

PRACE NAUKOWE

Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu

RESEARCH PAPERS

of Wrocław University of Economics

Nr 330

Finanse

na rzecz zrównoważonego rozwoju

Gospodarka – etyka – środowisko

Redaktorzy naukowci

Leszek Dziawgo, Leszek Patrzalek



Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu
Wrocław 2014

Redaktor Wydawnictwa: Barbara Majewska

Redaktor techniczny: Barbara Łopusiewicz

Korektor: Barbara Cibis

Łamanie: Beata Mazur

Projekt okładki: Beata Dębska

Publikacja jest dostępna w Internecie na stronach:

www.ibuk.pl, www.ebscohost.com,

w Dolnośląskiej Bibliotece Cyfrowej www.dbc.wroc.pl,

The Central and Eastern European Online Library www.ceeol.com,

a także w adnotowanej bibliografii zagadnień ekonomicznych BazEkon

http://kangur.uek.krakow.pl/bazy_ae/bazekon/nowy/index.php

Informacje o naborze artykułów i zasadach recenzowania znajdują się
na stronie internetowej Wydawnictwa

www.wydawnictwo.ue.wroc.pl

Kopiowanie i powielanie w jakiegokolwiek formie
wymaga pisemnej zgody Wydawcy

© Copyright by Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu
Wrocław 2014

ISSN 1899-3192

ISBN 978-83-7695-460-8

Wersja pierwotna: publikacja drukowana

Druk: Drukarnia TOTEM

Spis treści

Wstęp	11
Marcin Będzieszak: Opłaty za usługi i dochody własne jako źródło finansowania wybranych zadań w miastach wojewódzkich w Polsce	13
Renata Biadacz, Kazimierz Juszczyk: Analiza wykorzystania kolektorów słonecznych do wytworzenia ciepłej wody użytkowej.....	22
Joanna Błach, Anna Doś: Zastosowanie modelu DuPonta w kontekście zarządzania środowiskiem w przedsiębiorstwie – możliwości wykorzystania w praktyce polskich przedsiębiorstw	34
Iwetta Budzik-Nowodzińska: Efektywność ekonomiczna przedsięwzięć inwestycyjnych z zakresu energetyki odnawialnej jako czynnik zrównoważonego rozwoju.....	42
Michał Buszko: Społeczna odpowiedzialność banków giełdowych – korzyści inwestycyjne z tytułu uczestnictwa w RESPECT Index	52
Beata Domańska-Szaruga: Konkurencyjność banków spółdzielczych jako partnerów lokalnych społeczności.....	63
Joanna Działo: Instytucje fiskalne a standardy etyczne w polityce fiskalnej ..	72
Beata Zofia Filipiak: Kierunki i skutki przekształceń lokalnej gospodarki odpadami komunalnymi w świetle zmian ustawowych	80
Monika Foltyn-Zarychta: Koncepcja zmniejszającej się w czasie stopy dyskonta w ocenie efektywności inwestycji publicznych o oddziaływaniach długoterminowych	89
Marzena Ganc, Magdalena Mądra-Sawicka: Wpływy do budżetów gmin przy wprowadzeniu podatku dochodowego w indywidualnych gospodarstwach rolnych	99
Maria Magdalena Golec: Zrównoważony rozwój spółdzielni kredytowych w Polsce w oparciu o zasadę lokalności	108
Karolina Gwarda: Źródła finansowania zakupu zero- i niskoemisyjnych środków transportu publicznego w Polsce	116
Jerzy Gwizdała: Rola Banku Ochrony Środowiska SA w Warszawie w finansowaniu inwestycji w obszarze ochrony atmosfery.....	126
Agnieszka Huterska, Robert Huterski: Wykorzystanie podatku od nieruchomości dla zrównoważonego rozwoju miast na przykładzie Torunia	135
Agnieszka Jachowicz: Główne trendy w polityce podatkowej w krajach Unii Europejskiej w okresie kryzysu	148
Alicja Janusz: Przegląd istniejących i projektowanych rozwiązań w zakresie funduszy restrukturyzacyjnych sektora finansowego w Unii Europejskiej	157

