 6 do 17 let (vpliv vseh spremenljivk je statistično značilen), pri čemer so tisti, ki z družinskim življenjem niso zadovoljni, tisti, ki pogosteje doživljajo stres v službi in tisti, ki imajo otroke stare od 6 do 17 let pogosteje podvrženi stresu doma.

Nadalje smo poskušali ugotoviti tudi, kateri so tisti dejavniki, ki vplivajo na stres doma glede na spol. Z regresijsko analizo smo ugotovili, da pri moških na pogostost doživljanja stresa doma vpliva stres v službi in stališče, da naj moški več časa posvetijo otrokom (oba vpliva sta statistično značilna), pri čemer so tisti, ki pogosteje doživljajo stres v službi in tisti, ki se strinjajo z omenjeno trditvijo pogosteje podvrženi stresu doma. Moški so v službi zaradi predhodno že omenjenih razlogov pogosteje podvrženi pogostejšemu stresu, ki se prenese tudi v zasebno t. j. družinsko sfero, saj na račun dela preživijo manj časa z družino, slednje pa se odraža tudi v strinjanju moških s trditvijo, da naj posvetijo več časa otrokom.

²³ Naredili smo tudi regresijsko analizo v katero smo kljub nepovezanosti vseeno vključili tudi spol, vendar je vpliv le-tega ostal statistično neznačilen.

V primeru žensk pa na stres doma vpliva le zadovoljstvo z družinskim življenjem, in sicer so ženske, ki z družinskim življenjem niso zadovoljne, poročale o pogostejšem doživljanju stresa doma. Tudi v tem primeru se je izkazalo, da je za ženske pomembnejše celostno zadovoljstvo t. j. zadovoljstvo z družinskim življenjem, ki se nato odraža tudi v oceni strinjanja o pogostosti doživljanja stresa doma. Glede na povedano lahko rečemo, da je peta hipoteza v celoti potrjena.

Na podlagi vseh ugotovitev lahko rečemo, da med spoloma ni bistvenih razlik glede dejavnikov, ki vplivajo na pogostost doživljanja konflikta delo-družina oziroma stresa doma. Neka splošna ugotovitev je, da se tako zaposlene ženske kot tudi zaposleni moški v Sloveniji srečujejo s problemi oziroma izzivi pri iskanju ravnotežja med delom in družino, ki so značilni za sodobne zahodne družbe.

7 LITERATURA

Anderson, Robert, Branislav Mikulić, Vermeyleen Greet, Maija Lyly-Yrjanainen in Valentina Zigante. 2009. *Second European Quality of Life Survey Overview*. European foundation for the improvement of living and working conditions. Dostopno prek: <http://www.eurofound.europa.eu/publications/htmlfiles/ef0902.htm> (5. maj 2011).

Andrade, Claudia in Marisa Matias. 2009. *Gender differences in work-to-family facilitation in portuguese employees*. Dostopno prek: http://www.exedrajournal.com/docs/N2/11C-andrade-matias_pp_161-172.pdf (31. marec 2012).

Ansari, Aziz. 2011. *Gender difference: work and family conflicts and family-work conflits*. Pakistan business review, July 2011. Dostopno prek: http://www.iobm.edu.pk/PBR/PBR_1107/110707_Genderdifference.pdf (31. marec 2012).

Beck, Ulrich in Elisabeth B. Gernsheim. 1996. Individualizacija in "tvegane svobode": Perspektive in nasprotja k subjektu usmerjene sociologije. *Teorija in praksa* 33(5): 817–838.

Beck, Ulrich. 2001. *Družba tveganja: Na poti v neko drugo moderno*. Ljubljana: Krtina.

Cartwright, Susan in Cary L. Cooper. 1997. *Managing workplace stress*. London: Sage.

Center za socialne indikatorje Ljubljana (SICENTER): *Projekt HWF – Gospodinjstva, delo in fleksibilnost*. Dostopno prek: <http://www.sicenter.si/hwfsi.html> (20. februar 2011).

Crompton, Rosemary in Clare Lyonette. 2006. Work-life balance in Europe. *Acta sociologica* 49(4): 379–393.

Čebašek-Travnik, Zdenka. 2002. Izgorelost kot posledica poklicne preobremenjenosti. *Zdravstveno varstvo* 41(3–6): 182–186.

Černigoj Sadar, Nevenka. 1991. *Moški in ženske v prostem času: Socialne in psihološke dimenzije načinov preživljanja prostega časa*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

--- 2000. Spolne razlike v formalnem in neformalnem delu. *Družboslovne razprave* 16(34–35): 31–52.

--- 2002. Stres na delovnem mestu. *Teorija in praksa* 39(1): 81–102.

