



COVIDzīve

Šo pētījumu finansē Latvijas Republikas Izglītības un zinātnes ministrija, projekta nosaukums "Dzīve ar COVID-19: Novērtējums par koronavīrusa izraisītās krīzes pārvarēšanu Latvijā un priekšlikumi sabiedrības noturībai nākotnē," projekta nr. VPP-COVID-2020/1-0013

## Projekta papildu rezultāts Nr. 29

### **Rezultāta nosaukums:**

Ziņojums par dažādu sociāli demogrāfisko grupu darba un privātās dzīves saskaņošanas iespējām COVID-19 izplatības mazināšanai noteikto ierobežojumu periodā

### **Rezultāta sasniegšana:**

Izvērtējums par darba un privātās dzīves saskaņošanas elastības iespējām dažādās sociāli demogrāfiskās grupās, kāds ir mājražniecības pienākumu un pieaugušo ģimenes locekļu un bērnu aprūpes pienākumu sadalījums ārkārtējās situācijas laikā starp mājražniecības locekļiem un kā šo pienākumu sadalījums ietekmē nodarbinātības kvalitāti

### **Autori**

**Rīgas Stradiņa universitāte:** Ivars Vanadžiņš (vadošais pētnieks), Asnate Anna Linde, Linda Matisāne, Linda Paegle

**Vidzemes Augstskola:** Sarmīte Rozentāle, Ieva Grīntāle

**Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija:** Iluta Arbidāne, Lienīte Litavniece, Jeļena Lonska, Iveta Mietule

Rīgas Stradiņa universitāte, Vidzemes Augstskola, Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija  
2021. gada janvāris

## Saturs

Anotācija .....	2
Ievads / Vispārīgā daļa .....	4
Pētījuma metodoloģija .....	5
Teorētiski zinātniskās literatūras un iepriekš veikto pētījumu apskats .....	8
ES un LR normatīvo aktu apskats .....	14
DAS fokusgrupu diskusijas rezultāti .....	16
Darba devēju fokusgrupu diskusijas rezultāti .....	16
Nodarbināto respondentu aptauja.....	18
Eurofound datu analīze .....	64
Kopsavilkums .....	85
Secinājumi .....	99
Izmantotās literatūras un avotu saraksts .....	101

## Anotācija

Viens no pētījuma «Dzīve ar COVID-19: Novērtējums par koronavīrusa izraisītās krīzes pārvarēšanu Latvijā un priekšlikumi sabiedrības noturībai» 2.darba pakas “Pārmaiņas darba tirgū un nodarbinātības struktūrās, jaunā loģika sociālo pakalpojumu sniegšanā” darba tirgus darba grupas mērķiem bija izvērtēt darba un privātās dzīves saskaņošanas elastības iespējas dažādās sociāli demogrāfiskās grupās, t.i.,

- kāds ir mājsaimniecības pienākumu un pieaugušo ģimenes locekļu un bērnu aprūpes pienākumu sadalījums ārkārtējās situācijas laikā starp mājsaimniecības locekļiem,
- kā mainījās mājsaimniecības pienākumu sadalījums pirms pirmās ārkārtējās situācijas un ārkārtējās situācijas laikā, un kā šos pienākumus plāno sadalīt starp mājsaimniecības locekļiem nākotnē,
- kāda bija slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus ārkārtējās situācijas laikā,
- kādas izmaiņas tika veiktas mājsaimniecības dienas režīmā, lai līdzsvarotu darbu un privāto dzīvi,
- kā mājsaimniecības pienākumu sadalījums ietekmēja nodarbinātības kvalitāti, un otrādi, kā darba noslodze ietekmēja privāto dzīvi.

Tāpat pētījuma ietvaros

- tika analizēta darba devēju loma nodarbināto, tai skaitā attālinātā darba veicēju līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi veicināšanā, ņemot vērā, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā lielākai daļai nodarbināto bija nepieciešams vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni,
- tika apskatītas nodarbināto iespējas brīvi plānot un mainīt savu darba laiku un pielāgot darba grafiku atbilstoši savām personīgajām un ģimenes vajadzībām,
- tika izpētīts attālinātā darba veicēju psihoemocionālais stāvoklis un izjūtas, īpaši saistībā ar nodarbināto spējām apvienot darbu un ģimenes dzīvi,
- tika analizēti nodarbināto ieguvumi un zaudējumi, strādājot attālināti,
- kā arī tika izpētīts aktuāls jautājums par nodarbināto iespēju atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika.