Barbara Karlikowska: Ryzyko środowiska naturalnego a działalność przedsiębiorstw	165
Magdalena Klopott: Mechanizmy finansowania przyjaznego środowisku demontażu statków – fundusz recyklingowy.....	173
Lidia Klos: Wiedza i świadomość ekologiczna studentów	182
Adam Kopiński: Taksonomia i zastosowanie metody Hellwiga w ocenie efektywności funduszy inwestycyjnych	192
Andrzej Koza: Finansowe instrumenty wsparcia samozatrudnienia osób niepełnosprawnych w Wielkiej Brytanii i Polsce	205
Grażyna Leśniewska: Sztuka zrównoważonego życia	214
Agnieszka Lorek: Lokalna polityka energetyczna w zrównoważonym rozwoju gmin śląskich	222
Agnieszka Łukasiewicz-Kamińska: Waluta wirtualna – moda, czy pieniądź przyszłości?.....	231
Ireneusz Miciuła, Krzysztof Miciuła: Energia odnawialna i jej aspekty finansowe jako element zrównoważonego rozwoju Polski	239
Tomasz Piotr Murawski: Ocena działań społecznej odpowiedzialności biznesu – przegląd wybranych metod	248
Marta Musiał: Dylematy zarządzania finansami osobistymi w kontekście koncepcji solidarności międzypokoleniowej.....	258
Bogdan Nogalski, Andrzej Kozłowski: Zarządzanie finansami w samorządzie gminnym wobec wyzwań nowego zarządzania publicznego.....	266
Teresa Orzeszko: Miejsce edukacji finansowej społeczeństwa w strategii społecznej odpowiedzialności biznesu krajowych banków giełdowych w Polsce	274
Agnieszka Parlińska: Wybrane aspekty zadłużania się samorządów gminnych w Polsce	284
Andrzej Parzonko: Przewidywalność i stabilizacja cen mleka jako czynnik zrównoważonego rozwoju gospodarstw rolniczych i przedsiębiorstw przetwórczych.....	293
Monika Pettersen-Sobczyk: Modele biznesowe banków w kontekście koncepcji zrównoważonego rozwoju	301
Dariusz Piotrowski: Wartości islamu a koncepcja zrównoważonego rozwoju	308
Michał Polasik, Anna Piotrowska: Transakcyjne wykluczenie finansowe w Polsce w świetle badań empirycznych.....	316
Adriana Przybyszewska: Determinanty przedsiębiorczości kobiet na przykładzie wybranych krajów	326
Eleonora Ratowska-Dziobiak: Rozwój kanału <i>direct</i> na polskim rynku ubezpieczeń	336
Adam Reczuch: Wykluczenie finansowe osób młodych w perspektywie założenia nowego gospodarstwa domowego	344

Robert Skikiewicz: Bariery w działalności instytucji finansowych na tle zmian sytuacji gospodarczej Polski	352
Beata Skubiak: Wpływ kryzysu finansowego i gospodarczego na rozwój zrównoważony, ze szczególnym uwzględnieniem konsekwencji społecznych.....	361
Sylwia Słupik: Proekologiczne strategie rozwoju przedsiębiorstw województwa śląskiego.....	369
Małgorzata Solarz: Ochrona konsumenta a wykluczenie finansowe stanowiące wynik niewłaściwego zarządzania ryzykiem finansowym codzienności	378
Anna Spoz: E-faktury – nowinka technologiczna czy upowszechniający się sposób dokumentowania transakcji gospodarczych	387
Joanna Stawska: Znaczenie <i>policy mix</i> dla działalności inwestycyjnej przedsiębiorstw w kontekście zrównoważonego rozwoju.....	397
Marek Szturo, Joanna Tomczyk: Rozwój zrównoważony miast jako szansa dla prywatnych inwestycji na przykładzie aglomeracji azjatyckich.....	406
Paulina Szulc-Fischer: Proekologiczne inicjatywy klastrowe	414
Magdalena Ślebocka: Fundusze unijne dla zrównoważonego rozwoju – bariery w pozyskiwaniu i rozliczaniu na przykładzie gmin województwa łódzkiego.....	424
Aneta Tylman: Obszary badań prawno-finansowych zrównoważonego rozwoju – próba identyfikacji	432
Piotr Urbanek: Standardy etyczne polityki wynagradzania kadry kierowniczej w bankach w okresie kryzysu finansowego – próba oceny.....	439
Tomasz Uryszek: Międzypokoleniowa redystrybucja długu publicznego na przykładzie krajów Unii Europejskiej	448
Julia Anna Wachowska: Rynek kredytów mieszkaniowych w Polsce – studium analityczne	458
Damian Walczak: Solidaryzm społeczny a uprawnienia emerytalne grup uprzywilejowanych.....	468
Marcelina Więckowska: Inwestorzy instytucjonalni na rynku inwestycji w energię odnawialną	477
Paweł Witkowski: Ryzyko węglowe – koncepcja i pomiar.....	486
Bogdan Włodarczyk: Tworzenie oferty bankowej z wykorzystaniem bankowości elektronicznej	495
Justyna Zabawa: Zarządzanie kapitałem ludzkim we współczesnych bankach w kontekście ich ekologicznej odpowiedzialności	503
Marika Ziemia, Krzysztof Świeszczak: Reklamy bankowe – między manipulacją a faktyczną potrzebą klientów.....	511