Doble, Niharika in M. V. Supriya. 2010. Gender differences in the perception of work-life balance. *Management* 5(4): 331–342.

E. Kotowska, Irena, Anna Matysiak, Marta Styrc, Institute of Statistics and Demography, Ariane Pailhe, Anne Solaz, Institut national d'etudes demographiques, France, Daniele Vignoli in Department of Statistics 'G. Parenti', University of Florence. 2010. *Second European Quality of Life Survey: Family life and work*. European foundation for the improvement of living and working conditions. Dostopno prek: <http://www.eurofound.europa.eu/pubdocs/2010/02/en/1/EF1002EN.pdf> (9. april 2011).

Fourth European Working Conditions Survey. 2005. *Work and non-working life*. Dostopno prek: <http://www.eurofound.europa.eu/docs/ewco/4EWCS/ef0698/chapter9.pdf> (8. 4. 2012).

Habič, Veronika. 2003. *Delitev gospodinjskega dela v družinah s podjetjem*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Haralambos, Michael in Martin Holborn. 2001. *Sociologija: Teme in pogledi*. Ljubljana: DZS.

Jogan, Maca. 2001. *Seksizem v vsakdanjem življenju*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Kanjuro Mrčela, Aleksandra. 1996. *Ženske v menedžmentu*. Ljubljana: ČZP Enotnost.

Lyonette, Clare, Rosemary Crompton in Karin Wall. 2007. Gender, occupational class and work-life conflict. A comparison of Britain and Portugal. *Community, Work and Family* 10(3): 283–308.

Looker, Terry in Olga Gregson. 1993. *Obvladajmo stres: Kaj lahko z razumom storimo proti stresu*. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Maslach, Christina in Michael P. Leiter. 1997. *The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Oakley, Ann. 1974. *The sociology of housewife*. London: Martin Robertson.

Petrič, Karl. 2001. *Uporabniki knjižnic in stres*. Diplomsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Rakovec-Felser, Zlatka. 1991. *Človek v stiski, stres in tesnoba*. Maribor: Obzorja.

Reber, Tanja, Živa Humer, Tjaša Žakelj, Andreja Vezovnik in Alenka Švab. 2008. *Novo očetovstvo v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Rungapadiachy, Dev. 2003. *Medosebna komunikacija v zdravstvu: teorija in praksa*. Ljubljana: Educy.

Schmidt, Aleksander. 2003. *Najmanj, kar bi morali vedeti o stresu*. Ljubljana: samozaložba.

Sedmak, Mateja in Zorana Medarič. 2007a. *Med javnim in zasebnim: Ženske na trgu dela*. Koper: Založba Annales.

--- 2007b. Vpliv zaposlitve na družinske odločitve in družinsko življenje. V *Med javnim in zasebnim: Ženske na trgu dela*, ur. Mateja Sedmak in Zorana Medarič, 75–109. Koper: Založba Annales.

Selič, Polona. 1999. *Psihologija bolezni našega časa*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Starc, Radovan. 2007. *Stres in bolezni: Od stresa do debelosti, zvišanih maščob, arterijske hipertenzije, depresije, srčnega infarkta, kapi in prezgodnje smrti*. Ljubljana: Sirius AP

Šadl, Zdenka. 2006. Plačano gospodinjsko delo v Sloveniji. *Družboslovne razprave* 22(53): 33–54.

--- 2007. Delo na tujem domu. Specifične ranljivosti zaposlovanja v zasebnih gospodinjstvih. V *Med javnim in zasebnim: Ženske na trgu dela*, ur. Mateja Sedmak in Zorana Medarič, 265–285. Koper: Založba Annales.

--- 2009. *Umazano delo med stigmo in ponosom: Plačane gospodinjske delavke v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Švab, Alenka. 2003. Skrb med delom in družino: koncept usklajevanja dela in družinskih obveznosti v družinski politiki. *Teorija in praksa* 40(6): 1112–1126.

Torres, Analia, Rita Mendes in Tiago Lapa. 2006. *Men and women between family and work in Europe*. Dostopno prek: http://analiatorres.net/pdf/Men_and_Women_between_family_and_work_in_Europe.pdf (31. marec 2012).

Toš, Niko in skupina. Slovensko javno mnenje 2003/2: *Mednarodna raziskava o družini in narodni identiteti in Stališča o lokalni demokraciji [datoteka kodirne knjige]*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede, Center za raziskovanje javnega mnenja in množičnih komunikacij [izdelava]. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Arhiv družboslovnih podatkov [distribucija], november 2004. Dostopno prek: <http://adp.fdv.uni-lj.si/opisi/sjm032/> (20. maj 2011).

