

Szubjektív feszültség és munkastressz a házások életében

Összehasonlítás Európa 24 országában

Utasi Ágnes

1. Bevezető

A rendszeres pénzkereső munka a gazdasági válság közepette egyre inkább a kurrens javak közé tartozik. A vállalatok szigorú racionalitással gazdálkodnak, mind kevesebb munkaerővel igyekeznek biztosítani a profitot. Az utóbbi évtizedekben ismét növekedett Európában a munkanélküliség, s a jelenlegi gazdasági nehézségek még a korábbiaktól is bonyolultabbá tették a házaspárok életét.

Évtizedekkel ezelőtt, a félig modernizálódott szocialista országokban ismeretlen volt a munkanélküliség, „teljes foglalkoztatás” volt, s a nagyon alacsony szinten tartott jövedelmek miatt a megélhetéshez többnyire szükség volt a házaspár mindegyikének pénzkereső munkájára. Az 1980-as évektől, majd különösen a rendszerváltás után ehhez a motivációhoz még hozzájöttek a fogyasztói társadalom kihívásai, a fogyasztói igények növekedése, amelyek ugyancsak arra készítették a házaspárokat, hogy lehetőség szerint mindkét fél pénzkereső munkát is végezzen.

Ma, a válság viszonyai között Európa legtöbb országában kiszámíthatatlan, hogy a férj vagy a feleség munkahelyén történik-e leépítés. Nyilvánvalóan ilyen körülmények között a házaspárok még a korábbiaknál is jobban ragaszkodnak jövedelemszerző munkájukhoz. Teszik ezt annak ellenére, hogy a kettős munkaterhelés: az otthoni és pénzkereső munka együttes végzése gyakran családi feszültséget generál.

Eddig már számos kutatás elemezte a családban végzett háztartási-, házkörüli munka és a pénzkereső munka összeegyeztetésének nehézségeit, a házások körében ebből eredő gyakori konfliktust és negatív stresszhatást. A témában megjelent munkák többsége a nők kettős munkaterhelésére („double burden”) fókuszált (Greenhaus–Beutell 1985; Tilly–Scott 1989; Simonyi 1995). Kevesebb figyelmet fordítottak azonban annak elemzésére, hogy a különböző társadalmak technikai-civilizációs szintje miként befolyásolja a kettős munkaterhelés nyomán alakuló negatív stressz mértékét.

Nehezíti a téma pontos vizsgálatát az a körülmény is, hogy a munkaterhelés – akár kereső munkához, akár az otthon végzett, nem fizetett tevékenységhez kötődik – nemcsak konfliktusforrást, nemcsak negatív stresszt ered-

ményezhet, hanem ellenkezőleg, pozitív stresszhatást is kiválthat¹ (Sellye 1988; Sennet 1998). A munkavállaló nők többsége –, s nem csak a hivatást végzők – talán éppen ezért, nem kívánja feladni kereső munkáját. A pénzkereső munka ugyanis növelheti az individuális függetlenséget, emancipációt, miközben sok nő számára pozitív stresszt is eredményez. (Pongrácz 2005). Még a nőktől is erősebben ragaszkodnak munkájukhoz a férfiak, akik nem ritkán megbetegszenek, ha munkanélkülivé válnak (Kopp *et al.* 1996).

Van, akinél a kereső munkában elszenvedett frusztrációt az otthoni háztartási munka, házkörüli kreatív tevékenység képes feloldani és kompenzálni, míg másoknál éppen az otthoni munka feszültségét csökkenti, vezeti le a pénzkereső munkatevékenységből eredő örömforrás. A kettős munkaterhelés vizsgálata esetén tehát a pozitív és negatív hatások eredőjét kell keresni. Erre az összetett feladatra, a munkával összefüggő valamennyi dimenzió vizsgálatával, azonban itt mi nem vállalkozhatunk, csupán a negatív munkastressz mértékének mérésére, és néhány dimenzióban történő összehasonlítására teszünk kísérletet tanulmányunkban.

2. A kettős munkaterhelésből származó negatív stresszt magyarázó tényezők

Az ember rendelkezésére álló időkeret meglehetősen korlátozott, ezért a kettős munkaterhelés pozitív és negatív stresszhatásainak eredője az idő korlátozott volta miatt összességében gyakrabban negatív, s a közvélekedés szerint elsősorban a házasságban élő nők számára az. Mindazonáltal a probléma egyre többször jelenik meg a férfiak életében is. Meglepően keveset foglalkoznak a kutatások azzal, hogy a tradicionális értékpreferenciákkal szocializálódott férfiak számára is egyre gyakrabban okoz frusztrációt a nők emancipációjának hatása: a férfiaknak – gyermekkori szocializációjuk, hagyományos apai mintájuk ellenére – részt kell vállalniuk a háztartási, házkörüli, otthoni munkákból. Mind többször generál feszültséget a férfiak életében az is, hogy nehezen tudják összeegyeztetni a partnerük és a környező közösség által is elvárt tradicionális háztartásfői–családfenntartói–pénzkereső szerepet és az emancipáció modern elvárásainak megfelelő, háztartáson belüli és gyermekneveléssel összefüggő családi tevékenységeket.

A társadalomban napjainkban az értékpreferenciák ambivalenciája jellemző a házásokra, ez tükröződik a munkamegosztásban is. Jelen körülmények között a házasságban élő, pénzkereső munkát és háztartási munkát is végző férfiak és nők számára egyaránt eredményezhet negatív stresszt a két-

¹ Munkánkban többnyire a negatív munkastresszről írunk, ám a stressz fogalmát Sellye János nyomán használjuk. Megkülönböztetjük a pozitív és negatív stresszt, ám Sellyétől eltérően a munkastresszt egy 0-tól 25-ig terjedő skálán mérjük, aminek legfelső értéke a legmagasabb negatív stresszt jelzi.

féle munka összeegyeztetése. Az is igaz, hogy a társadalmak többségében – így Magyarországon is – a női szerepekhez ma még tradicionálisabb háztartási szerepeltvárások kapcsolódnak, valamint a nők családi-társadalmi szocializációjával a feleségekben olyan értékek interiorizálódtak, amelyek önkiszákmányolással is a háztartási munka minél tökéletesebb elvégzésére készítetik sokukat, miközben az emancipáció, a függetlenség utáni vágy, a hivatás a pénzkereső munkavégzésre sarkallja őket. Az ambivalens értékpreferenciák eredőjeként végül is a mai társadalomban a nők számára többször okoz feszültséget a kettős munkaterhelés, mint a férfiak számára, miközben hatásától a férfiak is egyre gyakrabban szenvednek.

A *technikai-civilizációs fejlettség országoként eltérő szintje* következtében persze társadalmanként is eltér az állandó párkapcsolatban élő férfiak és nők otthoni és munkahelyi terhelésének ideje, illetve ennek nyomán a kettős munkavégzés hatására keletkező feszültség és negatív stressz mértéke. Az alacsonyabb technikai-civilizációs szinten élő országokban a kettős munka mindkét nem számára fokozott terhelést, és ezzel együtt több konfliktust, feszültséget eredményezhet.

Az európai országokban a házások munkaterhelésének vizsgálatakor figyelembe kell vennünk azt a körülményt is, hogy Európa északi és nyugati országaiban erősebbek a demokratikus hagyományok, erősebb a szakszervezetek munkaerőt védő jogköre és tevékenysége, mint a demokratikus hagyományokkal még kevésbé rendelkező, emiatt kiszolgáltatottabb munkavállalói szerepre kényszerítő közép-kelet-európai és déli országokban. Közép-Kelet-Európa országainak demokráciáiban a nyugati és északi országokhoz képest kevesebb törvény védi a munkaerőt, hierarchikusabb a főnök-beosztott kapcsolat, bizonytalanabbnak érzi helyzetét a munkaerő. Erősebb a beosztottak függősége, általánosabb a bizalmatlanság, s így a vezetők munkaerő iránti bizalmatlansága is (Utasi 2002; Tóth 2009). A *demokratikus struktúra hiányosságai* fokozzák a Közép-Kelet-Európában élő házások munkahelyi kiszolgáltatottságát, s ebből eredő feszültségét. A demokratikus hagyományokkal rendelkező, gazdaságilag jól szervezett társadalmakban ezzel szemben ma már egyre általánosabb az önkontrollra alapozott autonóm munkavégzés, gyakoribb a távmunka, objektíve kisebb a bizalmatlanságból eredő főnöki kontroll, s ennek megfelelően gyengébb a munkavégzéssel összefüggő feszültségi szituáció is.

