

**Білошицька Ірина Василівна**  
Житомирський державний  
технологічний університет  
*Науковий керівник:*  
**к.е.н., доц. Кулаковська Л.П.**

## **ПОЄДНАННЯ РОБОТИ І СІМ'Ї – ГАРМОНІЙНИЙ РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ ЖІНКИ**

Баланс між роботою та особистим життям – природне прагнення будь-якої жінки, неважливо керуєш ти транснаціональною корпорацією чи працюєш простим менеджером. Без досягнення цієї рівноваги неможлива повна реалізація людини як особистості. До того ж, гармонійне поєднання інтересів роботи та сім'ї дає переваги не тільки співробітників, але й його компанії.

Баланс між роботою та сім'єю – це не лише догляд за дітьми. Це, насамперед, знаходження рівноваги між тим, що ми досягаємо на роботі та вдома, будучи достатньо „свіжими” для генерування нових ідей та рішень.

Питання культури материнства хвилювало західноєвропейських класиків: Я. Коменського, Й. Песталоцці, Ж.-Ж. Руссо, М. Монтессорі, П. Кергомар та ін. Почесне місце жінці-матері у своїх працях відводили українські діячі: В. Мономах, Г. Сковорода, Т. Шевченко, К. Ушинський, В. Сухомлинський, М. Пирогов, Л. Українка, І. Франко, В. Зеньківський, М. Стельмахович та ін.

Роль роботи в світі змінювалась згідно з економічними умовами і соціальними вимогами. Якщо спочатку вона була необхідною умовою існування, то сьогодні може і має бути джерелом особистого задоволення. Одним із засобів для досягнення рівноваги між особистими і професійними цілями сучасної жінки є програми із забезпечення балансу між роботою та сім'єю. Хоча такі практики все ще є рідкістю і більш актуальним для бізнес-середовища є принцип 24/7 (робота 24 години 7 днів на тиждень), проте процес змін вже розпочався. „Важливість оплачуваної роботи не завжди дозволяє людям достатньо піклуватися про своїх близьких, насамперед про дітей, і проводити з ними достатньо часу. Законодавче регулювання праці має бути доповнено законодавчими гарантіями турботи. Час, що проводиться з сім'єю, не має підлаштовуватися під робочий графік, а повинен розглядатися як самостійна цінність”, – йдеться у брошурі „Батьківство в сучасній Європі: позитивний підхід”, випущеній Радою Європи в 2007 році.

У наш час і за нинішньої економічної ситуації головною метою компаній є отримання прибутку і контроль за коштами. Проте, недотримання балансу між роботою і сімейним життям може спричинити втрату компанією частини прибутку – щорічно це 20 млрд. доларів.

Виконання значних обсягів роботи нерідко призводить до стресу, захворювань, депресії. Згідно з дослідженнями, проведеними в США:

- 62% працівників зазначили, що вони страждають через надмірну втому;
- 50% не мають часу для своєї родини і близьких людей;
- 30% регулярно хворіють через надмірну завантаженість роботою.

Вищезазначені проблеми мають негативні наслідки у всіх сферах діяльності працівника. Вони можуть проявлятися у відсутності на робочому місці, недостатньо професійному виконанні обов'язків, збільшенні кількості помилок і зменшенні мотивації.

В Україні концепція балансу між роботою та сім'єю не набула такого поширення, як за кордоном. Лише деякі компанії (переважно зарубіжні представництва) декларують використання практик балансу між роботою та сім'єю. Однією з причин такого повільного розвитку даної концепції серед вітчизняних компаній є недостатня поінформованість щодо таких практик. Інколи, представники компаній навіть не здогадуються про те, що їх ініціативи відносяться до даної концепції. Тому виникає необхідність в інформуванні представників компанії щодо суті концепції балансу між роботою та сім'єю, формами та етапами її впровадження.

У сучасному житті жінці, яка має сім'ю, доводиться багато працювати і заробляти, щоб утримувати будинок і дітей. І незважаючи на те, що успішна кар'єра і щаслива родина здаються двома абсолютно несумісними речами, сьогодні можна зустріти безліч прикладів, коли жінці вдається знаходити час і на те, і на інше одночасно.

Якщо в наших бабусь було лише одне завдання в житті та один обов'язок перед суспільством – вийти заміж та виховати дітей, то у сучасних жінок великий вибір у житті. Жінки XXI сторіччя демократично ставляться до свого способу життя і воліють освоїти професію, досягти успіхів у кар'єрі, подорожують та вивчають себе, перед тим як створити сім'ю та народити дітей, щоб потім уже ні про що не шкодувати.