Summaries

Marcin Będzieszak: User charges and own-source revenues as sources of financing selected tasks in voivodeship cities in Poland	21
Renata Biadacz, Kazimierz Juszczak: Analysis of the use of solar collectors to produce hot water	33
Joanna Blach, Anna Doś: The application of the DuPont model in the context of corporate environmental management – evidence from the Polish companies	41
Iwetta Budzik-Nowodzińska: Economic effectiveness of investments related to the renewable energy sources as a factor of sustainable development...	51
Michał Buszko: Corporate Social Responsibility of stock exchange listed banks – investing profits due to participation in RESPECT Index.....	62
Beata Domańska-Szaruga: Competitiveness of cooperative banks as local community partners	71
Joanna Działo: Fiscal institutions and ethical standards in fiscal policy.....	79
Beata Zofia Filipiak: Directions and consequences of the transformation of local economy of municipal waste in the light of changes in the laws.....	88
Monika Foltyn-Zarychta: The concept of time-declining discount rate in the appraisal of public projects with long-term effects	98
Marzena Ganc, Magdalena Mądra-Sawicka: The proceeds to municipalities with the introduction of income tax in individual farms.....	107
Maria Magdalena Golec: Sustainable development of Polish credit cooperatives based on the principle of localness.....	115
Karolina Gwarda: Sources of funding the purchase of zero- and low carbon means of public transport in Poland	125
Jerzy Gwizdała: The role of the environment protection bank JSC in Warsaw in financing investment in the protection of the atmosphere	133
Agnieszka Huterska, Robert Huterski: Application of property tax in sustainable development of towns with town of Toruń as an example.....	147
Agnieszka Jachowicz: Main trends in tax policy in the European Union states in the times of crisis	156
Alicja Janusz: The review of existing and anticipated solutions for the financial sector restructuring funds in the European Union	164
Barbara Karlikowska: Natural environment risk and activities of enterprises	172
Magdalena Klopott: Financing mechanisms of the environmentally friendly ship dismantling – case of recycling fund	181
Lidia Klos: Environmental knowledge and awareness of students.....	191
Adam Kopiński: Taxonomy and application of Hellwig’s method for assessing the effectiveness of investment funds	204
Andrzej Koza: Financial instruments of disabled people self-employment support in Great Britain and Poland	213

Grażyna Leśniewska: Art of sustainable life	221
Agnieszka Lorek: Local energy policy for the sustainable development of the Silesian communities	230
Agnieszka Łukasiewicz-Kamińska: Digital currency – temporary trend or money of future?	238
Ireneusz Miciuła, Krzysztof Miciuła: Renewable energy and its financial implications as a component of sustainable development of Poland	247
Tomasz Piotr Murawski: An evaluation of Corporate Social Responsibility – review of chosen methods	257
Marta Musiał: Personal finance management dilemmas in the context of intergenerational solidarity concept	265
Bogdan Nogalski, Andrzej Kozłowski: Finance management in commune self-government in the face of challenges of new public management	273
Teresa Orzeszko: Importance of financial education of society in CSR strategy of domestic listed banks in Poland	283
Agnieszka Parlińska: Selected aspects of the indebtedness of municipalities in Poland	292
Andrzej Parzonko: Predictability and price stabilization of milk as a factor in the sustainable development of farms and food processing enterprises	300
Monika Pettersen-Sobczyk: Banks business models in the context of sustainable development concept	307
Dariusz Piotrowski: Values of islam and the concept of sustainable development	315
Michał Polasik, Anna Piotrowska: Empirical studies on transactional financial exclusion in Poland	325
Adriana Przybyszewska: Determinants of entrepreneurship of women based on selected countries	335
Eleonora Ratowska-Dziobiak: Development of the direct channel on the Polish insurance market	343
Adam Reczuch: Financial exclusion of young people in the perspective of establishment of a new household	351
Robert Skikiewicz: Barriers of activity of financial institutions against the background of changes in the economic situation of Poland	360
Beata Skubiak: The impact of economic and financial crisis on sustainable development with focus on social consequences	368
Sylvia Słupik: Ecological strategies for the development of Silesian Voivodeship enterprises	377
Małgorzata Solarz: Consumer protection vs. financial exclusion as a result of incorrect everyday financial risk management	386
Anna Spoz: E-invoices – technological novelty or a spreading method of documenting commercial transactions	396

Joanna Stawska: The importance of policy mix for investment activities of enterprises in the context of sustainable development	405
Marek Szturo, Joanna Tomczyk: Sustainable urban development as an opportunity for private investments on the example of Asian agglomerations.....	413
Paulina Szulc-Fischer: Pro-ecological cluster initiatives	423
Magdalena Ślebocka: EU funds for sustainable development – barriers in obtaining and accounting on the example of municipalities of Łódź Voivodeship.....	431
Aneta Tylman: Areas of legal and financial studies of sustainable development – an attempt to identify.....	438
Piotr Urbanek: Ethical standards of top executive’s remuneration policy in the banking sector during the financial crisis – attempt to assess	447
Tomasz Uryszek: Intergenerational redistribution of public debt. The example of European Union countries	457
Julia Anna Wachowska: Housing loans market in Poland – analytical project	467
Damian Walczak: Social solidarity and the pension rights of privileged groups	476
Marcelina Więckowska: Institutional investors in the renewable energy investment market.....	485
Paweł Witkowski: Carbon risk – concept and measurement	494
Bogdan Włodarczyk: Creation of banking offer using e-banking	502
Justyna Zabawa: Human capital management in contemporary banks, in the context of corporate eco-responsibility	510
Marika Ziemia, Krzysztof Świeszczak: Banking advertising – between a manipulation and a real customer need.....	520

Grażyna Leśniewska

Uniwersytet Szczeciński

SZTUKA ZRÓWNOWAŻONEGO ŻYCIA

Streszczenie: Wszyscy ludzie funkcjonują na trzech głównych obszarach. Obszary te, lub płaszczyzny naszego życia, to praca, rodzina i szersze społeczności. Osoba żyjąca w równowadze czuje się swobodnie na wszystkich trzech płaszczyznach, potrafi być sobą i odnaleźć się w każdym z tych trzech obszarów, w każdym odczuwając satysfakcję, potrafi odegrać swoje role życiowe. Problem pojawia się w momencie, gdy jeden z obszarów rozrasta się kosztem pozostałych. Celem artykułu jest przedstawienie składników równowagi życiowej i skutków jej braku.