A kettős munkaterheléssel megjelenő konfliktusok nyomán konstanssá váló feszültségek hatására alakuló negatív stressz *egészségi károsodáshoz vezethet*. Persze az is igaz, hogy a gyengébb fizikai és lelki adottságokkal, gyengébb egészséggel rendelkező munkavállalót fokozott mértékben megviseli a kettős munkából eredő feszültség.

A fenti anomáliák ellenére a munka és a család az értékvizsgálatok szerint változatlanul az értékpreferenciák rangsorának élén található Magyarországon. Kérdés, hogy miért nem érzik annyira elviselhetetlennek a házások a kettős munkaterhelést, mint amilyen mértékben azt a többoldalú feszültség-

forrás hatása indokolná? Ennek feltételezhetően a házasságban, családban, partnerkapcsolatban élők körében termelődő pozitív stressz kiegyenlítő, el-lensúlyozó hatása és a kreatív, kreatívnak érzett tevékenységek végzése az oka. A kreatív tevékenység csökkenti a konfliktusokat, csökkentheti a negatív stressz hatását is. Mind a kreatív kereső munka, mind a kreatív otthoni tevékenység, mind a családon belüli bármely tevékenység gyakran eredményez pozitív stresszt, növelve az önértékelést, s a hasznosság-érzést is (Csíkszentmihályi 1990).

A kettős munkaterhelés negatív stresszhatását a házasságban élők számára nemcsak a kreatív vagy kreatívnak érzett tevékenység kompenzálhatja. Kutatások igazolták, hogy a stabil partnerkapcsolat növeli a szubjektív boldogságot, vagyis a pozitív stressz mértékét, noha közismert az is, hogy a családi együttélés számtalan konfliktust is generál. Úgy tűnik, végül is a házások „stressz-mérlege” a kreatív tevékenységek és párkapcsolati-családi közösség pozitív hatásával többnyire kedvezőbb, mint amekkora munkafeszültséget el kell szenvedniük.

Tanulmányunkban a kettős munkaterhelésből eredő feszültség mértékét kísérjük meg megvizsgálni a 2005-ös *European Social Survey (ESS)* 24 európai ország reprezentatív mintáját tartalmazó adatbázisának segítségével (N=37 721). Ebből a nemzetközi mintából kiemeltük azokat a házasságban élő személyeket (N=9787), akik a felvételt megelőző héten kereső munkát végeztek (munkának tekintettük a továbbképzést, átképzést is). A 24 országot reprezentáló, házásokból álló mintában négy európai régióra csoportosítva is összehasonlíthattuk az eltérő társadalmi, gazdasági, technikai-civilizációs környezetben élő házaspárok kettős munkaterheléséből eredő stresszének mértékét.

A tanulmányban először bemutatjuk a negatív munkafeszültség mérésére alkalmazott öt változót majd a munkafeszültség dimenzióinak trendjeit vizsgáljuk a különböző országokban és régiókban, különös tekintettel a nemek közötti egyenlőtlenségekre. Ezt követően létrehozuk a munkastressz-indexet, s többváltozós elemzéssel arra a kérdésre próbálunk válaszolni, hogy milyen életkörülmények teszik valószínűbbé a kettős munkaterhelésből adódó stressz jelenlétét a házasságban élők körében. Végezetül pedig a szubjektív életminőség (a boldogságérzés) és a munkafeszültség kapcsolatát vizsgáljuk: igaz-e, hogy azok az egyének, akik boldognak érzik magukat kisebb mértékben élnek át munkastressz-helyzeteket.

3. A munkafeszültség öt dimenziója

A negatív stresszhatást az otthoni munka és a pénzkereső munka öt, különböző szituációban feltételezhetően termelődő, munkafeszültséget mérő ská-

lával² szimbolizáltuk. Ez az öt terület a következő volt: (1) a háztartási munka időfeszültsége; (2) a szigorú munkahelyi kontrollból adódó feszültség; (3) a család iránti felelősség érzéséből adódó feszültség; (4) a fokozott munkahelyi terhelésből adódó feszültség; illetve (5) a munkahelyen kívüli munkastressz.

3.1. A háztartási munka időfeszültsége

Közismert, hogy az otthon végzett háztartási tevékenység végzésekor szinte mindig úgy érezzük, hogy elmarad valami, az idő a betervezett munka elvégzésére nagyon ritkán elég. Az ebből eredő gyakori időtúllépés, s az általa gerjesztett feszültség leginkább a kettős munkaterheléssel élők életét nehezíti. Az otthoni munkához kötődő tradicionális értékpreferenciáknak, környezetük elvárásának jobban megfelelni kívánó nők erősebben érzik ennek kínzó voltát. A kutatásban a „*Ha sok feladatot végzek otthon, gyakran kifutok az időből*” – kérdésre a vizsgált országok közül szinte *mindenütt a nők válaszá-
nak átlaga (3,5) magasabb a férfiakénál (3,3)*. A nemzetközi minta országai közül a házas férfiak csak Svédországban érzik a nőkhöz képest kínzóbbnak az elhúzódó háztartási munkából eredő feszültséget. Németországban pedig a nők és a férfiak szinte teljesen egyformán nyilatkoztak az otthoni munka által előidézett időfeszültség mértékéről. A vizsgálatba bevont többi országban mindenütt a nők a férfiakhoz képest több feszültséget éreznek az otthoni, háztartási feladatok ellátására jutó idő szűkösségét illetően.

A háztartási munkához szükséges idő hiányából eredő feszültséget Európa eltérő ország-csoportjait, régióit összehasonlítva a legerősebben a középkelet-európaiak, legkevésbé pedig az észak-európai országok házasai érzik³. Meglehetősen nagy különbséget találunk ez utóbbi két régió között, ami arra utal, hogy a házas munkavállalók életminőségében a legnagyobb különbség a két régió között valószínűsíthető (1. ábra).

Az otthon elvégzendő munkából eredő feszültség elsősorban az „időrabló” háztartási munkát végzők számára okoz szignifikánsan nagyobb kint, munkahelyi késés esetén lelkiismereti válságot. A technikailag fejlettebb társadalmakban az otthoni munka elvégzése kevesebb idő- és energiáfordí-

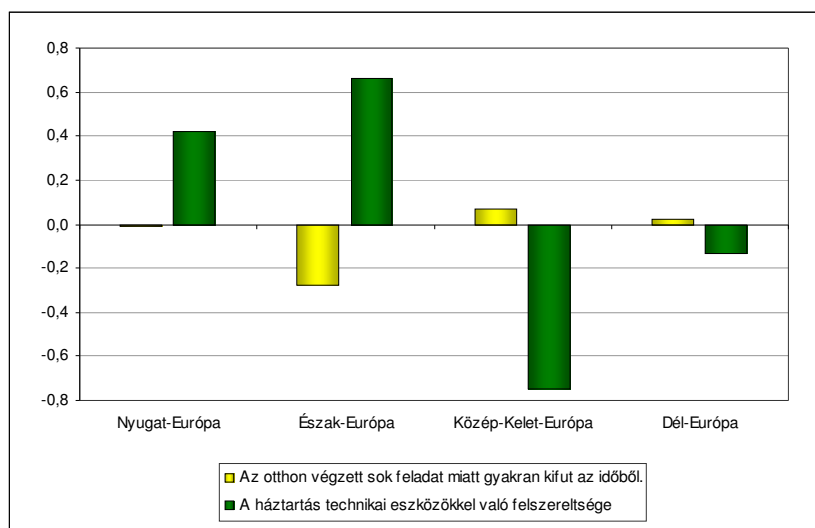
² A válaszokat egy ötfokú skálán mértük, ahol 0 = nincs feszültség, az 5 = legmagasabb feszültséget jelenti.