Pētījumā veiktā analīze par dažādu sociāli demogrāfisko grupu darba un privātās dzīves saskaņošanas iespējām COVID-19 izplatības mazināšanai noteikto ierobežojumu periodā ir apkopota secinājumu veidā.

Pētījuma laikā tika organizētas darba devēju, darba aizsardzības speciālistu (DAS) fokusgrupu diskusijas un nodarbināto aptauja. Diskusiju un nodarbināto aptaujas rezultāti tika izanalizēti, ņemot vērā ziņojuma tematiku. Papildus ziņojumā tika izmantoti Eurofound 2020.gadā veiktās aptaujas divu viļņu rezultāti, kas papildina pētījuma rezultātus. Pētījuma rezultāti un secinājumi ir apkopoti ziņojuma veidā.

Vairāku pētījumu dati liecina, ka Latvijā COVID-19 pandēmijas izraisītā ārkārtējā situācija vairāk skārusi nodarbinātos, līdz ar to turpmāk būtu jāpievērš uzmanība tam, lai darba devēji sniegtu saviem darbiniekiem lielāku atbalstu – gan attālinātā darba organizēšanā (piemēram, nodrošinot iespēju brīvi plānot savu darba laiku, ieviest izmaiņas darba grafikā, kas ļauj apvienot darba pienākumus un mājsaimniecības pienākumus), gan psihoemocionālā atbalsta sniegšanā.

Nodarbināto darba forma ir viens no būtiskākajiem faktoriem, kas ietekmē nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru. Pētījuma rezultāti apliecina, ka Eiropā pastāv normatīvo aktu atšķirība attiecībā uz attālinātā darba izmantošanu un darba ņēmēju aizsardzību pret tā negatīvajām pusēm. LR Darba likumā atsevišķi nav atrunāta elastīgā darba režīma kārtība un attālinātā darba forma. Elastīgā darba laika piemērošana ir iespējama, izmantojot summētā darba laika uzskaites sistēmu, savukārt, attālinātais darbs ir iespējams, pusēm vienojoties. Pētījuma laikā darba devēji un DAS atzīmēja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laiks būtiski ietekmēja nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, īpaši tos, kam ir bērni. Strādājot attālināti, darbinieki mēdza neievērot darba grafiku, jo bija grūti nošķirt darba stundas un savu brīvo laiku, kā arī tika novērots darbinieku psihoemocionālā stāvokļa pasliktināšanās un spriedzes palielināšanās. Darba devēji skaidri izprot riskus, kas ir saistīti ar attālināto darbu, īpaši gadījumos, kad darba pienākumi ir jāapvieno ar rūpēm par ģimeni. Toties, tikai trešdaļa attālinātā darba veicēju norādīja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi ir pasliktinājies. Kopumā sabiedrības nodarbinātā daļa vairāk norādīja uz ieguvumiem, ko sniedz attālinātais darbs. Tas ir būtisks pamatojums tam, lai sekmētu attālinātā darba, kā vienas no nodarbinātības formām, izmantošanu Latvijā arī turpmāk.

Attiecībā uz mājsaimniecības pienākumu sadalījumu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka lielākais slogs mājsaimniecību pienākumu veikšanā bija sievietēm un tas saglabājās arī pēc COVID-19 pirmā viļņa, īpaši gadījumos, kad mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Sieviešu nākotnes plāni mājsaimniecības pienākumu sadalē pārsvarā ir saistīti ar lielāku partneru atbalstu, toties sieviešu īpatsvars, kas plāno, ka tieši viņas būs tās, kas veiks attiecīgo pienākumu arī nākotnē, joprojām pārsniedz vīriešu īpatsvaru.

Pētījuma praktiskie secinājumi un priekšlikumi prezentēti vairākās konferencēs un semināros<sup>1</sup> ar mērķi rosināt darba devējus ieviest uzņēmumos nodarbināto atbalsta pasākumus, lai veicinātu līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi.

