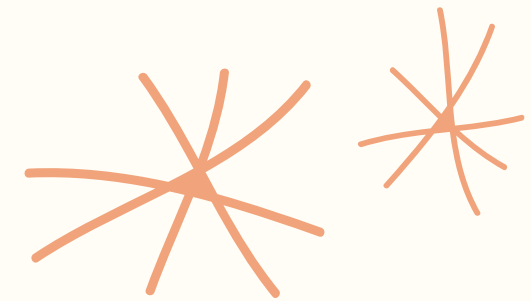


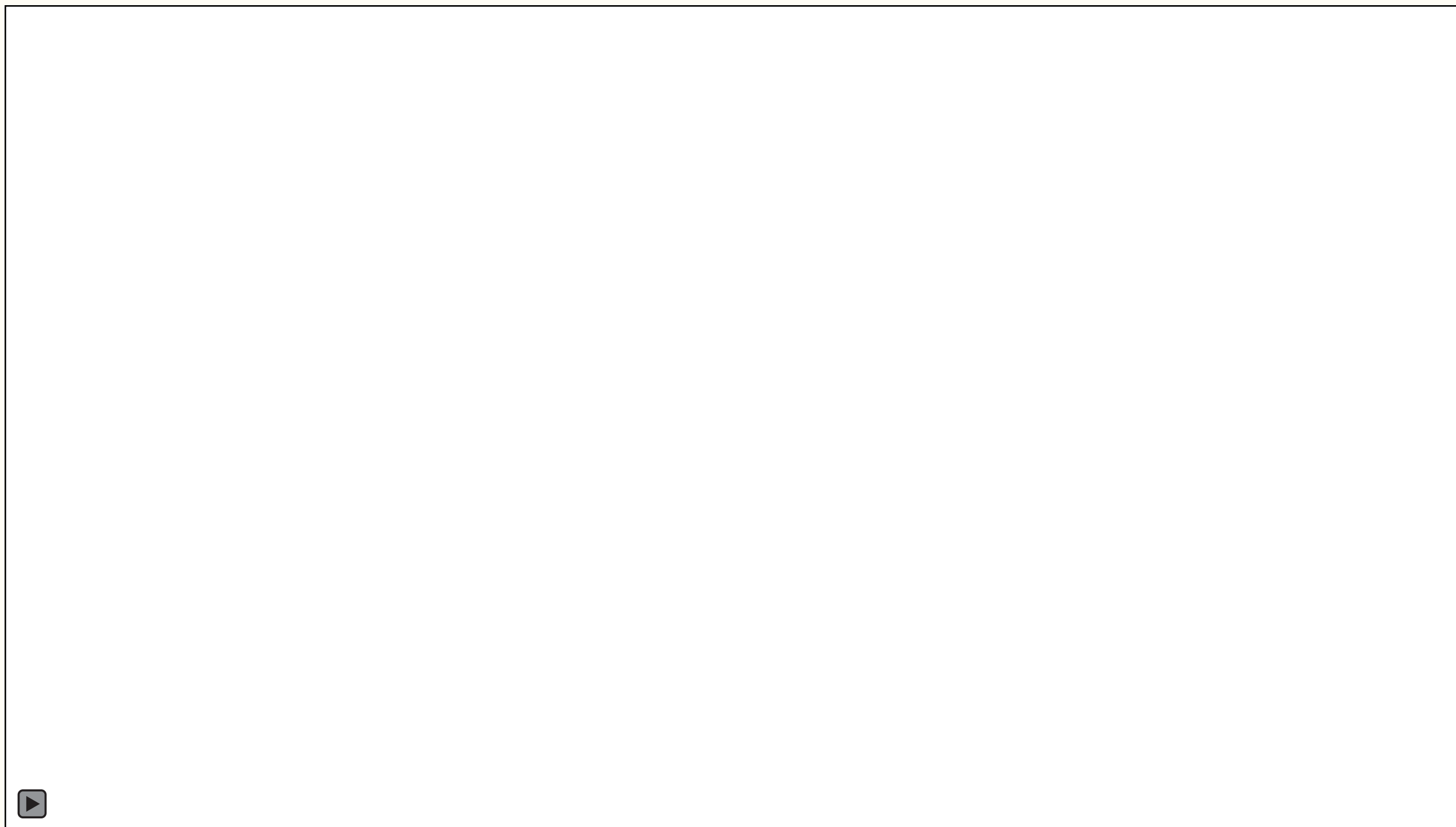
Pracovní výkon v kontextu work-life balance

ZUZANA
MÜHLBECKOVÁ



- * Co je Work Life balance
- * Důsledky nerovnováhy
- * Well Being
- * Well Being v praxi
- * Co ovlivňuje Well Being
- * Jak a proč podporovat Work Life balance
- * Jak to dělá Google
- * Případová studie





Work-life balance

- Rovnováha mezi pracovním a osobním životem jedince
- Neznamená trávení stejného času mezi prací a osobním životem