³ A 24 országot négy régióba soroltuk. Kelet-Európa régiójába a volt szocialista országok és Ukrajna került, a déli országokba Portugália, Görögország és Spanyolország, az északi országok közé Dánia, Finnország, Svédország, Norvégia, Izland. A minta többi országát Nyugat-Európa régiójába soroltuk.

tást kíván. A modern technikai eszközök segítségével⁴ a rövidebb idő alatt végzett házi munka kevesebb megterhelést jelent, ritkábban eredményez időtúllépésből eredő feszültséget, kevesebb konfliktussal végezheti az egyén pénzkereső munkáját is. A jól felszerelt háztartás lehetővé teszi, hogy rövidebb időt és energiát fordítsanak a házasok az otthoni munkára, hatására kevesebb feszültséggel érkeznek munkahelyükre, teljesítményképesebbek lesznek.

1. ábra

Azok trendje, akik az otthon végzett sok feladat miatt gyakran kifutnak az időből és a háztartás technikai felszereltségének színvonala négy európai régióban, 2005 (Z-score-átlagok⁵)



Megjegyzés: A háztartás felszereltsége színvonalának mérésére a következő kérdést használtuk: „Mennyire felszerelt az Önök otthona a házimunka elvégzéséhez?” A válaszokat egy 11-fokú skálán mértük: 0 = nagyon rosszul; 10 = nagyon jól felszerelt.

⁴ A fejlett európai országokban nem csupán a háztartási eszközökkel való magasabb szintű ellátottság magyarázza a háztartási munkával töltött idő csökkenését, nagy szerepe van ebben a fizetett háztartási segítség (takarítónő, bejárónő, kertész, ablakmosó stb.) gyakoribb alkalmazásának, valamint a modern félkész élelmiszerek fogyasztása elterjedésének is. A drágább, de hamar elkészíthető ételek jelentősen megkönnyítik a nagyobb jólétben élő háziasszonyok mindennapjait.

⁵ A Z-score azt mutatja meg, hogy a változó értéke az átlagtól a szórás hányszorosával tér el. Ebben az esetben a feszültségindexek grafikonja úgy jeleníti meg az egyes régiókra (később országokra, nemekre) vonatkozó különbségeket, hogy a 0 az adott feszültségi dimenzióban a nemzetközi mintára jellemző átlagost, a pozitív értékek az átlagostól nagyobb feszültséget, a negatív értékek az átlagostól gyengébb feszültséget jelentik.

A modern technikai szintet elért gazdagabb társadalmakban modernebb háztartási eszközökkel felszerelt háztartások is találhatóak, s ez a korszerű eszközrendszer csökkenti a munkafeszültséget. A modernizációs háztartási eszközökkel felszereltséget mérő skála (0,1-es skálaérték) átlagai világosan jelzik az országok és régiók közötti szembetűnő technikai és civilizációs különbséget (1. ábra). Különösen magas szintű az északi országok otthonainak felszereltsége, s hozzájuk képest, de még a déli országokhoz képest is jelentősen elmarad Közép-Kelet-Európa.

3.2. A munkahelyi kontroll, a „főnök” okozta feszültség

Az időben elhúzódó háztartási munka különösen nyomasztó feszültségforrás azok számára, akiknek munkáját a munkahelyen szigorúan és bizalmatlanul ellenőrzik. Természetesen azok számára kisebb feszültséget okoz a munkahelyi kontroll, akik kötetlen munkaidőben dolgoznak, akik autonóm módon önmaguk oszthatják be a kereső munkával töltendő idejüket. Ebben az esetben csak a határidők betartatása jelent feszültséget. A kötetlen munkaidőben dolgozó vagy távmunkát végző munkavállalók aránya azonban a minta országai között jelentős eltéréseket mutat. A technikailag fejlett országokban jelentős a távmunka aránya, és vele az otthoni munkavégzés lehetősége is.

Csökkentheti a feszültséget a jól szervezett, modern munkastruktúra, miközben a kötött munkahelyen a bizalmatlan „főnöki” kontroll és a hierarchikus hatalmi viszonyok növelik azt. A teljes mintára jellemző skálaátlagok szerint a túlzott kontroll feszültségkeltő hatása mind a férfiak, mind a nők válaszaiban hasonló mértékű, a mintaátlag jelentős különbséget a nemek között nem mutat.

Az országos minták összehasonlítása azonban rávilágít arra, hogy különbség van az eltérő gazdasági fejlettséggel, gazdasági szervezethezettel, demokratikus hagyományokkal élő országok között. A különbség szembetűnő egyrészt a régi demokráciák és új demokráciák, másrészt a „gazdagabb” és „szegényebb” országok között. A munkavállaló házások – akár férfiak, akár nők – munkahelyi kontrollból adódó feszültsége jóval erősebb az alacsonyabb technikai szintet elért, szegényebb országokban, s ennek nyomán nyilvánvalóan az új demokráciákban.

Legkevésbé érzik szigorúnak a munkahelyi kontroll feszültségkeltő hatását az északi országok házasai. Mindkét nemre vonatkozóan relatíve alacsony (2,3–2,9) átlagokat kapunk a munkahelyi kontroll feszültségét mérő ötös skálán Dániában, Hollandiában, Norvégiában, Svédországban, de Nagy-Britanniában és Svájcban is. A technikailag magasán szervezett gazdaságokban, a gazdagabb országok munkavállalói körében egyértelműen gyengébb a főnöki kontrollból eredő feszültségérzés mind a férfiak, mind a nők körében.

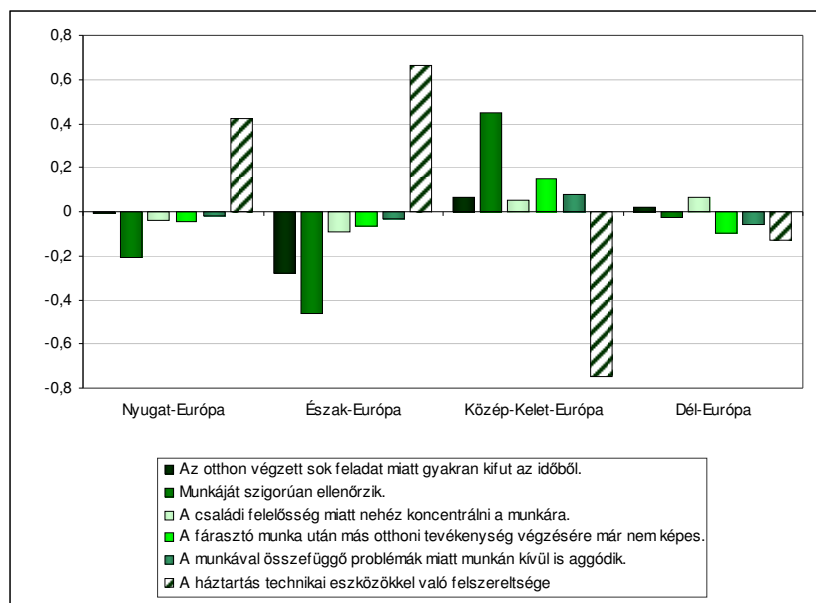
A magas szinten szervezett ipari társadalmakkal, régi demokráciákkal ellentétben a közép-kelet-európai országok mindegyikében mind a nők, mind a

férfiak átlagosan jelentősen magasabb munkahelyi kontrollból eredő feszültséget jeleztek. Leginkább tartanak a munkahelyi ellenőrzéstől a *cseh (4,0)*, az *ukrán (3,8)* és a *magyar (3,7) munkavállalók*. A nemek közötti különbségek azonban nem jelentősek ezekben az országokban. A szórásérték is relatíve alacsony: vagyis az erősen hierarchikus viszonyokat jelző társadalmakban a munkavállalók körén belül egységesen magas a munkahelyi kontrollból eredő feszültség.

Végül is a túlzott bizalmatlanságból, szigorú kontrollból eredő munkahelyi feszültséget, s e mögött az individuális munka-autonómia alacsonyabb szintjét vagy hiányát az eltérő régiókat összehasonlítva leginkább a Közép-Kelet-Európában élőkénél találtuk (2. ábra). Az új demokráciákban nemcsak a munkahelyi technikai-technológiai színvonal alacsonyabb, mint a régi demokráciákban, de az emberek közötti bizalmatlanság is erősebb, ennek hatására alakul a fokozott munkahelyi kontroll is, de a társadalom tagjainak „főnökök” iránti szervilizmusa és ebből eredő félelme is.