Słowa kluczowe: równowaga życia i pracy, role społeczne.

DOI: 10.15611/pn.2014.330.22

1. Wstęp

Człowiek funkcjonuje w różnych obszarach życia, pełni różne role społeczne. Praca stanowi podstawę bytu jednostki, rodziny i społeczeństwa, jest zarazem środkiem samorealizacji człowieka oraz źródłem satysfakcji lub jej braku. Ta sfera życia ma więc szczególne znaczenie. Od dawna była też oczywista potrzeba równowagi między pracą i życiem poza nią. Zwracali na to uwagę teologowie, filozofowie, psychologowie, socjologowie, ekonomiści. Nasze życie zawodowe musi iść w parze z pozostałymi obszarami rozwoju. Zdarza się, że wpadając w natłok pracy i zdobywania pieniędzy nie zadajemy sobie pytania o koszty, których nie widać gołym okiem. Sfera pozazawodowa jest, a przynajmniej powinna być, równie istotna dla naszego rozwoju i zdrowia psychicznego. Celem artykułu jest przedstawienie składników sztuki zrównoważonego życia i skutków jej braku.

W życiu codziennym odgrywamy różne role i jak aktorzy gramy naszą sztukę życiową. To od nas będzie w dużej mierze zależało, czy osiągniemy równowagę i żyć będziemy zgodnie z własnymi zasadami, czy damy się wciągnąć w wir pracy, konsumpcji, fasadowości. Zarówno w sztuce, jak i w życiu istnieją i muszą istnieć wartości stałe, niezmiennie i niezależne od czasów. Można więc powiedzieć, że zarówno życie, jak i sztuka jest wiedzą polegającą na prawidłach i regułach.

2. Metodyka badań

W artykule dokonano przeglądu niektórych stanowisk badawczych dotyczących równowagi życia i pracy. Zaprezentowano ciekawą teorię Ervinga Goffmana człowieka w teatrze życia współczesnego i odgrywania przez nas ról w życiu codziennym. Zastosowaną metodą w artykule będzie analiza dokumentów. Przedstawiono również wyniki badań nad równowagą życiową, przeprowadzonych zarówno wśród Polaków, jak i na populacji światowej.

3. Człowiek w teatrze życia

Erving Goffman twórca nowoczesnej perspektywy dramaturgicznej w socjologii stwierdził (podtrzymując szekspirowskie powiedzenie, że życie jest teatrem), iż na życie człowieka można spojrzeć jak na wymianę wzajemnie odgrywanych scen. Niektóre z nich są starannie wyreżyserowane, inne polegają niemal na instynktownym graniu swej roli. E. Goffman ukazuje teatr jako metaforę naszego życia, ponieważ zarówno na scenie życia, jak i w teatrze musimy sprostać wymogom innych aktorów oraz publiczności. Był najwybitniejszym twórcą schyłku funkcjonalizmu, zaliczanym do przedstawicieli interakcjonizmu symbolicznego. Interesował się przede wszystkim porządkiem interakcyjnym. Zadebiutował pracą *Człowiek w teatrze życia codziennego* w roku 1956, która od razu przyniosła mu duże uznanie. W teatrze życia codziennego Goffman opisuje różne ludzkie zachowania społeczne. Świat przedstawia jako teatr, w którym główne role grają ludzie. Jednostka, odgrywając jakąś rolę, oczekuje od obserwatorów, że wrażenie, jakie chce na nich wywrzeć, odbiorą zgodnie z jej zamysłem [Goffman 1981, s. 24]. Dzieli wykonawców, czyli nas, na tych zdystansowanych do siebie i odgrywanej przez siebie roli w życiu społecznym i niezdytansowanych, poddających się nurtowi życia, idących za konsumpcją i trendami społecznymi. U podłoża stosunków społecznych leży chęć każdego z uczestników kierowania i kontrolowania reakcji innych obecnych. Tę kontrolę osiąga się, wpływając na formułowaną przez innych definicję sytuacji. Definicja sytuacji określa to, co w danej chwili uznajemy za rzeczywistość. Wpłynąć na czyjąś definicję sytuacji to wpłynąć na to, co ktoś uważa za realne i rzeczywiste. Zachowując się w obecności innych ludzi tak, a nie inaczej, definiujemy samych siebie w ich oczach.

