

# Balansējot starp darbu, mācībām un privāto dzīvi

Artūrs Pokšāns, Helēna Kubila

LU Kultūras un sociālās antropoloģijas nodaļa

# Darba un privātās dzīves līdzsvars

- Agrīnais 20. gadsimts un industriālā revolūcija
  - Darbs un privātā dzīve kā nodalītas sfēras
  - Strādnieku dehumanizācija un mēģinājumi to novērst
- 20. gadsimta vidus līdz 21. gadsimtam
  - Sievietes kā darbaspēks
  - Zināšanu ekonomika
- “Cilvēks-projekts” – 21. gadsimta pieeja nodarbinātībai
  - Nodarbinātības *projektizācija*
  - Tehnoloģiju ietekme
  - Medikalizācija un individualizācija

Agrīnais 20.  
gadsimts un  
industriālā  
revolūcija



This Photo by Unknown Author is licensed under [CC BY](#)

Strādnieku atsvešinātība no  
darba vietas  
Strādnieks-mašīna

# 20. gadsimta vidus līdz 21. gadsimtam

- Sieviešu "ienākšana"
- Zināšanu ekonomika

**AIRLINES  
NEED  
WOMEN!**

**TRAIN AT HOME!**

→ **HOSTESS**  
→ **RECEPTIONIST**  
→ **RESERVATIONIST**  
→ **TICKET AGENT**

**Fascinating Airline Careers Open for Women!  
Romance! Adventure! Travel! Good Pay!**

Women—train at home for a career in commercial aviation! Airlines need hostesses, receptionists, ticket agents, reservationists. Jobs are interesting, exciting and offer good pay, rapid advancement, secure future. Work near home, away from home, in foreign lands. Airline jobs offer romance, adventure, travel. Complete home-study course prepares you. Training under supervision of experienced airline personnel. Free placement service anywhere in the United States.

**Mail Coupon NOW for FREE Details!**

This may be your chance for a lifetime career of romance, adventure and travel...**PLUS** good pay and security. Airlines are booming... and they need thousands of trained, qualified women for non-technical positions. Mail coupon or card!

**CAREERS WITH AIRLINES**  
Dept. H-3 P.O. BOX 231,  
MURRAY HILL STA., N. Y. 16, N. Y.

**CAREERS WITH AIRLINES Dept. H-3  
P.O. BOX 231, MURRAY HILL STA., N. Y. 16, N. Y.**

Ask me FREE and without obligation full information about careers for women in aviation.

Name \_\_\_\_\_ Age \_\_\_\_\_  
Address \_\_\_\_\_  
City \_\_\_\_\_ State \_\_\_\_\_

No salesman will call — All information comes by mail!

# Cilvēks- projekts" – 21. gadsimts

## NEW IDEAL WORKER MODEL

Luckily, the notion of qualities an ideal worker must possess has evolved within corporate organizational culture

New ideal worker model

Traditional ideal worker	Multi-faceted worker
 <b>CONCERNS</b> = work	 His life is comprised of <b>VARIOUS FACETS</b> ...
 <b>TIME</b> = work	...which <b>GENERATE POSITIVE SYNERGIES AMONG</b> each other
 <b>ENERGY</b> = work	He doesn't neglect his <b>FAMILY LIFE</b> or <b>PERSONAL ASPIRATIONS</b>
 <b>FEELINGS</b> = work	He learns <b>NEWS SKILLS</b>

How do organizations bet on multi-faceted workers?

- By adapting corporate vocabulary to the new ideal worker concept.
- By promoting **open spaces for discussion**.
- Middle management** should lead the way by example.
- By using data to prove the benefits of this new model.

people.acclona.com PEOPLE | acciona

- Nodarbinātības projektizācija
- Tehnoloģiju ietekme
- Medikalizācija un individualizācija

# Apkopojums

- Izpratne par darba un privātās dzīves attiecībām ir mainīga un cieši saistīta ar vispārēju izpratni par darba nozīmi cilvēku dzīvē
- Darba un privātās dzīves līdzsvars var tikt piesaukts lai reproducētu sabiedrībā pastāvošos aizspriedumus
- Svarīgi turpināt pētījumus par īpaši neaizsargāto grupu iespējām ietekmēt savu nodarbinātības pieredzi

# ATBILDĪBA, LABBŪTĪBA UN STUDIJU ATTIECĪBAS AUGSTĀKAJĀ IZGLĪTĪBĀ

Pētījuma ziņojums izstrādāts projekta “Stiprinot ģimenes, kopienas un attiecības: antropoloģiska pieeja vardarbības izpētei” ietvaros. Projekta nr. Izp-2018/1-0068

# Pētījuma apraksts

- Kultūras un sociālās antropoloģijas 2. kursa studentu pētījums
- 2021. pavasara semestris
- Psiholoģijas studiju programma
- 25 dalībnieki (17 neklātiene)
- Videozvanu un tērzētavu intervijas



# Studentu atbirums

- Kāpēc?
- Nesagatavotība vai atbalsta trūkums?
- Risinājums- stingrākas uzņemšanas prasības
- Sekas- Smagāka nasta studentu pleciem

# Studenta ideāls

*“Frustrācija ir tas, ka gribas visu izdarīt labāk un gūt labākus vērtējumus. Jo vērtējumi ļoti motivē un tie, kas nesanāk, liek justies diskomfortabli.” (Ieva)*

- Studenta statuss- identitāti veidojošs faktors
- Dihotomija- būs vai nebūs?
- “Nepamatoti” brīvais laiks, “neproduktīvais” laiks
- Kauns un vilšanās

168h = 1 nedēļa

- 40h – mācības
- 49h – miegs
- 79 h – Darbs? Ģimene? Privātā dzīve? Laiks sev?