2. ábra

Az öt munkafeszültséget mérő dimenzió skáláira adott válaszok és a háztartás technikai felszereltségének színvonala négy európai régióban, 2005 (Z-score-átlagok)



A vizsgálat szerint leggyengébb a munkahelyi kontrollból eredő feszültség, s következésképp a leginkább autonóm munkavégzés tételezhető Észak-Európában. Nyugat-Európa és Észak-Európa összehasonlítása a munkahelyi kontrollt mérő változó mentén szembetűnő különbséget jelez. Az adatok

szerint, tehát e két régió közül a hasonló gazdasági és technikai-civilizációs szint ellenére is Nyugat-Európában nagyobb feszültséggel élnek a munkavállalók, mint Észak-Európában.

3.3. A család iránti felelősségérzés ronthatja a munkahelyi koncentrációt

A házások állandó köteleke, a családi közösség a közvélekedés szerint egyaránt okozhat örömforrást és feszültségforrást is. Mindazonáltal a szubjektív életminőség-vizsgálatok egyértelműen igazolják, hogy az állandó párkapcsolat többször boldogságot növelő, mint boldogságot csökkentő, szubjektív életminőséget fokozó életfeltételi faktor az emberek életében⁶ (Utasi 2008). Az köztudott, hogy a feszültséget növeli, ha a családon belül valamilyen probléma merül fel, s az ilyen eredetű feszültség minden bizonnyal kihat az élet szinte valamennyi szférájára. A vizsgálat azonban ezt a speciális, ám kétségtelenül nem ritka esetet nem kutatta, csupán azt értékelték ötfokú skálán a válaszadók, hogy *nehéz-e koncentrálni a munkára a család iránt érzett felelősség miatt*. Konkrétan tehát arra vonatkozott a kérdés, hogy a család léte, a család iránti felelősség, a „családfői”, „családanyai” szerep okoz-e olyan mértékű feszültséget, amely nehezíti, gátolja a munkahelyi koncentrációt. A skálaátlagok jelzése szerint a többség véleménye szerint a munkára való odafigyelést soha vagy legfeljebb ritkán (1 és 2 közötti skálaértékek) zavarja az a tény, hogy a házások felelősséget éreznek családjukért. A nemek és országok válaszadóinak véleményében sem figyelhetünk meg nagy különbségeket.

A legkevésbé zavarja a munkahelyi teljesítményt a családi felelősségérzet Svájc, Dánia, Szlovénia és Magyarország válaszadói szerint (1,6-os átlagértékek). Azok között az országok között pedig, akik úgy érzik, hogy a családi felelősség némileg zavaró tényező a munkában, Csehországot, Finnországot, Spanyolországot és Szlovákiát találjuk (2-es skálaátlagok).

Európa régiói között azonban e területen is nagyobb különbségeket találunk (2. ábra). A gazdagabb és individualizáltabb – elsősorban észak-európai és nyugat-európai – országok válaszadói szerint a családi életforma szinte egyáltalán nem okoz a munkahelyen feszültséget, nem zavarja a teljes odafigyelést a munkára. Velük szemben leginkább Dél-Európa országaiban, s hozzájuk hasonlóan Közép-Kelet-Európa országaiban is a válaszadók szerint a családi felelősség valamelyest nehezíti a munkahelyi koncentrációt. Mindazonáltal a skála amplitúdója a régiók között itt sem nagy, a különbség mégis szembetűnő, aminek oka feltehetően a dél- és közép-kelet-európai országok tradicionálisabb családi értékeinek, és rosszabb anyagi

⁶ A szubjektív életminőség-vizsgálatok többsége az állandó párkapcsolatban élők körében a boldogság-skálán egyértelműen magasabb átlagokat mutat (Utasi 2008).

viszonyainak hatását tükrözi. Ez utóbbi régiók jórészt szegényebb országokban a család anyagi biztonságának megteremtése küzdelem, miközben a gyerek és a család értéke, az irántuk érzett, interiorizált felelősség – a ma még itt általánosabb tradicionális értékpreferenciák miatt – erősebb, mint a többi régióban. Vagyis úgy véljük, hogy a válaszokban jelentkező különbség elsősorban az eltérő értékpreferenciákból eredő tudati tényező hatása.

3.4. A munka utáni kifáradás megfoszt minden más otthoni tevékenység élvezetétől

Az időhiánnyal végzett háztartási munka és a munkahelyi túlzott kontroll feszültsége nyomán nem ritka, hogy a munkában kimerült ember *ahhoz is túl fáradt, hogy otthonában bármilyen tevékenységet élvezettel végezzen*. Pedig a munkából eredő frusztráció és feszültség negatív hatását leginkább valamilyen munkán kívüli kreatív tevékenységgel (akár háztartási munka, akár sport, barkácsolás, kertészkedés stb.) lehetne kompenzálni a feltöltődés érdekében. Az országok között e területen kis különbséget jeleznek a válaszok. A munka utáni kimerültség a legritkábban a portugálok és a hollandok körében okoz feszültséget, a leggyakrabban pedig a Szlovákiában, Ukrajnában és Lengyelországban élő házaspároknál vált ki depressziós, apatikus érzést. Az ötfokú skála átlaga Portugáliában (2,4) volt a legalacsonyabb, Ukrajnában (3,2) pedig a legmagasabb.

A legerősebb munka utáni kimerültségből eredő apátiát, s az emiatt hiányzó otthoni kreatív tevékenységet, az európai régiókat összehasonlítva Közép-Kelet-Európa válaszadói jelezték (2. ábra). Velük szemben a legkevésbé eredményez a pénzkereső munka túlzott kimerültséget, s hatása depressziót a déli országokban, de átlag alatti ez a jelenség Nyugat-Európában és Észak-Európában is.

A munkavállalók által érzett munkahelyi megterhelés más régiókhöz képest kiemelkedően magas Közép-Kelet-Európában. A nemzetközi szabadidős kutatások már évtizedekkel korábban is kimutatták, hogy a munkára fordított idő Magyarországon – noha a munkaidő az elmúlt években valamelyest csökkent – mindig jelentősen magasabb volt és maradt, mint a legtöbb európai országban (Falussy 2002). Úgy tűnik, hogy az alacsonyabb technikai-civilizációs szint – mind a háztartásban, mind a jövedelemszerző munkában –, s az ehhez társuló alacsony színvonalú munkaszervezés és munkakultúra ma is hosszabb munkaidővel, nagyobb munkaterheléssel sújtja a közép-kelet-európai országok munkavállalóit. A hosszú munkaidő, az alacsony technikai-civilizációs szint hatására kialakuló nagyobb munkaterhelés és apátia eredménye az otthoni kreatív kompenzációt, pozitív stresszt kiváltó aktivitás hiánya, s a passzív pihenés (elsősorban a tv-nézés) túlsúlya az egyéni időstruktúrában.

3.5. *Munkahelyen kívüli munkafeszültség*

A vizsgált feszültségindexek eddig mindegyike azt jelezte, hogy a nők munkaszituációkból eredő feszültsége magasabb, mint a férfiaké, ám az is igaz, hogy a közvélekedés szerint várt nemek közötti különbséghez képest az eltérés kisebb. Arra a kérdésre azonban, hogy a válaszadó „*aggódik-e az elvégzendő munka miatt akkor, amikor nem dolgozik, nincs munkahelyén*” – a korábbiaktól eltérően nem a nők (2,6), hanem a férfiak körében találunk valamivel magasabb skálaértékeket (2,7). Vagyis a munkafeszültséget mérő vizsgált szituációk, körülmények közül ez utóbbi az egyetlen, amely a mintába került férfiakat valamivel erősebben sújtja, mint a nőket. A férfiszerepekhez hagyományosan szorosabban kapcsolódik a pénzkereső munka segítségével megvalósítható sikercél, ennek alapján indokolt, hogy a munkafeladatok körüli aggodalom a munkahelyen kívül is erősebben hat a férfiak gondolataira.

Az országokat összehasonlítva azonban a nemek közötti különbséghez képest lényegesen nagyobb a mezőny szélső pólusai közötti eltérés. A munkájuk miatt munkaidőn kívül legkevésbé az írek (2,1), s leginkább a szlovákok (2,9) „idegeskednek”.