Podobną koncepcję życia jako teatru, czyli odgrywania przez nas ról, przedstawił w swoich przemyśleniach Paramhansa Yogananda. Życie to sztuka teatralna, która ma właśnie taki morał: wszystko jest niczym więcej jak teatrem, iluzją. Głupcy wyobrażają sobie, że to przedstawienie jest rzeczywistością i będzie trwać długo, płaczą w smutnych chwilach, żałują, że momenty szczęścia nie mogą trwać wiecznie, i rozpaczają, że wszystko będzie musiało się skończyć. Mądrzy zaś widzą, jak wielką iluzją jest teatr życia, szukają więc równowagi i wewnętrznego szczęścia [Yogananda 2005, s. 87].

Życie dla tych, którzy nie wiedzą, jak je traktować, to straszliwa maszyna. Prędzej czy później rozsieka ich na kawałki. Nazbyt poważnie podchodzimy do dramatu życia i utożsamiamy się z rolami, jakie odgrywamy, zamiast starać się odkryć, kim jesteśmy niezależnie od naszych ról. Życie przypomina przedstawienie, na które składa się tragedia i komedia, tajemnica i przygoda. Od dzieciństwa po ostatnie tchnienie człowiek nieustannie, świadomie i nieświadomie, odgrywa swoją rolę w widowisku życia.

Kiedy wykształcimy w sobie nawyk odgrywania rozmaitych ról, dochodzi do tego, że utożsamiamy się ze światem i z sytuacjami, w jakich się znajdujemy. Jeśli się nie wie, jak grać swoją rolę, można zakłócić całe przedstawienie życia i zaszkodzić samemu sobie. Kiedy po prostu odbębnia się swoją rolę i nie wkłada się w nią serca i umysłu, nie można jej dobrze zagrać. Natomiast porzucenie tego teatru jest tchórzostwem [Yogananda 2005, s. 54].

Takie spojrzenie może pomóc nam uwolnić się z frustracji i konfliktów jakie nas nękają, zdystansować się wobec postaci, jaką przyjęliśmy na to konkretne wcielenie. W ciągu każdego dnia, spotykamy się na scenie, przyjmując różne postawy i angażując się w różne związki i role. Wiele osób jest niezadowolonych czy nieszczęśliwych z powodu ról, jakie przypadły im w udziale w wielkim dramacie, gdyż są zaabsorbowani kreowaniem siebie najczęściej w swoim życiu zawodowym, czyli tym zewnętrznym. Ponieważ sami jesteśmy twórcami własnych dramatów, możemy się z nich wydostać nie przez zmianę repertuarów, ale wewnętrzne przeobrażenie, tak abyśmy mogli stworzyć zupełnie nowe dzieło. To, czy znajdziemy w swoim życiu szczęście i radość, zależy od postawy, jaką przyjmujemy wobec swojej roli w widowisku. W teatrze życia człowiek uczy się świadomie grać podwójną rolę. Jesteśmy obywatelami dwóch światów, świata wewnątrz i na zewnątrz nas. Dobry aktor zachowuje się tak, aby w żadnych okolicznościach nie tracić równowagi. Zachowanie spokoju ducha jest kluczem do udanego odgrywania dramatu życia.

4. Równowaga życiowa

Pracujemy coraz więcej, coraz częściej pojawia się wobec tego problem równowagi pomiędzy pracą zawodową a życiem osobistym. Terminy, podróże służbowe, zebrania, projekty – wszystko to prowadzi nas po szczeblach kariery zawodowej, ale niesie konsekwencje w życiu prywatnym. Wydłużony czas pracy oraz nacisk na coraz większą wydajność może zaburzyć równowagę praca–życie. Często wpływa to na efektywność i w dłuższej perspektywie prowadzi do spadku motywacji i zaangażowania w swoją pracę, a także zazwyczaj do ogólnego obniżenia samopoczucia, chorób i relatywnie szybkiego wypalenia zawodowego.

Termin związany z zachowaniem równowagi pomiędzy życiem zawodowym a życiem osobistym (rodzinnym) pojawił się po raz pierwszy w latach 70. ubiegłego stulecia w Stanach Zjednoczonych. WLB (*work-life balance*) to zachowanie równowagi między pracą a życiem osobistym mające miejsce wówczas, gdy praca nie za-

właszcza życia osobistego z jednej strony, ale z drugiej życie osobiste nie wpływa na jakość realizowanych zadań w pracy zawodowej [Bird 2014]. Rodzina, dom, zainteresowania pozazawodowe, zdrowie, aktywność społeczna muszą istnieć poza pracą. Według Davida Clutterbucka równowaga między pracą a życiem osobistym to stan, w którym jednostka radzi sobie z potencjalnym konfliktem między różnymi wymaganiami dotyczącymi jej czasu i energii w taki sposób, że zostaje zaspokojone jej pragnienie dobrobytu i spełnienia [Clutterbuck 2005, s. 136].

Równowaga pomiędzy pracą a życiem osobistym to zjawisko złożone, niemające uniwersalnej definicji. Greenhaus i współautorzy [Greenhaus i in. 2003, s. 510-531] określają ją jako stopień, w jakim dana osoba jest równomiernie zaangażowana w swoją rolę w pracy i w rodzinie oraz czy jest zadowolona z tych ról. Równowaga pomiędzy pracą a życiem osobistym obejmuje trzy elementy:

- równowagę czasową, czyli taką samą ilość czasu przeznaczanego na rolę w pracy i rolę w rodzinie,
- równowagę zaangażowania, czyli taki sam poziom zaangażowania w pracę i w rodzinę,
- równowagę zadowolenia, czyli taki sam poziom satysfakcji z roli w pracy i roli w rodzinie.