*“Slimība man vismaz nenāk pēkšņi, es parasti jūtu, būs slikti, un es veicu visus profilaktiskos pasākumus, un pa lielam es neslimoju. Nu, es nevaru atļauties. Kā es varu slimot, ja man ir dzīvnieki un man ir bērni? Viņiem tak vienalga, vai es slimoju vai neslimoju. Man ir jāiet tāpat.” (Alise)*

# Sekas: stress un izdegšana

*“Ar studijām vairāk ir bezmiegs, nogurums, aizkaitināmība psiholoģiski. Somatiski ir – galvassāpes, fiziskās izjūtas, ir bijis, ka veidojas iekaisumi, aktivizējas muguras sāpes, parādās iepriekš nekad nebijušas kaites, piemēram, asinsizplūdums acī, kas pāriet burtiski 1-2 dienu laikā pēc stresa.” (Reinis)*

- Cēloņi: laika organizācija, dzīvesveids, mentālā veselība
- Laika atvēlēšana sev tikai tad, kad “pavilkt vairs nevar”
- “Pareizais” un “nepareizais” -> vainas apziņa

*“Es tajā brīdī sev ļoti par to pārmetu, par to, ka es esmu iekavējusi un tā tālāk, bet pēc tam es paņēmu kaut kādu vienu, divas dienas, kur es nekoncentrējos vispār uz studijām, kur es vairāk koncentrējos tieši uz sevi, kad es vienkārši atpūtos...” (Maija)*

# Kāpēc studenti vēlas turpināt?

- Personīgi mērķi
- “Ideāla” realizēšana, statuss
- Komunikācija ar kursabiedriem
- Pasniedzēju studiju organizācija
- Atbalsts no tuviniekiem
- Pašorganizācija



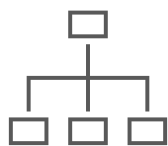
# Risinājumi



Atbalsta paplašināšana un pielāgošana



Vienlīdzīgāku attiecību veidošana



Strukturāli ieteikumi



Atbalsta  
paplašināšana  
un pielāgošana

- **Atbalsts studējošajiem vecākiem un strādājošajiem studentiem**
- Nevienlīdzības mazināšana stipendiju un budžeta vietu piemērošanā
- Psiholoģiskā atbalsta popularizēšana
- Izcilības kultūras problematizēšana
- Mazināt problēmsituāciju normalizēšanu



Atbalsta  
paplašināšana  
un pielāgošana

- Atbalsts studējošajiem vecākiem un strādājošajiem studentiem
- **Nevienlīdzības mazināšana stipendiju un budžeta vietu piemērošanā**
- Psiholoģiskā atbalsta popularizēšana
- Izcilības kultūras problematizēšana
- Mazināt problēmsituāciju normalizēšanu





Atbalsta  
paplašināšana  
un pielāgošana

- Atbalsts studējošajiem vecākiem un strādājošajiem studentiem
- Nevienlīdzības mazināšana stipendiju un budžeta vietu piemērošanā
- **Psiholoģiskā atbalsta popularizēšana**
- Izcilības kultūras problematizēšana
- Mazināt problēmsituāciju normalizēšanu



Atbalsta  
paplašināšana  
un pielāgošana

- Atbalsts studējošajiem vecākiem un strādājošajiem studentiem
- Nevienlīdzības mazināšana stipendiju un budžeta vietu piemērošanā
- Psiholoģiskā atbalsta popularizēšana
- **Izcilības kultūras problematizēšana**
- Mazināt problēmsituāciju normalizēšanu



Atbalsta  
paplašināšana  
un pielāgošana

- Atbalsts studējošajiem vecākiem un strādājošajiem studentiem
- Nevienlīdzības mazināšana stipendiju un budžeta vietu piemērošanā
- Psiholoģiskā atbalsta popularizēšana
- Izcilības kultūras problematizēšana
- **Mazināt problēmsituāciju normalizēšanu**



Vienlīdzīgāku  
attiecību veidošana

- **Studentu iesaiste studiju organizācijā**
- Attiecību hierarhijas samazināšana
- Iesaistošs un uz sadarbību vērsts attālināto studiju formāts



Vienlīdzīgāku  
attiecību veidošana

- Studentu iesaiste studiju organizācijā
- **Attiecību hierarhijas samazināšana**
- Iesaistošs un uz sadarbību vērsts attālināto studiju formāts



Vienlīdzīgāku  
attiecību veidošana

- Studentu iesaiste studiju organizācijā
- Attiecību hierarhijas samazināšana
- **Iesaistošs un uz sadarbību vērsts attālināto studiju formāts**



Strukturāli  
ieteikumi

- Savstarpējās saziņas uzlabošana
- Labo piemēru apmaiņa pasniedzēju vidū



Strukturāli  
ieteikumi

- Savstarpējās saziņas uzlabošana
- Labo piemēru apmaiņa pasniedzēju vidū



The image features a white background with two large, solid orange geometric shapes. On the left, there is a trapezoidal shape that tapers towards the right. On the right side, there is a triangular shape pointing towards the left. The text 'Paldies par uzmanību!' is centered in the white space between these two shapes.

Paldies par uzmanību!