Az elmaradt vagy félbemaradt munka miatti feszültséget minden országban gyakran „hazaviszik” a munkavállalók, sokan nem tudnak otthonukban sem szabadulni a munka által előidézett gondoktól. A munkahelyi feladatok megoldatlanságából eredő feszültség ezáltal gyakran feszültséget generál a házások otthoni és családi életében is. Az egyes országok, régiók kulturális szokásai, hagyományai azonban jelentős mértékben képesek fékezni az ebből eredő feszültségeket. A *régiók* közül legkevésbé a déli országok házasainak otthoni életét teszik zaklatottá a munkahelyi gondok (skálaátlag: 2,6): közülük panaszkodtak a legkevésbé arra, hogy a megoldatlan munkahelyi feladat, probléma otthon is nyugtalanítja őket (2. *ábra*). Ezzel szemben Közép-Kelet-Európa válaszadói között található a legnagyobb arányban olyanok, akik „hazaviszik” a munkahelyi problémákat, s ennek hatására otthoni életükben továbbélik az ott keletkezett feszültséget (skálaátlag: 2,8).

3.6. *A munkafeszültséget mérő öt dimenzió együttes trendje*

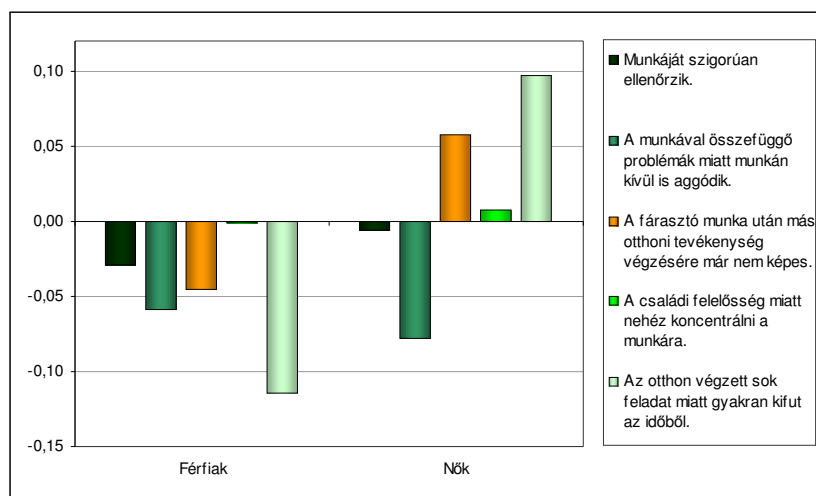
A házások kettős munkaterhelésének mérésére alkalmazott öt változó együttes trendje azt jelzi, *hogy a nők és férfiak válaszait összehasonlítva a nemzetközi minta átlagában egyetlen dimenzió – a munkahelyi problémák miatti munkaidőn kívüli aggodalom mértékét mérő változó – kivételével minden esetben magasabb a nők által érzett feszültség (lásd 3. *ábra*).*

A nők és férfiak közötti legnagyobb feszültségkülönbséget pedig az otthoni feladatokból, házi munkából eredő időfeszültség dimenziójában, vala-

mint a kettős munkaterhelésből származó kimerültség területén mértünk. Ez utóbbi hatására már nem jut elég energia a kikapcsolódást, (pozitív stresszt) nyújtó bármilyen más otthoni tevékenységre, s ettől a lehetőségtől ezáltal elsősorban a nők esnek el.

3. ábra

A munkafeszültséget mérő öt változó átlagértékei nemenként (Z-score-átlagok)



A munkafeszültség egyes dimenziói mentén a válaszadókat elsősorban az országok technikai-civilizációs szintje, gazdasági szervezettsége, és/vagy kulturális hagyományai eredő, inkább tradicionális vagy erősebben individuális értékpreferenciái készítették eltérő válaszokra. Három-négy dimenzióban is a minta átlagától magasabb munkafeszültséget élnek meg Lengyelország és Szlovákia válaszadói, míg két dimenzióban Csehország, Észtország, Ukrajna, Görögország, Finnország és Nagy-Britannia házaspárjai. A magyarok csak a túlzott munkahelyi kontroll okozta feszültségérzésre vonatkozó index értékét tekintve emelkedtek a 24 országra vonatkozó minta átlagától magasabbra. A több dimenzióban is munkafeszültséget érző országok túlnyomó többsége tehát a volt szocialista blokk államaiból kerül ki. Velük szemben egyértelműen a legkevesebb munkafeszültséggel élnek a dánok, majd a norvégok.

A régiók is szignifikáns eltérést mutattak valamennyi vizsgált index mentén. A nagyobb feszültséget jelző pozitív tartományban találjuk mind az öt dimenzió mentén Közép-Kelet-Európát.

Az otthoni feladatok ellátásából adódó időfeszültséget legkevésbé a technikai eszközökkel legjobban felszerelt háztartásokban élő észak-európai házaspárok érzik, a munkahelyi problémák miatt munkaidő után pedig leg-

kevésbé a dél-európaiak aggódnak. A kettős munkaterhelésből adódó kifáradás, fásultság, apatikus aktivitás-hiány legkevésbé ugyancsak a Dél-Európában élő párokra jellemző, akik úgy tűnik egyensúlyt tudnak teremteni a munka és az otthon világa között.

A leginkább autonóm munkavégzéssel, a legkisebb munkahelyi kontroll alatt Észak-Európában élnek a házások, s ugyancsak közülük gondolják a legkevésbé azt, hogy a család iránti felelősség gyengíti a munkához szükséges koncentrációt.

Összehasonlítva az öt munkafeszültséget mérő változó amplitúdóját azt találjuk, hogy *a négy régió közötti legnagyobb egyenlőtlenség a munkahelyi kontroll által érzett feszültség mértékében, következésképpen a munka-autonómia egyenlőtlenségében van* (ld. fentebb 2. ábra). E területen rendkívül nagy a különbség Észak-Európa és Közép-Kelet-Európa házasságban élő válaszadói között. A Közép-Kelet-Európában élők nagy feszültséget jelző válaszai mögött a munkahely féltése, a megélhetés biztonságának többi régióhoz, de a régió munkavállalóinak a rendszerváltások előtti életéhez képest érzékelt biztonsághiánya és/vagy redukálódása is tételezhető.

4. A munkastressz-index országok, nemek és régiók szerinti különbségei

A korábbiakban egyenként elemeztük a munkából eredő feszültségek különböző dimenzióinak trendjét az eltérő nemű, különböző országban és európai régióban élő, kettős munkaterhelésű házások életében. Most az ötféle feszültségváltozó szintetizálásával immár arra keressük a választ, hogy a házások a munkastressz mértékének milyen különbségével, egyenlőtlenségével élnek az életet. Ennek érdekében az ötféle munkafeszültséget mérő változót szintetizáltuk, az így keletkezett indexről azt tételeztük, hogy alkalmas a *munkastressz* trendjének mérésére.⁷

A minta 24 országát összehasonlítva a munkafeszültséget mérő változók-ból szintetizált „munkastressz-index” („workstress”) mentén azt tapasztaltuk, hogy a munkával összefüggő konfliktusok és feszültség összesített hatása, azaz a munkastressz a nemzetközi minta átlagához képest Ukrajna, Lengyelország, Csehország és Szlovákia mintájában a legmagasabb (4. ábra). Az átlag feletti munkastressz-hatást érző országok mindegyike korábban a szocialista blokkba tartozott. Ugyanakkor az is szembevetendő, hogy az ugyancsak