**Atslēgas vārdi:** COVID-19, attālinātais darbs, elastīgais darba laiks, darba un privātās dzīves līdzsvars.

---

<sup>1</sup> Latvijas Brīvo Arodbiedrību Savienības Darba tiesību forums (prezentācija par attālināto darbu) (05.11.2020.); Latvijas Personāla vadīšanas asociācijas vebināru cikla par COVID-19 vīrusa izraisītās pandēmijas ietekmi uz darba tirgu un darbiniekiem Latvijā trešais tiešsaistes seminārs “Līdzsvarā ar privāto dzīvi un darbu Covid-19 laikā” (07.12.2020.); Biedrības „Korporatīvās ilgtspējas un atbildības institūts” (InCSR) un Ogres novada Sporta centra veselības vecināšanas nodaļas rīkotā konference labsajūtai “Emocionālā veselība darbā un mājās” (12.12.2020.).

## levads / Vispārīgā daļa

Ņemot vērā, ka cilvēks darbā pavada trešo daļu savas dzīves, nozīmīga loma, lai darba ņēmējs neinficētos ar SARS-CoV-2 vīrusu (turpmāk tekstā - COVID-19 vīrusu), ir darba vidē veiktajiem preventīvajiem pasākumi, kas mazina minētā vīrusa izplatīšanos. Starp svarīgākajiem pasākumiem tiek identificēti sekojošie - palikšana mājās, ja parādījušās jebkādas slimības pazīmes; regulāra roku mazgāšana un dezinficēšana, ja roku mazgāšana nav iespējama; distances 2 m ievērošana, telpu vēdināšana; dažādu tehnisku un organizatorisku pasākumu īstenošana, lai samazinātu kontaktu skaitu darba vietās (t.sk., veicot darbu attālināti). COVID-19 ārkārtējā situācija un tās ietvaros noteiktie ierobežojumi ne tikai Latvijā, bet arī pasaulē būtiski ietekmēja atsevišķu nozaru uzņēmējdarbību un atstāja iespaidu arī uz nodarbinātību šajās nozarēs (piemēram, sabiedriskā ēdināšana, izmitināšanas pakalpojumi, tūrisms, izklaide, pasākumu organizēšana u.c.).

Viens no pētījuma «Dzīve ar COVID-19: Novērtējums par koronovīrusa izraisītās krīzes pārvarēšanu Latvijā un priekšlikumi sabiedrības noturībai» 2. darba pakas “Pārmaiņas darba tirgu un nodarbinātības struktūrās, jaunā loģika sociālo pakalpojumu sniegšanā” darba tirgus darba grupas mērķiem bija izvērtēt COVID-19 izplatības mazināšanai noteikto ierobežojumu perioda ietekmi uz nodarbinātības formu izmaiņām un nodarbināto spējām apvienot darba pienākumus ar privāto dzīvi dažādos griezumos (nodarbināto dzimums, vecums, dzīves reģions, bērnu līdz 18 g.v. esamība mājāsaimniecībā, ieņemamais amats, uzņēmuma darbības nozare u.c.), identificēt nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru veicinošos un kavējošos faktorus kā no nodarbināto, tā arī no darba devēju puses. Tāpat pētījuma ietvaros tika izvērtēta darba devēju loma nodarbināto, tai skaitā attālinātā darba veicēju, līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi veicināšanā, ņemot vērā, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā lielākai daļai nodarbināto bija nepieciešams vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni. Pētījuma rezultāti ir apkopoti ziņojuma veidā.

Pētījumu veica pētnieku grupa no Rīgas Stradiņa universitātes (RSU) Darba drošības un vides veselības institūta, Vidzemes Augstskolas un Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas pētnieki RSU asociētā profesora Ivara Vanadziņa vadībā.

Pētījuma periods bija laika posms no 01.07.2020. līdz 31.12.2020.

Finansējuma avots – Valsts pētījumu programmas “COVID-19 seku mazināšana”, Projekts: “Dzīve ar COVID-19: Novērtējums par koronovīrusa izraisītās krīzes pārvarēšanu Latvijā un priekšlikumi sabiedrības noturībai nākotnē” (Nr. VPP-COVID-2020/1-0013).