Dopady nerovnováhy



- Rodina
- Well-being
- Stres
- Pracovní výkon
- Pracovní spokojenost
- Loajalita a angažovanost

- Kvalita práce
- Fluktuace
- Absentérství
- Zisk a tržby
- Inovace a kreativita
- Stížnosti



Well-being

"Kategorie jevů, které zahrnují lidské emociální reakce a komplexní posouzení spokojenosti se životem"

Šťastný pracovník →

vyšší pracovní výkon →

vyšší výkon organizace

Jak to vnímá vedení firem



- Průzkumu společnosti Deloitte (2018) ukázal:
 - 92 % zástupců českých firem (100 % z top managementu) považuje well-being za důležitý trend v oblasti práce s lidmi.
 - Manažeři vnímají přímou vazbu mezi životní pohodou a výsledkem firem.
 - Pouze 57 % firem se domnívá, že jsou na to dostatečně připraveny.

Komponenty duševní pohody

- Celková spokojenost
 - Spokojenost se životem jako celkem
 - Spokojenost s jednotlivými aspekty života
- Prožívání pozitivních emocí
 - Emoce s nízkou mírou vzrušení
 - Emoce s mírným vzrušením
 - Emoce s vysokou mírou vzrušení
- Prožívání negativních emocí
 - Negativní emoce
 - Negativní stavy



Co má vliv na well-being



- Osobnost jedince
- Demografické faktory (gender, věk, etnická příslušnost, vzdělání, manželství a rodina)
- Biologické faktory (zdraví, spánek, pohyb)
- Ekonomické faktory (výše příjmu, inflace, nezaměstnanost)

Jak podporovat work life balance



- Homeoffice
- Flexibilní pracovní doba
- Zkrácené úvazky
- Sick days
- Pořádání akcí s účastí rodinných příslušníků
- Firemní mateřské školky
- Možnost přítomnosti psů na pracovišti
- Možnost delšího neplaceného volna
- Podpora volnočasových aktivit

Výhody podpory work life balance



- Pocit docenění zaměstnanců
- Zaujme více potenciálních kandidátů při výběrových řízeních
- Zvýšení pracovního výkonu
- Redukce absentérství
- Udržení klíčových zaměstnanců

Nevýhody podpory work life balance

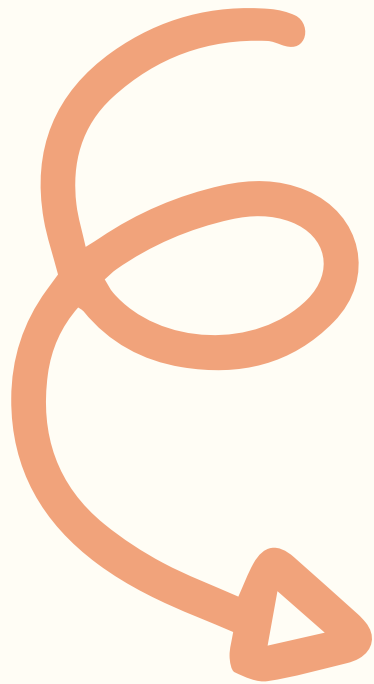


- Nejasná hranice mezi osobním a pracovním životem
- Pocit nespravedlnosti
- Náročná kooperace s kolegy
- Neefektivita práce bez dozoru
- Nedostupnost pro klienty

Jak na to jde Google



- Studie nazvaná gDNA
- Dva hlavní přístupy k work life balance
 - Segmentátoři
 - Integrátoři
- Google Goes Dark



Case study



Oriflame Poland

- 289 zaměstnanců
- 1/3 administrativní zaměstnanci, 1/3 manuálních pracovníků, 1/3 terénní pracovníci

Cíle

- tvorba zdravé kultury organizace
- zlepšit pracovní podmínky
- usnadnit návrat do práce z mateřské dovolené
- minimalizovat rizika stresu

Case study



Použité nástroje

- Zásada nepracovat přesčas
- Flexibilní pracovní doba
- Možnost zkrácených úvazků
- Homeoffice
- Pomoc s financováním volnočasových aktivit
- Organizace akcí pro rodinné příslušníky
- Účast na rozhodování
- Dotazníky spokojenost
- Nový systém odměňování
- Finanční podpora v různých životních situacích
- Praktická podpora v obtížných životních situacích
- Program pro nově příchozí zaměstnance

Case study

Čeho bylo dosaženo

- Zaměstnanci se cítí spokojeni s pracovištěm
- Zaměstnanci mají více času na svou rodinu
- Zaměstnanci mají pocit kontroly nad svým pracovištěm
- Zaměstnanci cítí větší oddanost organizaci
- Společnost oceněna institutem Great Place to Work Institut Poland jako jedna z TOP 10 společností
- Společnost získala dvakrát 1. místo jako Friendly Company

Diskuse na konec

- Jaké kroky by měl manažer podniknout, pokud chce podporovat work life balance svých zaměstnanců?