

Kontakt dla mediów:

e-mail: media@parp.gov.pl

Informacja prasowa

Warszawa, 26.11.2024 r.

Między pracą a życiem osobistym. Co liczy się dla polskich pracowników?

Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości (PARP) opublikowała raport, który kompleksowo analizuje wyzwania związane z zachowaniem równowagi między pracą a życiem osobistym oraz oczekiwania polskich pracowników wobec pracodawców. Wyniki pokazują, że choć wielu Polaków deklaruje satysfakcję zawodową, to zmagają się z wyzwaniami związanymi z przeciążeniem pracą i koniecznością rezygnacji z ważnych aspektów życia prywatnego.

Raport „Rynek pracy, edukacja, kompetencji” to synteza najważniejszych danych dotyczących krajowego i europejskiego rynku pracy oraz wybranych artykułów i raportów opublikowanych w październiku 2024 r. Pełna wersja raportu znajduje się na stronie PARP: <https://www.parp.gov.pl/component/publications/publication/rynek-pracy-edukacja-kompetencje-aktualne-trendy-i-wyniki-badan-pazdziernik-2024>.

Kariera ważniejsza od zdrowia psychicznego?

Według raportu RocketJobs.pl i justjoin.it¹ jednym z najczęściej wskazywanych problemów jest brak czasu na rozwijanie pasji i relacji społecznych. Aż 34% respondentów przyznało, że w ciągu ostatnich lat musiało zrezygnować z istotnych elementów życia prywatnego na rzecz pracy. Najczęściej dotyczyło to hobby (53%), zdrowia psychicznego (47%) oraz życia towarzyskiego (38%). Szczególnie narażeni na te problemy są pracownicy młodszych pokoleń, dążący do szybkiego awansu kosztem innych obszarów życia.

W odpowiedzi na te wyzwania, badani podkreślają znaczenie wsparcia ze strony pracodawców. Troska i szacunek ze strony pracodawcy wskazało aż 61% pracowników IT i 70% biurowych jako najważniejszy czynnik decydujący o dopasowaniu do pracy. Na drugim miejscu znalazło się satysfakcjonujące wynagrodzenie oraz poczucie, że wykonywana praca ma sens i pozwala na samorealizację.

Kto chce zmienić pracę?

Według badań, kobiety częściej odczuwają stagnację i brak rozwoju niż mężczyźni (37% do 32%). Poczucie niepewności zawodowej w ciągu najbliższych 2-3 lat częściej dotyczyć będzie kobiet niż mężczyzn. Czynniki te sprawiają, że więcej kobiet niż mężczyzn bardzo chciałoby

¹ <https://public.rocketjobs.pl/RaportJakPracowacByNieZalowac2024-rocketjobs.pl.pdf>

się przebranżowić lub zmienić pracę. Najczęściej o zmianie zawodu myślą osoby zarabiające do 4,5 tys. zł netto w wieku 28-44 lata.

Aby poprawić swoją pozycję na rynku pracy, pracownicy na własną rękę poszerzają swoje kompetencje: uczą się języka/języków obcych, szukają i korzystają z darmowych i płatnych szkoleń i kursów, zdobywają dodatkowe certyfikaty zawodowe.

Z badań Ranstad² wynika, że w trzecim kwartale 2024 r. 18% pracowników zadeklarowało zmianę pracy w ciągu ostatnich 6 miesięcy. Najczęściej dotyczyło to sektora transportu i logistyki (24%), telekomunikacji i IT (21%), a także budownictwa i handlu (20%). Aż 65% wskazało, że ma duże szanse na znalezienie nowej pracy tak samo dobrej lub lepszej niż dotychczasowa. Najbardziej optymistyczni byli kierowcy, najmniej pracownicy administracji publicznej.

Klucz do efektywności i zaangażowania

Pracodawcy, którzy odpowiadają na te oczekiwania, mogą nie tylko zwiększyć satysfakcję obecnych pracowników, ale także budować atrakcyjny wizerunek na rynku pracy. Tworzenie środowiska pracy sprzyjającego rozwojowi zawodowemu i osobistemu, wprowadzenie elastycznych rozwiązań oraz dbałość o komfort pracowników to kroki, które przyczyniają się do zwiększenia efektywności zespołów i lojalności pracowników.

[Raport PARP](#) jest nie tylko diagnozą wyzwań, z jakimi mierzą się pracownicy, ale także inspiracją dla pracodawców, jak tworzyć miejsca pracy, które sprzyjają równowadze między życiem zawodowym a osobistym. Wprowadzenie takich zmian może pomóc ograniczyć wypalenie zawodowe i zwiększyć zaangażowanie pracowników, co przyniesie korzyści całej organizacji.

Raport przygotowany w ramach projektu pozakonkursowego FERS pn. „Rozwój i doskonalenie systemu sektorowych rad ds. kompetencji”.



Dofinansowane przez
Unię Europejską



² <https://info.randstad.pl/hubfs/Monitor%20Rynku%20Pracy%20-%2057%20edycja%20-%20raport.pdf?hsLang=pl-pl>