Izmantotie saīsinājumi

COVID-19 *Coronavirus Disease 2019*

DAS darba aizsardzības speciālists

ES	Eiropas Savienība
LR	Latvijas Republika
OECD	<i>Organisation for Economic Cooperation and Development</i>
REDCap	<i>Research Electronic Data Capture</i>
RSU	Rīgas Stradiņa universitāte
SPSS	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>

## **Pētījuma metodoloģija**

Nodarbināto aptaujai tika izstrādāta aptaujas anketa, kas tika saskaņota ar Labklājības ministrijas Darba attiecību un darba aizsardzības politikas departamentu. Interneta vidē pieejamā e-aptauja pirms tās izplatīšanas tika testēta un precizēta. E-aptauja tika izplatīta ar saites palīdzību gan publiski pieejamās vietnēs, sociālajos tīklos, gan arī ar tiešo e-pastu palīdzību laika posmā no 28.09.2020. līdz 27.10.2020. Jebkurš cilvēks, kam bija pieejams internets, varēja aizpildīt e-aptauju. Aptaujā bija ievietots filtra jautājums, kas ļāva atlasīt nodarbinātos, kam bija pieejama pilna aptaujas versija (piemēram, uz anketas jautājumiem neatbildēja cilvēki, kas pēdējā gada laikā nav strādājuši vai aptaujas veikšanas laikā nodarbojās ar māsaimniecību). Līdzīgi kā Eurofound pētījumā (skatīt tālāk) arī šajā pētījumā kā aptaujas izplatīšanas metode tika izmantots tā saucamais sniega bumbas efekts un sociālo tīklu reklāma, reklāmu adaptējot, lai maksimāli rekrutētu trūkstošo respondentu grupas. Kopumā aptauju aizpildīja 1823 cilvēki, tomēr, ņemot vērā, ka anketa bija salīdzinoši gara, uz visiem jautājumiem atbildēja 1006 respondenti, kas arī tika izmantoti datu analīzei dažādos griezumos (piemēram, pa dzimumiem, vecumu grupām utt.). Nodarbināto aptaujas datus ir atspoguļoti tie dati, kas par attiecīgo jautājumu vai demogrāfiju bija pieejami, tāpēc katram attēlam ir norādīta izmantoto datu bāze. Aptaujas dati tika savākti un pārvaldīti, izmantojot REDCap elektronisko datu ievākšanas un apkopošanas rīku. REDCap ir droša, tīmekļa programmatūras platforma, kas paredzēta, lai atbalstītu datu ievākšanu pētījumiem.

Darba devēju fokusgrupu diskusiju ietvaros notika 8 fokusgrupu diskusijas. Tās tika organizētas gan klātienē, gan izmantojot tiešsaistes platformas Zoom vai MS Teams, bet diskusiju dalībnieki paši varēja izvēlēties savu dalības veidu. Dalībnieku atlase fokusgrupu diskusijām tika organizēta, gan ņemot vērā uzņēmumā nodarbināto skaitu, gan vietu, kur atrodas šis uzņēmums. Kopā diskusijās piedalījās 65 dalībnieki (sīkāk skatīt 1.tabulu).

1. tabula. **Apkopojums par darba devēju fokusgrupu diskusijām**

<b>Reģions</b>	<b>Dalībnieku skaits</b>	<b>Lielo uzņēmumu pārstāvji</b>	<b>Mazo uzņēmumu pārstāvji</b>
Rīga un Pierīga	17	11	6
Vidzeme	19	11	8
Latgale	17	7	10
Kurzeme un Zemgale	12	5	7
<b>Kopā</b>	<b>65</b>	<b>34</b>	<b>31</b>

Darba devēju fokusgrupu diskusijām tika izstrādātas vadlīnijas, kuras tika saskaņotas ar Labklājības ministrijas Darba attiecību un darba aizsardzības politikas departamentu. Diskusijas norisinājās laika posmā no 23.09.2020. līdz 15.10.2020., tāpēc fokusgrupu rezultāti raksturo uzņēmumu pieredzi, kas gūta par martā izsludināto ārkārtējo situāciju. Fokusgrupu diskusijas Vidzemē vadīja Vidzemes augstskolas pārstāvji, Latgalē – Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas pārstāvji, bet Rīgā un Pierīgā, kā arī Kurzemē un Zemgalē – RSU Darba drošības un vides veselības institūta pētnieki. Diskusijas notika, gan klātienē, gan izmantojot tiešsaistes platformas ZOOM vai MS Teams (ņemot vērā atsevišķu dalībnieku tehnoloģiskos ierobežojumus, piemēram, mikrofona trūkumus, daļa atbilžu tika iesniegtas rakstiski). Attiecībā uz darba devēju fokusgrupu diskusijām, svarīgi uzsvērt, ka diskusijām vislabprātāk piekrita to uzņēmumu pārstāvji, kuru prakse attiecībā uz darba aizsardzības jautājumiem vērtējama kā laba vai ļoti laba. Tā, piemēram, diskusijās piedalījās vairāku tādu uzņēmumu pārstāvji, kas ieguvuši darba aizsardzības labas prakses balvu “Zelta ķivere”. Lai gan pētnieki mēģināja uzrunāt dažādus uzņēmumus, tomēr daudzi uzņēmumi atteica dalību, ko pētnieki skaidro ar nevēlēšanos atklāt patieso situāciju uzņēmumā.