Treven, Sonja. 2005. *Premagovanje stresa*. Ljubljana: GV Založba.

Tyrer, Peter. 1987. *Kako živeti s stresom*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Ule, Mirjana. 1993. *Psihologija vsakdanjega življenja*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

--- 1998. Stilizacija vsakdanjega življenja. *Družboslovne razprave* 14(27–28): 26–32.

--- in Metka Kuhar. 2003. *Mladi, družina, starševstvo: Spremembe življenjskih potekov v pozni moderni*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Zavod Republike Slovenije za statistiko. 2010. *Statistični portret Slovenije v EU*. Ljubljana. Dostopno prek: <http://www.stat.si/doc/pub/PortretSlovenijaEU2010.pdf> (31. marec 2012).

Žnidaršič Žagar, Sabina. 2007. Historična perspektiva – aktualni položaj žensk na trgu dela v Sloveniji. V *Med javnim in zasebnim: Ženske na trgu dela*, ur. Mateja Sedmak in Zorana Medarič, 11–41. Koper: Založba Annales.

Wierda-Boer, Hilde, Jan Gerris, Ad Vermulst, Kaisa Malinen in Karen Anderson. 2009. Combination strategies and work-family interference among dual-earner couples in Finland, Germany, and the Netherlands. *Community, Work and Family* 12(2): 233–249.

8 PRILOGI

PRILOGA A: Kontrolne spremenljivke in njihove vrednosti

- Spol je opredeljen z vrednostmi 1 - moški; 2 - ženski, za našo analizo smo tvorili novo spremenljivko **ženske**, z vrednostmi 0 - moški; 1 - ženski.
- Število ur na delovnem mestu: »Koliko ur običajno delate na teden? Pri tem štejte vsako delo, za katero dobite plačilo ali kako drugo nadomestilo!«

V fazi deskriptivne analize smo tvorili novo spremenljivko **st_ur**, z vrednostmi 1 - do 39 ur; 2 - od 40 do 50 ur; 3 - 51 ur in več, medtem ko smo v fazi regresijske analize uporabili prvotno spremenljivko, saj smo s tem reducirali varianco neodvisne spremenljivke.

- Stresnost službe: »V kakšni meri se strinjate ali ne strinjate s trditvijo – moja služba je redkokdaj stresna?«

1 - v celoti se strinjam, 2 - strinjam se, 3 - niti strinjam, niti ne strinjam, 4 - ne strinjam se, 5 - v celoti se ne strinjam.

- Zadovoljstvo z zaposlitvijo: »Gledano v celoti, kako ste zadovoljni s svojo (glavno) zaposlitvijo?«

1 - popolnoma zadovoljen; 2 - zelo zadovoljen; 3 - dokaj zadovoljen; 4 - niti zadovoljen, niti nezadovoljen; 5 - dokaj nezadovoljen; 6 - zelo nezadovoljen; 7 - popolnoma nezadovoljen.

- Položaj na delovnem mestu: »Kakšen je (bil) vaš položaj na delovnem mestu?«

1 - ima vodilni položaj na ravni podjetja, ustanove; 2 - ima vodstveni položaj na ravni delovne enote; 3 - neposredno vodi in nadzira delo izvršilnih delavcev; 4 - je zaposlen, a nima vodilnega, vodstvenega položaja (izvršilni delavec).

- Zaposlitveni sektor: »Ali delate (ste delali) v zasebnem ali javnem sektorju? Delam v...«

1 - državni/občinski upravi, vojski, policiji; 2 - v javnem zavodu (šolstvo, zdravstvo); 3 - v javnem podjetju (energetika, komunala, i.p.d.); 4 - v podjetju v državni lasti; 5 - v podjetju v privatni lasti; 6 - v kmetijski zadrugi, kombinatu; 7 - sem kmet, kmetica; 8 - samozaposlen. Tvorili smo novo spremenljivko **privatni sektor** (zap_sektor_I), z vrednostmi 0 - javni sektor; 1 - privatni sektor.

- Poklic: »In zdaj se sami uvrstite s pomočjo seznama, kakšen je vaš sedanji poklic? Kakšna je vaša priznana kvalifikacija?«

1 - NK delavec; 2 - PK, priučen delavec; 3 - KV delavec; 4 - VKV delavec; 5 - uslužbenec z nižjo izobrazbo; 6 - uslužbenec s srednjo izobrazbo; 7 - uslužbenec z višjo ali visoko izobrazbo; 8 - obrtnik ali podjetnik, zaposluje druge; 9 - obrtnik ali podjetnik, ki ne zaposluje druge; 10 - svobodni poklic; 11 - kmet, kmečka gospodinja, pomagajoči družinski član v kmetijstvu; 12 - drugo. V fazi deskriptivne analize smo tvorili novo spremenljivko **poklic**, z vrednostmi 1 - delavec; 2 - uslužbenec; 3 - obrtnik/podjetnik; 4

- drugo, medtem ko smo v fazi regresijske analize uporabili prvotno spremenljivko, saj smo s tem reducirali varianco neodvisne spremenljivke.