Aby osiągnąć równowagę pomiędzy pracą a życiem osobistym, należy wziąć pod uwagę wszystkie trzy elementy.

Czas należy dzielić między własne potrzeby fizyczne i emocjonalne, rodzinę, przyjaciół, pracę zawodową oraz pracę społeczną. Umiejętność dokonywania właściwych wyborów procentowego udziału poszczególnych czynności (zajęć) w czasie, którym dysponujemy, wpływa na wielość postaw, opisanych przez Aleksego Pochtowskiego. Równowagi takiej można szukać na dwóch płaszczyznach. Jedna z nich to relacje pracodawca–pracownik. Pracownicy oczekują coraz częściej, że oprócz pensji pracodawca zapewni im możliwość rozwoju, dostosuje czas pracy do indywidualnych potrzeb, zostawiając czas na przykład na opiekę nad dziećmi albo rozwijanie pasji. Na pierwszy rzut oka może to wyglądać na postawę roszczeniową, której zaspokajanie grozi firmie wykluczeniem z rynku. Ale okazuje się, że jest odwrotnie, bo pracownik docenia wartość dodaną – angażuje się w pracę emocjonalnie i wykonuje ją lepiej. Istnieje też pozytywna korelacja między przyjęciem w korporacjach zasady *work-life-balance* a jakością życia. W Europie najłatwiej życie prywatne z pracą godzą Skandynawowie.

Drugą płaszczyzną równowagi jest nasza indywidualna postawa. Wprawdzie ciągle podobają nam się szybkie kariery, ale zdajemy sobie sprawę, że do szczęścia potrzebna jest również rodzina i zainteresowania. Niestety, wiedzieć nie znaczy realizować. Badanie wykonane przez firmę Captivate w Stanach Zjednoczonych pokazuje, że generalnie lepiej z godzeniem życia prywatnego z zawodowym radzą sobie mężczyźni, mimo że w pracy spędzają więcej czasu niż kobiety. 3/4 panów deklaroowało, że w ich przypadku zachowana jest równowaga między pracą a życiem codziennym. Pań, które mówiły podobnie, było o 5 punktów procentowych mniej.

Z raportu wynika, że najszcześniejszy pracownik to żonaty 39-latek, mający jedno dziecko. Pracuje na stanowisku menedżerskim w niepełnym wymiarze godzin (żona też pracuje w niepełnym wymiarze czasowym), a roczne dochody jego gospodarstwa domowego wahają się między 150 a 200 tys. dolarów. Na drugim końcu skali, najbardziej niezadowolona jest 42-letnia kobieta zatrudniona na stanowisku specjalisty, zarabiająca rocznie poniżej 100 tys. dolarów [Pocztowski 2008, s. 379-382].

Konflikt pomiędzy pracą a życiem osobistym jest w Europie powszechny. Szacuje się, że w jakiejś formie doświadcza go ponad 25% Europejczyków.

- 27% pracowników w UE uznaje, że spędza zbyt dużo czasu w pracy;
- 28% ma poczucie, że zbyt mało czasu spędza z rodziną;
- 36% uznaje, że nie ma wystarczająco dużo czasu dla przyjaciół i na inne kontakty społeczne;
- 51% jest przekonanych, że ma zbyt mało czasu na hobby i zainteresowania [Kotowska i in. 2010, s. 1-96].

Badania przeprowadzone przez Organizację Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) w 2009 r. pokazały, że Polacy znajdują się w światowej czołówce pracusiów. Pracujemy średnio 1984 godziny rocznie, co daje nam drugie miejsce za Koreą Południową. Średnia Unii Europejskiej to 1550 godzin rocznie. Mniej od nas pracują m.in. Japończycy, Brytyjczycy, Amerykanie i Niemcy.

Ciekawe że Polacy pytani w sondażu CBOS o stopień zaangażowania w rodzinę i pracę zupełnie inaczej oceniają siebie w porównaniu ze swoimi znajomymi (2008 r., próba losowa – 1094 osoby dorosłe). Na przykład prawie 70% respondentów uznało, że rodzina stanowi główną treść ich codziennego życia. Natomiast zapytani o to, jak postrzegają pod tym względem znajomych, aż 71% odpowiedziało, że skupiają się oni głównie na pracy, a dopiero na kolejnej pozycji plasuje się życie rodzinne (52%). Okazuje się, że kobiety częściej niż mężczyźni dbają o swoje zdrowie i życie rodzinne. Mężczyźni natomiast koncentrują się na zdobywaniu pieniędzy, pracy, korzystaniu z życia oraz lenistwie [<http://kadry.infor.pl/kadry/hrm...>].