DAS fokusgrupu diskusiju ietvaros tika organizētas 2 fokusgrupu diskusijas, kuru komplektēšanā tika izmantots šāds princips - viena grupa DAS ar augstāko izglītību, kas strādā uzņēmumos ar darba līgumu, otra grupa - DAS ar augstāko izglītību, kas sniedz darba aizsardzības pakalpojumus kā kompetentie speciālisti vai kompetentās institūcijas. Katrā no diskusijām piedalījās 12 dalībnieki, kopā – 24 dalībnieki. Diskusijas notika, izmantojot tiešsaistes platformu ZOOM (ņemot vērā atsevišķu dalībnieku tehnoloģiskos ierobežojumus, piemēram, mikrofona trūkumus, daļa atbilžu tika iesniegtas rakstiski). DAS fokusgrupu diskusijām tika izstrādātas vadlīnijas, kuras tika saskaņotas ar Labklājības ministrijas Darba attiecību un darba aizsardzības politikas departamentu. Diskusijas norisinājās laika posmā no 09.09.2020. līdz 10.09.2020., tāpēc fokusgrupu rezultāti raksturo uzņēmumu pieredzi, kas gūta par martā izsludināto ārkārtējo situāciju. Abas diskusijas organizēja RSU Darba drošības un vides veselības institūts.

Šī ziņojuma izstrādē ir izmantotas arī datu bāzes no Eurofound veiktā pētījuma *“The Living, working and COVID-19 e-survey”* 2 pētījuma viļņiem (1. vilnis notika laika posmā no 2020. gada aprīļa līdz maijam, 2. vilnis - no 2020. gada jūnija līdz jūlijam, bet 3. viļņa dati šajā pētījumā netika izmantoti, jo anketēšana notika līdz 2020.gada oktobrim, un ziņojuma sagatavošanas laikā datu bāze nebija pieejama). E-aptaujas mērķis bija ātri savākt informāciju no respondentiem, kam ir pieejama aptaujas webseite. Anketu varēja aizpildīt jebkura persona, kas norādīja, ka ir sasniegusi 18 gadu vecumu. Atšķirībā no citiem Eurofound veiktajiem pētījumiem, šī anketas izplatīšanas metode nav reprezentatīva visai populācijai, jo respondenti tika rekrutēti, izmantojot tā saucamo sniega bumbas efektu, kā arī reklāmu sociālajos tīklos. Lai arī metode nav tik reprezentatīva kā citos gadījumos, tomēr tā ļauj iegūt datus par notiekošo populācijā un izprast situācijas attīstības tendences. Pētnieki sazinājās ar Eurofound un ieguva pirmo divu viļņu datu bāzes, ko analizēja šī nodevuma ietvaros ar mērķi iegūt pēc iespējas plašāku viedokli par pētāmo objektu. Kopā pasaulē pirmo divu viļņu laikā aptaujas anketas aizpildīja 91 753 respondenti, no kuriem 87 477 respondenti dzīvo kādā no 27 ES dalībvalstīm (63 354 respondenti 1. vilnī, 24 123 respondenti 2. vilnī). Respondentu skaits no Latvijas 1.vilnī bija 756, bet otrajā vilnī – 532. Šī pētījuma pievienotā vērtība ir iespēja salīdzināt situāciju Latvijā ar situāciju vidēji ES un citās ES dalībvalstīs (Eurofound, 2020).