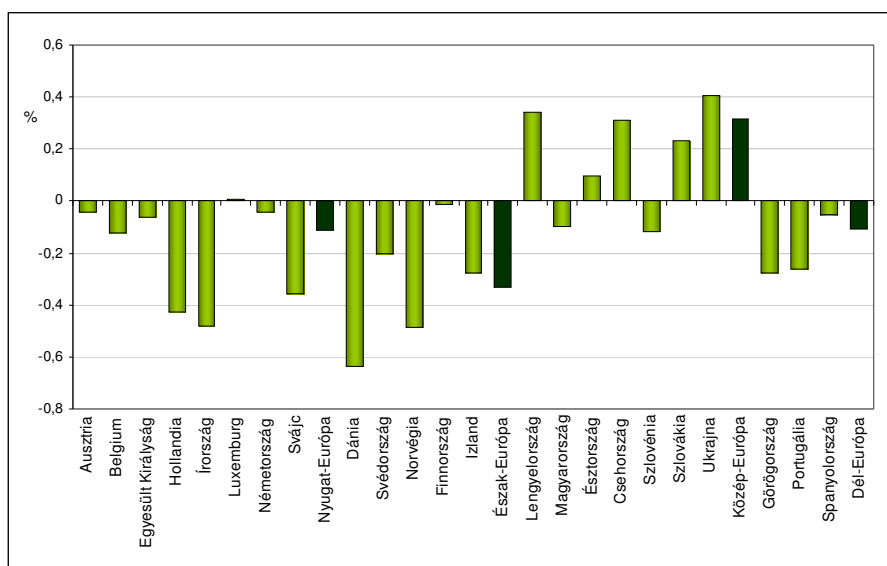
⁷ A negatív munkastressz-indexét a korábban bemutatott és elemzett ötféle ötfokozatú munkafeszültség skálák szintetizálásával hoztuk létre (workstress-skálaérték = 0,25). A skálák összevonása után keletkezett 25-fokú indexet ezután normáltuk. A normált, Z-score-okká alakított index (Z-workstress tartománya -1-től +1-ig terjed) mentén kerestük a házaspárokat sújtó kettős munkaterhelés által előidézett stresszhatás országok, nemek és régiók szerinti különbségeit.

ebbe a régióba tartozó *Magyarország és Szlovénia mintájában* a munkastressz a minta átlagától *gyengébb, vagyis ez utóbbi két országban mintha több módot találnának/keresnének a házások a negatív feszültségek kompenzálására, mint a többi volt szocialista országban.*

A legkisebb eséllyel szenvednek a munkastressztől a dán, a norvég, az ír, a holland és a svájci házások, vagyis a legjobban működő északi demokráciák, s a leggazdagabb európai országok állampolgárai.

4. ábra

A munkastressz országokénti és régiókénti átlagának trendjei (Z-score-átlagok)



Európa négy régióját összehasonlítva a legkínzóbb munkastresszt Közép-Kelet-Európa házasainál mértük, míg az index másik végpontját Észak-Európa jelenti (4. ábra). Még Dél-Európában is – ahol pedig a munka szervezethez, s a munka biztonsága elmarad a nyugati és északi régiótól – a mintaátlagtól, sőt a Nyugat-Európára jellemzőtől is kisebb a munkastressz értéke. Ez utóbbinak valószínűleg az lehet az oka, hogy a déli országokban élők a munkafeszültségeket nagymértékben kompenzálják az erős tradicionális családi közösség és a pénzkereső munkán kívüli kreativitás pozitív stresszhatásával.

A nők és férfiak által érzékelt munkastressz egyaránt Közép-Kelet-Európában a legerősebb, ám a feleségek még a régió belül is jelentősen nagyobb negatív stresszt élnek meg, mint a férjek (5. ábra). Minden bizonnyal itt – a másik három régióhoz képest – kisebb a női emancipáció, erősebb velük szemben az otthoni munkamegosztás területén a tradicionális elvárás,

akéhoz áll közel. Sajátos tehát a nők és férfiak közötti munkastressz egyenlőtlenségének összesített trendje. Miközben *a legtöbb stresszt Közép-Kelet-Európában élik meg a válaszadók, itt a nők is és a férfiak is más régióktól nagyobb munkastresszel élnek*, ám a férfiakéhoz képest a nők által elszenvedett munkastressz itt is magasabb. *A munkastressz mértékében a legnagyobb nemek közötti egyenlőtlenség azonban mégsem itt található, hanem Dél-Európában*, ahol a férfiak stresszmentes, kényelmes életéhez képest a nők élete sokkal nagyobb mértékű stresszt jelez.

5. A munkastresszt alakító individuális életfeltételek

Kutatásunk eddig elsősorban a nemzetközi összehasonlításra fókuszált, s azokat a különbségeket kerestük, amelyek az egyes országokban, régióban élő házaspáros nők és férfiak közötti munkaterheléséből eredő munkastresszének mértékét jelzik. Világosan kirajzolódott azok a régiók, országok gazdasági, társadalmi, kulturális hagyományainak, történelmi múltjának különbségeiből eredő tendenciák, amelyek nagymértékben növelik, vagy kedvező esetben csökkentik a házaspáros munkavállaló nők és férfiak által érzékelt munkastressz mértékét.

Megkíséreltük az individuális életfeltételi paraméterek mentén is keresni azokat a tényezőket, amelyek nagy eséllyel fokozzák az egyének munkastresszének mértékét. A munkastressz-indexszel pozitív korrelációt jelzett⁸, – s következésképpen minden bizonnyal az általunk bevont paraméterek közül legerősebben növeli az egyének által érzékelt munkastresszt – a *szubjektív anyagi helyzet* (0,156**) ⁹, valamint az, *ha a kettős munkaterhelés mellett a házaspárosoknak gyermekükről vagy más személyről is gondoskodniuk kell* (0,110**). Az előző tényezőkhöz képest már kevésbé van hatással, *ha a válaszadó neme nő, vagyis feleség státuszban van* (0,044**), és szignifikáns feszültségalakító tényező *az egészségi állapot is* (0,057**). Ugyanakkor a *válaszadó iskolai végzettségének munkastresszrel mért negatív irányú és gyenge korrelációja arra utal* (–0,027*), hogy noha az összefüggés kétségtelenül fennáll, ám a modellbe bevont magyarázó változók közül az iskolázottság¹⁰ hatása a leggyengébb.

⁸ A magyarázó változók: a) a nem (ref.: férfi); a család szubjektív vagyoni helyzete (ref.: nehéz, nagyon nehéz megélni); a családban él-e gyerek (ref.: van kiskorú gyerek a háztartásban); iskolai végzettség (ref.: legfeljebb alapfokú végzettség); szubjektív egészségi állapot (ref.: közepes vagy rosszabb).

⁹ A korrelációnál alkalmazott szignifikancia-szintek: *: < 0,05; **: < 0,01; ***: < 0,001.

¹⁰ A korreláció negatív értéke azt mutatja, hogy a magasabb iskolai végzettséggel rendelkezők kisebb munkastresszt élnek meg, mint a képzetlenebb válaszadók. Feltételezhető, hogy a magasabb iskolai végzettségűeknek nagyobb eszköztára van arra, hogy a megélt stresszt pozitív stresszrel tudják kompenzálni.

A fenti meghatározókkal készített regresszió elemzés¹¹ szerint a munkastresszt *a teljes mintánál a legnagyobb eséllyel a rossznak, gyengének érzett szubjektív anyagi-jövedelmi helyzet, a kiskorú gyermekről való gondoskodás felelőssége, s harmadikként a feleség-, anyaszerep növeli*. Meglepő módon a szubjektív egészségi állapot és az iskolai végzettség hatása az előbbiekhöz képest alig alakítja a munkastressz mértékét.

Az országok és régiók között a feszültségek mérésekor jelentős különbségeket találtunk. Megvizsgáltuk külön a magyar mintát is, azt keresve, hogy nálunk a fentebb említett életfeltételi meghatározók közül melyek hatására fokozódik leginkább a munkastressz. *A magyar részmintában a munkastressz-indexszel a teljes mintánál már jelzett, elemzésbe bevont, meghatározónak tételezett változók közül kizárólag a nem, vagyis a női, ill. feleségszerep jelzett szignifikáns korrelációs kapcsolatot (0,149*)*. A magyar részmintán végzett lineáris regresszió ugyancsak csupán a "nemet" vonta be magyarázó változóként. Az előzőek alapján tehát azt valószínűsíthetjük, hogy *Magyarországon a nemzetközi minta átlagától sokkal erősebb meghatározója a munkastressz-érzés kialakulásának, megélésének a női, feleség-, illetve anyaszerep, mint bármely más életfeltételi körülmény*.

6. A szubjektív életminőség és a munkastressz kapcsolata

A kiváló ókori filozófus szerint az emberi élet fő célja a boldogság, amit viszont kizárólag az erényes élettel lehet elérni (Arisztotelész 1984). A szubjektív életminőséget mérő egyik általánosan használt mérőeszköz – a boldogság-skála. Azt valószínűsítettük, hogy a rossz szubjektív életminőség, vagyis a boldogság-skálával mérve a boldogtalanságérzés és a munkastressz kölcsönhatásban állnak egymással, mégpedig felerősítik egymás hatását.