- Percepcija o delitvi dela v gospodinjstvu: »Katera od navedenih trditev najbolj ustreza delitvi gospodinjskega dela med vami in vašim zakoncem, partnerjem?«
1 - opravim veliko večji delež gospodinjskega dela, kot se mi zdi primerno; 2 - opravim malo večji delež; 3 - opravim približno tolikšen delež; 4 - opravim nekaj manjši delež; 5 - opravim veliko manjši delež, kot se mi zdi primerno.

- Zadovoljstvo z družinskim življenjem: »Gledano v celoti, kako ste zadovoljni s svojim družinskim življenjem?«
1 - popolnoma zadovoljen; 2 - zelo zadovoljen; 3 - dokaj zadovoljen; 4 - niti zadovoljen, niti nezadovoljen; 5 - dokaj nezadovoljen; 6 - zelo nezadovoljen; 7 - popolnoma nezadovoljen.

- Otroci, mlajši od 6 let: »Navedite število oseb, ki z njimi živite v skupnem gospodinjstvu – koliko je od tega otrok, mlajših od 6 let?«
Tvorili smo novo spremenljivko – **imajo otroke mlajše od 6 let** (mlajsi_otroci_I), z vrednostmi 0 - Ne; 1 - Da.

- Otroci, stari od 6 do 17 let: »Navedite število oseb, ki z njimi živite v skupnem gospodinjstvu – koliko je od tega otrok, starih od 6 do 17 let?«
Tvorili smo novo spremenljivko – **imajo otroke stare od 6 do 17 let** (od6_17 let_I), z vrednostmi 0 - Ne; 1 - Da.

- Stališča: »V kolikšni meri soglašate ali ne soglašate z naslednjimi trditvami?«
- če gledamo v celoti družinsko življenje trpi, kadar je žena polno zaposlena,
- biti zaposlena je za žensko najboljši način, da doseže neodvisnost,
- oba, mož in žena, morata prispevati svoje k družinskemu dohodku,
- moški bi morali opravljati več gospodinjskih del, kot jih opravljajo sedaj,
- moški bi morali več časa posvetiti skrbi za otroke, kot ga posvečajo sedaj.
1 - močno soglašam, 2 - soglašam, 3 - niti soglašam, niti ne soglašam, 4 - ne soglašam, 5 - močno ne soglašam.

PRILOGA B: Sociodemografske značilnosti anketirancev

Delovna aktivnost anketirancev	%
Zaposleni za polni delovni čas (35 in več ur na teden)	47,4
Zaposleni za skrajšani delovni čas	2
Brezposelni	6
Ostali (študentje, gospodinje, upokojenci)	44,6

Spol	%
Moški	54,1
Ženski	45,9

	Izobrazba (%)				
	Nedokončana osnovna šola	Dokončana osnovna šola	Dokončana srednja šola	Dokončana višja šola	Dokončana visoka šola, več
moški	1,1	9,3	30,0	3,9	16,8
ženski	1,3	9,7	34,9	9,7	15,5
skupaj	1,2	9,5	32,2	6,6	16,2

	Položaj na delovnem mestu (%)			
	Vodilni, na ravni podjetja	Vodstveni, na ravni del. enote	Neposredno vodenje in nadziranje	Zaposlen, nima vodilnega p.
moški	10,4	11,8	15,1	58,8
ženski	8,0	11,3	9,2	70,2
skupaj	9,3	11,6	12,4	64,0

	Zaposlitveni sektor (%)	
	Javni sektor	Zasebni sektor
moški	43,6	56,4
ženski	57,5	42,5
skupaj	50	50

	Zadovoljstvo z družinskim življenjem (%)			
	Popolnoma zadovoljen	Zelo oz. dokaj zadovoljen	Niti, niti	Nezadovoljen
moški	21,5	73,1	3,6	1,8
ženski	20,6	71,0	6,7	1,7
skupaj	21,1	72,1	5,1	1,8

	Zadovoljstvo z zaposlitvijo (%)				
	Popolnoma zadovoljen	Zelo oz. dokaj zadovoljen	Niti, niti	Dokaj, zelo nezadovoljen	Popolnoma nezadovoljen
moški	14,2	65,5	12,4	6,9	1,1
ženski	14,3	65,4	13,5	6,3	0,4
skupaj	14,3	65,4	12,9	6,6	0,8