Šī pētījuma ietvaros tika izmantoti arī Valsts pētījumu programmas projekta reCover-LV ietvaros veiktās sabiedriskās domas aptaujas rezultāti, ko veica sabiedriskās domas pētījuma centrs SKDS laikā no 2020. gada 11. līdz 22. septembrim, ar tiešās intervijas metodi aptaujājot 1011 respondentus vecumā no 18 līdz 75 gadiem.

Pētījuma ietvaros tika veikta arī politikas dokumentu analīze saistībā ar attālinātā darba jēdzienu, kā arī ES politikas dokumenti un normatīvie akti, kas ietekmē attālinātā darba regulējumu dažādās ES dalībvalstīs, tai skaitā Latvijā. Īpaša uzmanība tika pievērsta Eiropas Fonda dzīves un darba apstākļu uzlabošanai 2020. gada publikācijai *“Noteikumi par darba un privātās dzīves līdzsvaru digitāli elastīgajā darba režīmā, jaunas nodarbinātības sēriju formas”* (Eurofond, 2020), kā arī ES direktīvai par darba un privātās dzīves līdzsvaru vecākiem un aprūpētājiem (Direktīva (ES) 2019/1158..., 2019) un ar ko atceļ Padomes Direktīvu 2010/18/ES, un ES sociālo partneru Pamat nolīgumam par teledarbu (Commission of the European Communities, 2008). Savukārt, attiecībā uz Latviju tika analizēti grozījumi Darba aizsardzības likumā, kurā 2020. gadā tika ieviests termins *“attālinātais darbs”*, grozījumi likumā *“Par maternitātes un slimības apdrošināšanu”*, kas paredz pabalsta bērnu pieskatīšanai COVID-19 pandēmijas laikā izmaksu, esošā Darba likuma redakcija, kā arī plānotie Darba likuma grozījumi (Saeima, 2002; Saeima, 2020a, 2020b; LR Labklājības ministrija, 2020).

Datu analīzei tika izmantotas kvalitatīvās un kvantitatīvās metodes. Visi aptauju dati tika analizēti ar datu apstrādes programmu IBM SPSS 26. versiju un vizualizēti ar MS Excel.



## Teorētiski zinātniskās literatūras un iepriekš veikto pētījumu apskats

Piemērota darba un privātās dzīves līdzsvara atrašana ir izaicinājums visiem nodarbinātajiem. Nodarbināto spēja veiksmīgi apvienot darbu, ģimenes saistības un personīgo dzīvi ir svarīga gan darba devējiem, gan nodarbināto ģimenes locekļiem. Darba un privātās dzīves līdzsvars nozīmē ne tikai vienmērīgu laika sadalīšanu starp darbu un personīgo dzīvi, tas drīzāk ir saistīts ar elastību, kad ir iespējams darboties profesionālajā jomā, vienlaikus saglabājot laiku un enerģiju, ko veltīt personīgajai dzīvei. Pētījumos tiek uzsvērts, ka darba negatīvā ietekme uz darba un privātās dzīves līdzsvaru parasti ir koncentrēta bērnu audzināšanas agrīnajā posmā, kad nodarbinātajiem mājāsaimniecībā ir pirmsskolas vecuma bērni (Eurofound, 2017).

Eiropas valstīs pastāv atšķirīgas pieejas darba un privātās dzīves līdzsvaru veicināšanai un aizsargāšanai. Latvijā pirmais nozīmīgais pētījums par darba un privātās dzīves līdzsvaru ir V.Korpas promocijas darbs "Darba un ģimenes dzīves saskaņošana privātā sektora organizācijās". Minētā darba ietvaros ir analizēta darba un ģimenes dzīves saskaņošana Latvijā saistībā ar ģimenei draudzīgu darbavietu veidošanu, izvērtējot privātā sektora organizāciju pieredzi, praktiskās rīcības stratēģijas un iespējas ģimenei draudzīgas darba vides veidošanā. Teorētiskais ietvars balstīts teorijās, kas atklāj darba un ģimenes attiecību kompleksitāti, un teorijās, kas palīdz interpretēt organizāciju kā darbavietu lomu darba un ģimenes saskaņošanā un skaidro ģimenei draudzīgu darbavietu veidošanu. Izmantojot multidimensionālu pētījuma dizainu ir sniegts darba un ģimenes dzīves saskaņošanas iespēju un pamatproblēmu raksturojums, interpretētas organizāciju prakses un pieredze darba un ģimenes saskaņošanā, risināta diskusija par ģimenei draudzīgu iniciatīvu ieviešanas un izmantošanas kontekstualitāti, saturu un norisi, kā arī sniegta ģimenei draudzīgu darbavietu veidošanu kavējošo un motivējošo faktoru analīze (Korpa, 2012).

