

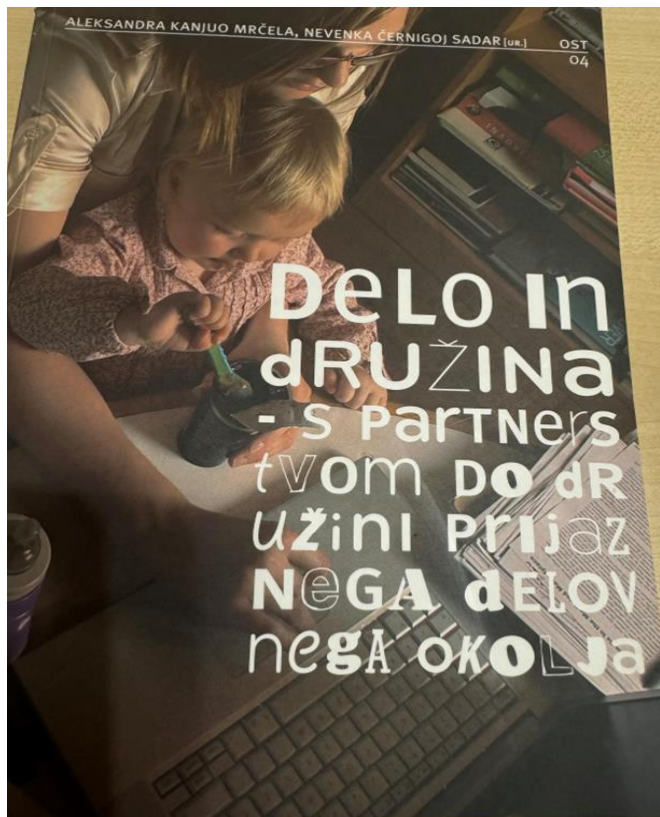


Vse pravice pridržane. Gradiva ni dovoljeno razmnoževati ali razpošiljati v kakršnikoli obliki brez predhodnega pisnega dovoljenja avtorice ter Ministrstva za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. Prav tako gradiva ni dovoljeno predelati.

Usklajevanje poklicnega in zasebnega življenja v digitalni dobi

Prof.dr. Aleksandra Kanjuo Mrčela
Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani

Volk dlako menja, narave pa ne!



Marija, M. vodja projektov v tehnološkem podjetju

Marijin dan se začne s preverjanjem **e-pošte** na telefonu, še preden vstane iz postelje. Čez dan opravlja **več nalog**, pri čemer jo nenehno prekinjajo obvestila iz **različnih aplikacij**.

Celo med družinskimi večerjami ji telefon brni od sporočil, povezanih z delom. Zaradi **te nenehne povezanosti** se Maria počuti **izčrpano**, pod **stresom** in **se ne more posvetiti zasebnem življenju** kot bi želela.



Študije so pokazale, da lahko nenehna izpostavljenost digitalnim dražljajem poslabša našo sposobnost osredotočanja, zmanjša produktivnost in poveča raven stresa.

Hemp, P. 2009. Death by Information Overload. Harvard Business Review

Kako razmišljati o prihodnosti usklajevanja dela in zasebnega življenja?

ne romantizirati starega, ne glorificirati novega in razumeti sedanjost

- digitalna povezanost in dostopnost, projektno delo, pomankanje organizacijske podpore, pojav FOMO (biti v toku);
- samozaposleni, digitalni nomadi. in delavci v gig-ekonomiji + razdrobitev ekonomije (gigifikacija in individualizacija dela)

Danes imajo ljudje pogosto občutek, da so njihova **zasebna življenja niz pasti**... sociološka imaginacija... je sposobnost razumevanja povezanosti osebnih izkušen **z družbenimi in zgodovinskimi silnicami**, ki oblikujejo njihova življenja.

(C. W. Mills, 1959)

Zasebno/osebno je politično! (Carol Hanisch, 1969)

Kdo?

Družbeno-
ekonomsko
okolje

Delovna okolja

Posamezniki_ce

- Evropska Unija in države članice
- Podjetja in organizacije
- Posameznice in posamezniki



- Zakonodaja in ukrepi
(pravica do odklopa; direktiva o platformnem delu: direktiva o uklajevanju dela in zasebnega življenja,...)
- Ekonomska ureditev (trajnostni razvoj)
- Kultura življenja (dobra družba)

Prihodnost ravnovesja med delom in zasebnim življenjem

- nenehne spremembe načinov in organizacije dela v digitalni dobi
- prednosti in izzivi

oblikovanje **strategij** za ohranjanje ravnovesja in zagovarjanjem podpornih politik, da lahko ustvarimo **bolj zdravo in trajnostno delovno okolje in podpiramo bolj zadovoljne ljudi in socialno okolje** (družine, prijatelji skupnosti);

Čas je za preusmeritev!