Wszyscy ludzie funkcjonują na trzech głównych obszarach. Obszary te, lub płaszczyzny naszego życia, to praca, rodzina i szersze społeczności. Osoba żyjąca w równowadze czuje się swobodnie na wszystkich trzech płaszczyznach, potrafi być sobą i odnaleźć się w każdym z tych trzech obszarów, odegrać w nim swoją rolę, w każdym odczuwając satysfakcję. Człowiek rozwija się przez całe życie i do swojego rozwoju potrzebuje różnorodnych informacji. Takich informacji dostarcza mu funkcjonowanie w rodzinie, w miejscu pracy i w społecznościach lokalnych. Tylko poruszanie się po trzech obszarach życia jednocześnie zapewnia jednostce odpowiedni rozwój i równowagę.

Obszar „rodzina” pozwala jednostce na zaspokojenie dwóch istotnych potrzeb znanych z hierarchii potrzeb według Abrahama Masłowa. Są nimi potrzeba bezpieczeństwa i afiliacji. Na potrzebę bezpieczeństwa składają się takie wartości, jak potrzeba stałości i pewności, zależności, opieki, wolności od strachu czy nawet ograniczeń i silnego opiekuna. Rodzina zaspokaja również potrzeby społeczne jednostki:

są to potrzeby kontaktów interpersonalnych, miłości i przynależności. Nie ma wątpliwości, że rodzina jako podstawowa komórka społeczna jest niezbędnym elementem prawidłowego rozwoju każdej jednostki, źródłem relacji emocjonalnych.

Zdefiniowanie obszaru „szersze społeczności” nastęrcza najwięcej trudności, chociaż jego funkcja w życiu jednostki jest oczywista. Na tej płaszczyźnie zaspokajane są podobne potrzeby jak w przypadku rodziny. Różne kręgi kontaktów interpersonalnych, w tym rodzina, są źródłem wartości i zasad społecznych, lecz wiążą się one z wcześniej ukształtowanymi potrzebami, a także z potrzebą poszerzania swoich kontaktów społecznych.

W ramach obszaru „praca” nie tylko zarabiamy na swoje utrzymanie, ale dodatkowo zaspakajamy potrzeby szacunku, osiągnięć i prestiżu. Tu też najlepsze warunki rozwoju znajdować może potrzeba samorealizacji.

Taki właśnie układ trzech obszarów życia każdego człowieka stanowi odzwierciedlenie równowagi życiowej jednostki. Problem pojawia się w momencie, gdy jeden z obszarów rozrasta się kosztem pozostałych [Robak 2010, s. 206]. Wiadomo że czas jest zasobem rzadkim i takim zapewne pozostanie i nigdy nie będzie go wystarczająco dużo. Czas w nadmiarze poświęcany pracy musi pochodzić z puli przeznaczonej dla innego obszaru. Wydaje się jednak, że prawdziwy problem pojawia się wtedy, gdy obszar „praca” zabiera nie tylko czas przeznaczony na spełnianie się na pozostałych dwóch obszarach, lecz także zarezerwowane dla nich z założenia funkcje. Chodzi tutaj o sytuację, w której jednostka zaspokaja swoje potrzeby społeczne nie na obszarze „rodzina” czy „społeczność”, ale właśnie na obszarze „praca”. O okoliczności, w których potrzeba afiliacji, miłości, kontaktów społecznych, stałości czy nawet opieki zaspokajane są w miejscu pracy czy sytuację, w której miejsce pracy przejmuje funkcje społeczne, zastępując tradycyjne więzi społeczne nowymi, jeszcze bardziej wiążącymi pracownika z organizacją. Jeśli spędzamy coraz więcej czasu w pracy, oznacza to, że coraz mniej poświęcamy go rodzinie i otaczającej nas społeczności.

Coraz mniej czasu mamy na relacje rodzinne, przyjacielskie i sąsiedzkie. Nasuwa się zatem pytanie, w jaki sposób zaspokajamy zatem potrzeby, które wcześniej udawało się nam realizować w relacjach z bliskimi, w jaki sposób dajemy upust takim uczuciom i emocjom, jak miłość, zaangażowanie, poświęcenie. Czy potrzeby te może zaspokoić miejsce pracy? Każdy pracownik z całą pewnością ma własną percepcję tego, czy udaje mu się zachować równowagę pomiędzy życiem zawodowym a życiem osobistym. Rozumienie własnych potrzeb jest podstawowym warunkiem zachowania tej równowagi.

Konflikt pomiędzy pracą a rodziną można uznać za czynnik stresogenny. Badania wykazały i potwierdziły, że ma on dla ludzi istotne konsekwencje negatywne. Zauważono, że jest powiązany z licznymi oznakami gorszego zdrowia i gorszego samopoczucia, czyli m.in. z:

- gorszym zdrowiem psychicznym i fizycznym;
- mniejszym zadowoleniem z życia;

- wyższym poziomem stresu;
- większym wyczerpaniem emocjonalnym;
- wykonywaniem mniejszej ilości ćwiczeń fizycznych;
- wyższym prawdopodobieństwem popadnięcia w alkoholizm;
- silniejszym niepokojem i większym przygnębieniem;
- słabym apetytem;
- zmęczeniem [Rose, Hunt, Ayers 2007, s. 257].

Konflikt między pracą a rodziną nie tylko generuje problemy u osób zatrudnionych, ale działa także na szkodę przedsiębiorstw.