Zinātniskajos pētījumos pasaulē kopumā ir dažādas pieejas konceptu izmantošanā, t.i. darba un ģimenes dzīves līdzsvars, darba un privātās dzīves līdzsvars u.c. Līdzšinējos pētījumos nereti attiecībā uz darba un privātās dzīves līdzsvara jēdzienu tiek pētīts tieši līdzsvars starp ģimenes un profesionālo dzīvi (Ramakrishnan, 2020a, 2020b). Paplašinot izpratni par to, kuras dzīves jomas ir jāapvieno un jāsaskaņo, plaši tiek izmantoti jēdzieni "darba un dzīves līdzsvarošana" (*work-life balance*) vai arī "darba un personīgās dzīves saskaņošana" (*work-personal life reconciliation*), tādējādi veidojot darba un ārpusdarba dzīves iedalījumu, un uzsverot, ka jāsaskaņo nav tikai darbs un ģimenes dzīve, bet arī reliģiskās aktivitātes, iesaiste kopienas dzīvē, izglītošanās un citas aktivitātes (Korpa, 2012). Gados jauni darbinieki, kas ir nodarbināti vadošajos amatos, cenšas līdzsvarot laiku, ko pavadā, veidojot karjeru, ar laiku, ko pavadā kopā ar ģimeni. Vēlme gūt panākumus karjerā ir iemesls, lai pavadītu garas stundas darbā. Tajā pašā laikā ģimenes prasības līdz ar bērnu piedzimšanu un audzināšanu kļūst arvien augstākas. Strādājot abiem vecākiem, šis darba un ģimenes konflikts kļūst nozīmīgs stresa avots. Pašreizējā darba un privātās dzīves līdzsvara koncepcija ir plašāka, kur līdzsvars tiek "meklēts" starp darba laiku un ārpus darba pavadīto laiku. Tas sastāv no sevis, laika, stresa, pārmaiņu, tehnoloģiju un atpūtas pārvaldīšanas. Tā, piemēram, pārvietošanās intensīvas satiksmes apstākļos sastrēgumu stundās, kam seko biznesa vakariņas pēc darba laika un mērķtiecīga darba kultūra, cilvēkiem rada milzīgu stresu. Viens no risinājumiem ir elastīgs darba laiks un darbs mājās, lai mazinātu stresu un

nodrošinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru (Ramakrishnan, 2020a, 2020b). Darba un privātās dzīves līdzsvars veidojas, kad personai ir vienāda līmeņa prioritātes attiecībā uz savas karjeras prasībām un personiskās dzīves prasībām. Kā biežāk sastopamie iemesli, kas izraisa disbalansu darba un privātās dzīves līdzsvarā, tiek norādīti sekojoši - pieaug atbildība saistībā ar pienākumiem darbā, tiek strādāts ilgāks darba laiks, pieaug atbildība saistībā ar pienākumiem mājās, kā arī darbiniekiem, kuriem ir bērni. Savukārt, pozitīvs darba un privātās dzīves līdzsvars mazina darbinieka stresu, mazina izdegšanas risku un rada lielāku labsajūtu. Tas pozitīvi ietekmē ne tikai pašu darbinieku, bet arī darba devēju (Sanfilippo, 2020). Darba un privātās dzīves līdzsvaru var skatīt daudz plašāk, ņemot vērā tā pozitīvo ietekmi uz sabiedrības un ekonomikas ilgtspēju. Darba un privātās dzīves līdzsvara uzlabošana ir saistīta ar augstāka līmeņa mērķiem, tostarp: palielināt nodarbinātību darba tirgū, nodrošināt vienlīdzīgas iespējas dažādiem dzimumiem, demogrāfisko problēmu risināšana. Līdz ar vecumu mainās gan mūsu, gan bērnu vai apgādājamo vajadzības. Mainās arī mūsu vajadzība pēc darba un privātās dzīves līdzsvara (Parent-Thirion, 2016).