Не потрібно ставитися до кар'єри фанатично, тобто йти з дому в шість ранку і повертатися о дванадцятій ночі з єдиним бажанням впасти в ліжку і заснути. Таким способом можна домогтися лише хронічної втоми, вічної нервозності і в підсумку, як ускладнення, розлучення і втрати сім'ї. У всьому повинна бути міра.

Можна досягти ідилії, поєднуючи сім'ю і кар'єру, але це суміщення повинно бути гармонійне як інь і янь, дружина повинна підтримувати чоловіка, бути його радницею і наставницею, а в свою чергу чоловік не повинен забувати про інтереси жінки і давати можливості для її самореалізації і не боятися можливого успіху або навіть вишості дружини. Адже кар'єра багато в чому залежить від благополуччя сім'ї, а саме доброзичливої атмосфери між подружжям. Адже коли в будинку все чудово і у тебе гарний настрій, тоді з'являється ентузіазм працювати і заробляти гроші, що б витратити їх на дорогих тобі людей.

Сім'я є невід'ємним елементом кар'єри, оскільки дуже складно домогтися успіху самотужки, а рідні завжди щиро допоможуть, підкажуть і підштовхнуть при необхідності. Багато відомих людей у своїх нескінченних інтерв'ю не раз акцентували на тому, що своїм успіхом вони зобов'язані саме дружинам або чоловікам, які висловлювали підтримку у всьому.

Займаючись кар'єрою не потрібно забувати про сім'ю, тому що ці поняття мають бути взаємопов'язані і не

перешкоджати один одному.

І найголовніше потрібно дотримуватися гармонії і в усьому знати міру як у відносинах в сім'ї, так і на роботі.

Пошуки компромісів, поєднання кар'єри і сім'ї – справа не проста, але це можливо. Не варто в житті ігнорувати свої професійні потреби, відмовлятися від розвитку талантів на роботі, а також не треба закривати своє серце від стосунків з коханою людиною та відмовлятися від сімейного щастя і дітей.

Психологи радять не ставитися до життя байдуже, не плисти за течією, не здійснювати вчинки на вимогу моди або суспільства. Кожен день, кожна мить слід віддавати собі звіт в тому, що ми робимо. Життя – це діяльність, яка щохвилини змінює свої цілі.

В арсеналі сучасної жінки є все необхідне, щоб успішно поєднувати пересування по етапах кар'єрного росту з щастям і взаєморозумінням в сім'ї. Жінці, яка бажає поєднати в своєму житті кар'єру з сім'єю, в першу чергу, потрібно добре все зважити і зрозуміти, чого саме і від кого саме вона чекає. А потім вже діяти у відповідності зі своїми очікуваннями і бажаннями. Більшість психологічних проблем у сім'ї виникають від того, що в дійсності в них немає істинної ясності.

Отже, голова сучасної жінки сповнена різних ідей. Вона готова ділитися ними і втілювати їх у життя.

При цьому їй постійно доводиться доводити якщо не свою перевагу над чоловіками, то хоча б рівність з ними. Це відбувається скрізь: в офісі, на дорозі, у спорті. Сучасна жінка щаслива тільки тоді, коли повністю реалізована. Інакше вона не заспокоїться до тих пір поки не доб'ється її, цієї самореалізації. На це будуть кинуті всі її сили, вона буде працювати ночами, відвідувати всілякі курси, вона піде по головах, якщо таке знадобиться.

Як висновок варто відзначити, що:

1. В українському суспільстві на сучасному етапі розвитку існують проблеми щодо поєднання жінкою роботи і сім'ї.
2. На ринку праці ця проблема призводить до проявів дискримінації.
3. Практика зарубіжних країн вказує, що дисбаланс між роботою і сім'єю призводить не тільки до розладів у сім'ї, а й до втрат прибутків компаніями.
4. Виникає необхідність в наукових теоретичних розробках балансу витрат часу на роботу і сім'ю.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Газета „Дзеркало Тижня. Україна”. – 2013.
2. Сучасна жінка – сім'я і бізнес [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://maryse.ru/page/suchasna-zhinka-simja-i-biznes>. – Назва з екрану.
3. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова – М.: 1996. – 190 с.
4. Могилевкин Е.А. Карьерный рост: диагностика, технологии тренинги: монография / Е.А. Могилевкин. – СПб: „Речь”, 2007. – 339 с.
5. Москаленко О.В. Акмеология профессиональной карьеры личности: учебное пособие / О.В. Москаленко, Л.Г. Почубут, В.А. Чикер. – СПб. Изд-во „Речь”, 2002. – 298 с.
6. Статті, поради, інструкції [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://megasite.in.ua>. – Назва з екрану.