

Oamenii muncesc mai mult atunci când lucrează de acasă (studiu)

37% dintre respondenții unui studiu care au experimentat și munca de la birou și munca de acasă spun că lucrează mai mult, ca timp alocat, atunci când muncesc de acasă, pentru că apar spontan mai multe activități, vor să demonstreze că pot lucra eficient sau întrerup lucrul pentru activități casnice.

"Oamenii muncesc mai mult atunci când lucrează de acasă. 37% dintre respondenții care au experimentat și munca de la birou și munca de la domiciliu/ regimul telemunca spun că lucrează mai mult, ca timp alocat, atunci când muncesc de acasă. 35% spun că nu au observat un tipar sau lucrează la fel de mult în ambele situații, iar cei mai puțini, 28%, sunt de părere că muncesc mai mult de la birou. Principalele motive ale unui program de muncă prelungit de acasă sunt: apar spontan mai multe activități ce trebuie rezolvate - 47%; vor să demonstreze că pot lucra eficient, sau chiar mai eficient, și de acasă - 42%; prefera să nu se întrerupă din ritmul de muncă/ concentrare - 38%; întreruperi datorate membrilor familiei sau activităților casnice - 30%", potrivit unui comunicat al agenției de cercetare de piață Wisemetry Research, realizatorul studiului.

Femeile se regăsesc în mai mare măsură în situația de a munci mai mult atunci când lucrează în regim telemunca. Mai mult de atât, în rândul celor care se întrerup de la sarcinile de lucru pentru a se ocupa de activități domestice 78% sunt femei și doar 22% sunt bărbați.

Întreruperile din timpul zilei pot impacta în mod real timpul alocat lucrului, prin fragmentarea fluxului de concentrare, sau pot genera percepția că s-a muncit mai mult prin prisma faptului că duc la epuizare mentală și la un efort sporit/ ritm alert de activitate pe parcursul zilei.

"În comparație cu munca de la birou, telemunca încurajează gândirea creativă, dar pentru unii angajați poate întreține stări de anxietate și poate îngreuna comunicarea între colegi. Peste o treime dintre respondenți consideră că sunt mai creativi atunci când muncesc de acasă, în timp ce un sfert apreciază că munca de la birou îi ajută să fie mai creativi. În plus, munca de acasă pare să încurajeze și adoptarea unor obiceiuri de viață sănătoase, precum luarea mesei de prânz și desfășurarea activităților fizice/ sportive", se precizează în comunicatul citat.

Pe de altă parte, 31% dintre angajați consideră că au stări de anxietate mai frecvente atunci când lucrează de acasă, comparativ cu 25% care se simt mai anxioși atunci când muncesc de la birou.

Majoritatea sunt de părere că munca de la birou facilitează comunicarea între colegi: peste 50% dintre respondenți comunică mai bine cu echipa atunci când lucrează de la birou, în timp ce mai mult de o treime consideră că pierde controlul asupra a ceea ce fac ceilalți din echipa atunci când lucrează de acasă.

Telemunca are plusuri și minusuri: poate spori nivelul de satisfacție față de munca, dar în același timp oamenii se pot confrunta cu sentimente de alienare în lipsa interacțiunii fizice cu ceilalți și dificultăți în separarea vieții personale de cea profesională.

În primul rând trebuie menționat că telemunca este o opțiune mai degrabă pentru anumite categorii de angajați, vorbim despre acei muncitori denumiți white-collars (gulere albe), subliniază comunicatul.

"Printre avantajele telemuncii putem enumera și flexibilitatea, oamenii își pot ajusta programul de lucru la propriile lor nevoi și responsabilități/ circumstanțe personale, iar o astfel de personalizare poate spori satisfacția resimțită față de munca. Teoria schimbului social spune că un angajat mai satisfăcut de locul sau de munca va lucra mai eficient și va depune voluntar mai mult efort pentru a-și demonstra utilitatea. Faptul că 42% se străduiesc să demonstreze că lucrează eficient și de acasă este un indiciu că oamenii vor să beneficieze în continuare de această flexibilitate - regim mixt de lucru, însă suplimentarea timpului alocat muncii este un semnal de alarmă

pentru departamentele de HR, care ar trebui sa monitorizeze atent bunastarea angajatilor în aceasta perioada si sa organizeze sesiuni online de team building pentru a mentine coeziunea echipei", a explicat Tania Chilin, sociolog si consultant la Wisemetry Research.

Studiul a fost realizat online pe un esantion de 1.000 respondenti. Dintre acestia, 592 sunt activi în câmpul muncii si au experimentat si munca de la birou, si telemunca/ lucrul de la domiciliu. Esantionul este reprezentativ pentru populatia utilizatoare de internet din punct de vedere al distributiei pe sexe, grupe de vârsta si regiuni geografice, iar eroarea maxima de esantionare este de 3,1%.

Studiul desfasurat în perioada 30 octombrie - 4 noiembrie 2020 de agentia de cercetare de piata Wisemetry Research a avut ca scop informarea publicului cu privire la provocarile aparute în contextul restrictiilor de mobilitate impuse ca masura de prevenire a raspândirii virusului SARS-CoV-2.