5. Wnioski

Łączenie kariery z życiem prywatnym jeszcze nigdy nie było takie trudne. Pogodzenie tych dwóch sfer, czyli osiągnięcie wysokiego poziomu *work-life balance*, stanowi jedno z największych wyzwań dla współczesnych społeczeństw. Osiągnięcie harmonii jest jednak jak najbardziej możliwe. Człowiek odgrywający swoje role w życiu codziennym może kreować się jako aktor i dokonywać wyborów ról.

Firth formułuje 10 zasad (kroków) utrzymania równowagi praca–życie. Sześć pierwszych dotyczy zarządzania samym sobą. Są one następujące:

1. Trzeba pamiętać, że zagadnienie równowagi między pracą a życiem, w rzeczywistości ma trzy elementy. Tym trzecim składnikiem jest sam człowiek próbujący wspomnianą równowagę utrzymać lub odzyskać. Bez gotowości zmiany siebie nie można liczyć na sukces.

2. Równowaga praca–życie ma naturę subiektywną i zmienną w czasie.

3. W dużym stopniu jest ona sprawą intuicji (w każdym razie bardziej zależy od intuicyjnego wyczucia niż od racjonalnego planowania).

4. Ważną umiejętnością związaną z równowagą stanowi zdolność do mówienia nie (czasami trzeba to robić w domu, czasami w pracy).

5. Zdobywanie i utrzymywanie równowagi wymaga pracy z tymi sferami życia, w których człowiek czuje się najmniej komfortowo. Wiązać się może z reformą zarządzania czasem lub zmianą sposobu myślenia.

6. Bardzo trudno jest osiągnąć równowagę bez przyjrzenia się szerszym kontekstom swojego życia. Przede wszystkim chodzi o rozważenie podstawowych celów własnej działalności. Czasami, paradoksalnie, takie podejście może spowodować wzięcie na siebie nowych aktywności (zazwyczaj o charakterze *non profit*), by coś dać światu.

Następne trzy kroki dotyczą zarządzania innymi ludźmi:

7. Należy mówić w miejscu pracy o równowadze.

8. Ważne jest maksymalnie elastyczne i indywidualne podejście do pracowników, zrozumienie ich specyficznych ról, jakie pełnią poza pracą, a także ich osobistych zasad i wartości.

9. Należy wyznaczać konkretne cele, ale rozluźniać granice sposobów ich wykonania, pozostawiając sporo miejsca inicjatywie podwładnych.

10. Ostatni krok to złota zasada: życie jest trudne. Nie zawsze udaje się zachować równowagę między pracą i życiem, ale zawsze warto próbować [Firth 1978, s. 96].

Należy pamiętać, że życie i praca to sztuka grana przez człowieka.

Literatura

- Bird J., *The 2 Legs of Your Company's Work-Life Balance Ladder*, A Complete. Ongoing Corporate Work/Life, www.worklifebalance.com/assets/pdfs/ladder.pdf (12.01.2014).
- Clutterbuck D., *Równowaga między życiem zawodowym a osobistym*, Wydawnictwo PETIT, Warszawa 2005.
- Firth D., *The Case of August D'Esté*, Cambridge University Press, Cambridge 1978.
- Goffman E., *Człowiek w teatrze życia codziennego*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1981.
- Greenhaus H.J., Collins M.K., Shaw D.J., *The relation between work-family balance and quality of life*, „Journal of Vocational Behaviour” 2003, vol. 63.
- http://kadry.infor.pl/kadry/hrm/zarzadzanie/artykuly/524602,rownowaga_praca_zycie_kluczowym_elementem_zdrowej_organizacji.html#ixzz2t8h6lA8K (14.01.2014).
- Kotowska E.I., Matysiak A., Styrz M., Paillhe A., Solaz A., Vignoli D., Vermeulen G., Anderson R., *Second European Quality of Life Survey: Family life and work*, Office for Official Publications of the European Communities, Luxembourg 2010.
- Pocztowski A., *Praca i zarządzanie kapitałem ludzkim w perspektywie europejskiej*, Oficyna Ekonomiczna, Łódź 2008.
- Robak E., *Kształtowanie równowagi między pracą a życiem osobistym pracowników jako istotny cel współczesnego zarządzania zasobami ludzkimi*, [w:] *Wyzwania dla współczesnych organizacji w warunkach konkurencyjnej gospodarki*, Wydawnictwa AGH, Kraków 2010.
- Rose S., Hunt T., Ayers B., *Adjust the Balance: Literature Review Life Cycles and Work Life Balance*, Centre for Health Psychology, Staffordshire University, 2007.
- Yogananda P., *Istota samourzeczywistnienia*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2005.

ART OF SUSTAINABLE LIFE

Summary: All people operate in three main areas. These areas, or the planes of our life, are: work, family and wider communities. A person living in balance feels comfortable on all three planes, can be themselves and find themselves in each of these three areas feeling satisfaction in each of them, can play their roles in life. The problem arises when one of the areas is growing at the expense of others. The purpose of this article is to present the components of the balance of life and the effects of its absence.

Keywords: balance of life and work, social roles.