A két változó közötti korrelációs kapcsolat szerint *a növekvő boldogságérzéssel párhuzamosan jelentősen csökken a munkastressz-index értéke*. A két index közötti nyilvánvaló kapcsolat azonban azt is jelzi, hogy a boldogság mértéke csupán a tízfokú boldogság-skála legfelső fokain (8–10. fokán) tünteti el a munkastresszt. Következésképpen a stressz nélküli boldogok aránya a mintában meglehetősen alacsony (6. ábra).

Amennyiben nemenként elemezzük a boldogság és a munkastressz kapcsolatát, akkor a két nem között sajátos különbség jelentkezik a tízfokú boldogság-skála mentén (7. ábra). *A boldogtalan¹² férfiakra nem jellemző a munkastressz, miközben a boldogtalan nőket nagymértékben sújtja a boldogtalanság mellett a munkastressz is*. Másrészt *a boldogság-skála szinte minden egyes fokozatán a nők által megélt munkastressz erősebb, mint a férfiak*

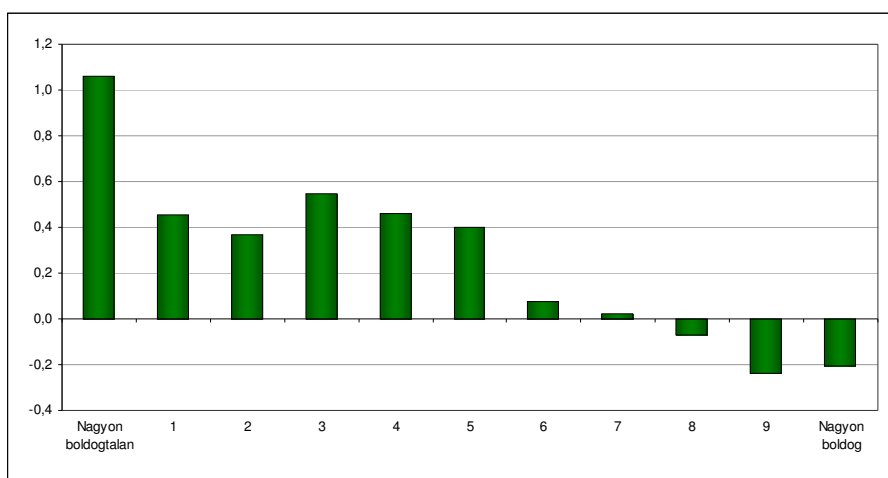
¹¹ Lineáris regresszió, stepwise eljárását alkalmaztuk. A 25-fokú munkastressz-indexet dichotómmá alakítottuk: 0–9 = 0, gyenge munkastressz; 10–15 = 1, erős munkastressz).

¹² Boldogtalan: azok, akik a tízfokú skálán az 1-es és 2-es értéket jelölték meg válasznak.

által érzett. A boldogság-skálán felfelé haladva, az átlagosnál boldogabbak körében azonban már – akár a nőket, akár a férfiakat vizsgáljuk –, rendszerint nem érzik a munkastressz nyomasztó hatását, illetve náluk már legyőzi, kompenzálja azt a kreatív tevékenység, vagy más, pozitív hatást nyújtó boldogságérzés.

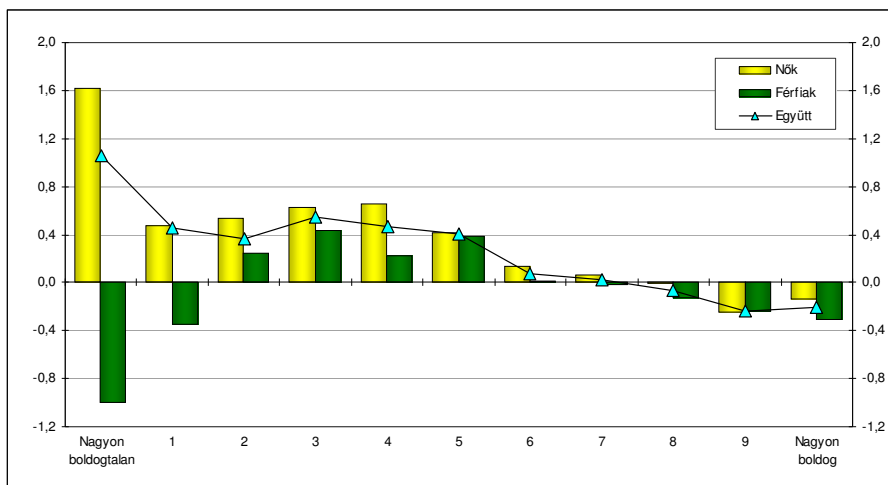
6. ábra

A szubjektív boldogság és munkastressz kapcsolata – a munkastressz-index átlaga a szubjektív boldogság skálája mentén (Z-score-átlagok)



7. ábra

A boldogság és a munkastressz nemenkénti átlagainak trendje (Z-score átlagok)



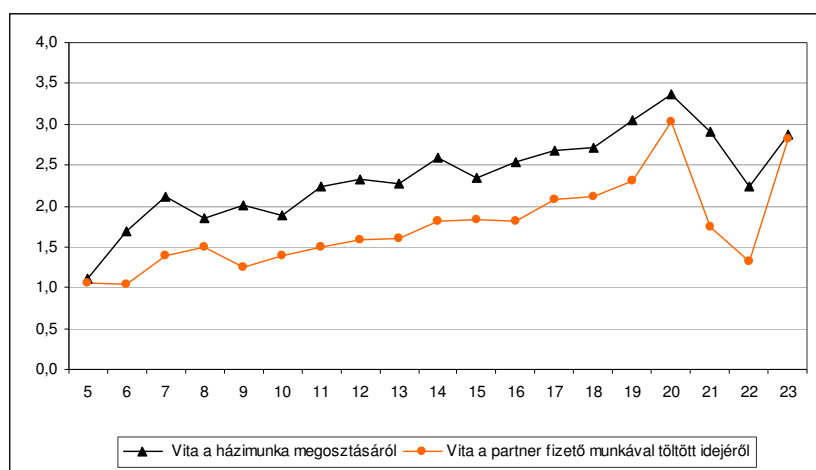
Az individuális létfeltételek közül hipotézisünk szerint a boldogtalanságot és a munkastresszt egyaránt nagymértékben fokozhatják a munkával összefüggő partnerek közötti konfliktusok, elsősorban a háztartási munkamegosztás kérdésében gyakori viták. A „*milyen gyakran vitatkozik partnerével a tekintetben, hogy miként osszák el a házimunkát*” – kérdésre adott válaszokból képzett skálával a munkastressz-index relatíve erős korrelációt jelzett (0,154**). Azonban még ennél is erősebb a munkastressz értéke, ha a vita tárgya az, hogy a partner túl sok időt tölt a munkahelyén pénzkereső munkával, és emiatt gyakran későn ér haza (0,194**).

A párok közötti vita azoknál a válaszadóknál a legritkább, akiknél alacsony a munkastressz értéke, valamint ott, ahol a munkastressz mértéke jelentős ugyan (22-es skálaérték), de a házaspár valamelyik tagja „vita” és „zokszó” nélkül magára vállalja, vagy tradicionális értékpreferenciájával, kiegyenlítettnek érzett, partneri reciprocitással ellátja a többletfeladatot. Ezek a körülmények blokkolják a vitát, s így a magas munkastresszt nem fokozza tovább háztartási veszekedés. (Ld. 8. ábra.)

Ezzel szemben a munkastressz-skála csúcsán a leggyakoribb a vita is, mégpedig elsősorban nem az otthoni munkamegosztás miatt, hanem a partner túlzott munkahelyi elfoglaltsága, házon kívüli tevékenysége miatt. Úgy tűnik, hogy a nagyon sok munkastresszel élők körében már nem a háztartási munkamegosztás okozza az éles vitát – itt azt már vagy a másik fél zokszó nélkül felvállalja, vagy külső személy elvégzi. Többségük magas státuszú, akiknél kiemelkedő vitaforrás lesz az otthontól, partnertől, családtól elvont, munkával töltött többletidő.

8. ábra

Munkastressz-index összefüggése a házaspár munkamegosztással összefüggő vitáit mérő két változójával



A szubjektív életminőséget – amennyiben azt a boldogság-skálával szimbolizáljuk – láthatóan nagymértékben rontja a munkastressz, és viszont. A munkastresszt fokozza a házaspár gyakori konfliktusa, amit gyakran a háztartási munka megosztása körüli vita gerjeszt, valamint az, ha valamelyik partnert túlságosan elfoglalja kereső munkája, s ezzel megrövidíti a partnerre, családra fordítható otthoni idő mértékét. Mindezek mögött a szegény társadalmakban gyakran az anyagi megélhetés biztonságának hiánya tétélezhető, ami a körülmények szülte nagyobb terheket, a több munkastresszt az anyák/feleségek vállára helyezi. A férfi pedig igyekszik a tradicionális férfi szerepnek megfelelően mind több pénzt keresni, másrészt a munkában az individuális sikert vagy a „flow” élményt keresni. Közben a férfiak is és feleségek is folyamatosan feszültséget, majd kumulálódó stresszt éreznek, hiszen az ambivalens értékpreferenciák hatására az elvárásoknak nem képesek eleget tenni.

7. Következtetések

A modern nagyipari társadalom korábban soha nem látott individuális szabadságot, de kényszereket is hozott a házas férfiak és nők életébe. Ezt az ellentmondást jól példázza a női munkavállalás. A nők pénzkereső munkájával szerezhető önálló jövedelem individuálisan növeli a feleségek gazdasági szabadságát, s egyszersmind felmenti a férjeket a családi jövedelem előteremtésének egyszemélyi felelőssége alól. A nemi erkölcsre vonatkozó modern értékpreferenciák döntő többsége felszabadította a férfiakat és a nőket a korábban tabunak tekintett házasság előtti szexuális kapcsolat tilalma alól, legalizálta a házasság előtti együttélést, élettársi kapcsolatot. A társadalom és a jog egyaránt elfogadja a rossz házasság válással történő felbontását.

Miközben a fent említett területeken ma már biztosított a nők és férfiak számára a korábbiaktól lényegesen szabadabb választás, más vonatkozásokban teljes gazdasági és pszichés függőség sújtja a modern értékek szerint élni kívánó házasfeleket. A nők és férfiak döntéseik során ambivalens értékprioritások hálójában vergődnek. Szocializációjuk hatására meg szeretnének felelni a hagyományos szülői, férfi és női szerepeknek, miközben munkavállalóként, független individuumként egyéni vágyaikat követve kívánnak élni.

Az ambivalens értékprioritások konfliktusokat generálnak a munkamegosztás területén is. A modern értékek nevében a házastárs mind több háztartáson belüli munkát vár el a férfiaktól is, hiszen a nők is pénzkeresőkké váltak. A nők valóban kikerültek a munkaerőpiacra, az önálló jövedelem biztosítja számukra a relatív gazdasági függetlenséget, ám a gyermekkori szocializációval interiorizált feleség-minták, tradicionális értékpreferenciák és az anyai szerephez kötődő kötelezettségek folyamatos pszichés feszültséget eredményeznek számukra.

Vizsgálatunk szerint *a modern és tradicionális értékpreferenciák ambiva-*

lens hatása a munkamegosztás területén a nők számára okoz nagyobb feszültséget. Kutatásunk azonban igazolta, hogy a munkastressz hatása nem kíméli a férfiakat sem: a lehetőségek és a korlátok együttese mindkét felet sújtja. Végül is a nők munkaerő-piaci részvétele és a háztartási munkamegosztás, családi feladatok ellátása gyakori konfliktust generál, sorozatos kompromisszumra kényszeríti a mindennapokban mind a házas nőket, mind a házas férfiakat. Noha a munkastressznek pozitív és negatív hatása egyaránt lehet, összességében a házaspárok körében erősebb a negatív munkastressz hatása.

Az európai országok és régiók összehasonlítása azt jelezte, hogy a munkahelyi és otthoni kedvezőbb technikai-civilizációs körülmények csökkentik a negatív munkastresszt. A gazdasági jólétben élő régiókban, országokban, ahol a háztartás technikai felszereltsége lerövidíti az otthoni munkaidőt, kevesebb negatív stressz termelődik mind a feleségek, mind a férjek életében. Ugyanakkor még a magasabb civilizációs jólétet felmutató régiókban, országokban is a munkából eredő negatív stresszhatás többnyire erősebben érinti a nőket, mint a férfiakat.

Különösen erős a negatív munkastressz Európa többi régiójához képest Közép-Kelet-Európa országaiban, s e régió belül is a nők körében. Itt a háztartás és a munkahely alacsonyabb technikai felszereltsége mellett, a társadalmi demokratikus hagyományok hiánya miatt is kisebb a munkavállalók autonómiája, a szervilizmus és kiszolgáltatottság érzés is több feszültséget eredményez a munkavállalók számára. Az alacsony bérek, jövedelmek kevés férfi, és főleg kevés nő számára teszik lehetővé a teljes gazdasági függetlenséget. Az együttélésre készítő gazdasági kényszer tehát erős. Ugyanakkor erős a házaspárokban interiorizált tradicionális munkamegosztási preferenciák pszichés nyomása is. A nők számára pszichés feszültséget okoz, ha nem képesek maradéktalanul eleget tenni a kettős munkateher ellenére minden háztartási feladatnak. A férfiakban pedig az fokozza a feszültséget, hogy a még mindig élő tradicionális értékpreferenciák hatására ma is gazdasági értelemben családfenntartók szeretnének lenni, ám a legálisan megszerezhető jövedelmek erre kevés esélyt biztosítanak. A házastársi munkamegosztásból eredő ellentmondások egyre több konfliktust generálnak a házasságban, családban, s egyre gyakrabban nehezítik meg az együttélést. A gazdagabb országok mintája azt jelzi, hogy a konfliktusok és a munkastressz mértéke a jóléttel ugyan csökken, de az interiorizált tradicionális értékek és a munkamegosztás különbségéből eredő pszichés terhek a technikai-civilizációs jólét növekedését követően is megmaradnak.

Irodalom

- Arisztotelész 1984: Politika. Budapest: Gondolat.
- Csikszentmihályi, M. 1990: Flow. The psychology of optimal experience. New York: Harper Perennial.
- Falussy B. 2002: Társadalmi hatások és változások a férfiak és nők munkaidő-felhasználásában. In: Nagy I.–Pongrácz T-né–Tóth I.Gy. szerk.: Szerepváltozások. Jelentés a nők és férfiak helyzetéről, 2001. Budapest: TÁRKI – Szociális és Munkaügyi Minisztérium Nőképviseleti Titkársága.
- Greenhaus, J. H.–N. J. Beutell 1985: Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10. pp. 76–88.
- Kopp M.–Skrabski L.–Löke J.–Szedmák S. 1996: A magyar lelkiállapot az átalakuló magyar társadalomban. *Századvég*, 2. sz., pp. 87–102.
- Louise A. T.–J. W. Scott 1989: *Women, work and family*. London: Routledge.
- Pongrácz, M. 2005: Opinions on gender roles findings of an international comparative study. In: I. Nagy–M. Pongrácz–I. Gy. Tóth eds.: *Changing roles. Report on the situation of women and men in Hungary*. Budapest: TÁRKI.
- Sellye J. 1988: *Stress distress nélkül*. Budapest: Gondolat.
- Sennet, R. 1998: *The corrosion of character. The personal consequences of work in the new capitalism*. New York: Norton.
- Simonyi Á. 1995: Munka nélkül. *Szociológiai Szemle*, 1995/1. pp. 55–70.
- Tóth I. Gy. 2009: Bizalomhiány, normazavarok, igazságtalanságérzet és paternalizmus a magyar társadalom értékszerkezetében.
<http://www.tarki.hu/research/gazdkult/publikacio.html>
- Utasi Á. 2002: *A bizalom hálójája. Mikro-társadalmi integráció és szolidaritás*. Budapest: Új Mandátum.
- Utasi Á. 2008: *Éltető kapcsolatok*. Budapest: Új Mandátum.