Jau šī gadsimta sākumā attālinātais darbs tika novērtēts kā svarīgs rīks darba un privātās dzīves līdzsvara sekmēšanā. Attālinātais darbs ļauj sekmīgi veikt dažādus pienākumus ģimenē, turklāt tas var būt īpaši noderīgs darbiniekiem ar bērniem, jo tas ļauj barot bērnu ar krūti, aprūpēt slimu bērnu vai pieskatīt mazus bērnus, kuriem varētu būt skolas brīvdienas. Regulārs attālinātais darbs piedāvā papildu priekšrocības, jo tas samazina ar darbu saistītus izdevumus (piemēram, ceļa izmaksas) un ietaup laiku, ko pavadām ceļā uz darbu (Hein, 2005).

COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā daudzi cilvēki bija spiesti strādāt mājās. Sākotnēji tika novērotas zināmas gaidas attiecībā uz iespēju strādāt mājās kā pozitīvu faktoru, kas sekmēs darba un privātās dzīves līdzsvaru. Tomēr parādījās negatīvas tendences, jo darbinieki bija tikai viena zvana vai ziņas attālumā no darba devēja, un tādējādi tika gaidīts, ka darbinieks strādās ārpus darba laika un arī būs pieejams ārpus darba laika. Nenoteiktības un brīvā laika pavadīšanas laiks kopā ar ģimeni nereti radīja lielāku stresu. Tā kā daudzas organizācijas un indivīdi nebija gatavi šīm pēkšņajām pārmaiņām, ir pieļautas daudzas kļūdas, rezultātā vēl vairāk aktualizējas jautājums par darba un privātās dzīves līdzsvaru. Tajā pašā laikā ārkārtējā situācija ir devusi vērtīgas mācības. Sabiedrībai ir dota iespēja padomāt par to, ko patiesībā nozīmē sadarboties un kā tas var uzlabot uzņēmumu un darbinieku sadarbību. Darba devēji ir saskārušies ar jauniem izaicinājumiem, turklāt ir būtiski nodrošināt nākotnē gan uzņēmumu ekonomisko izaugsmi, gan jārada prakse, kas atbalsta darbinieku darba un privātās dzīves līdzsvaru. Darba un privātās dzīves līdzsvars, īpaši nenoteiktā laikā, piemēram, COVID-19, ir būtisks darbinieku izaugsmei, personīgai laimei un uzņēmuma noturēšanai. Kad darbinieki tiek atbalstīti, lai atrastu pozitīvu darba un privātās dzīves līdzsvaru, viņi parasti ir vairāk motivēti veikt darbu kvalitatīvi (Ramakrishnan, 2020a, 2020b).

Atsevišķi veiktie pētījumi pasaulē uzrāda, ka ārkārtējās situācijas laikā lielākajai daļai cilvēku nav uzlabojusies darba un dzīves līdzsvars, kaut arī viņi varēja pavadīt vairāk laika kopā ar ģimeni un nebija jātērē laiks ceļā uz darbu. Lielākajai daļai cilvēku COVID-19 ārkārtējās situācijas periods šķita vairāk saspringts, jo vairāk laika pavadīja vebināros un sanāksmēs. Viņiem pietrūka arī "tērēšanu" ar kolēģiem. Sadalījums starp ģimenes laiku un darba laiku tik ļoti pārklājās, ka viņiem šķita grūti tikt galā

ar to. Problēmu papildināja neskaidrība par darbu un nākotni. Kamēr sievietes pirms COVID-19 pandēmijas sākuma jau veica lielāko daļu neapmaksātā aprūpes darba māsaimniecībās, jaunie pētījumi liecina, ka krīzes rezultātā šī slodze ir dramatiski palielinājusies. Iespējams, ka negatīva ietekme uz sievietēm un ģimenēm ilgs vēl vairākus gadus. Tas, ko mēs parasti saucam par “ekonomiku”, nedarbotos bez (bieži neatzītā) darba, ko nodrošina “aprūpes ekonomika”: ikdienas sadzīves nodrošināšana, gatavojot ēdienu, audzinot bērnus utt. (Ramakrishnan, 2020a, 2020b; Power, 2020).

Pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas veiktie pētījumi liecina par apmaksāta un neapmaksāta darba nevienlīdzīgu sadalījumu starp vīriešiem un sievietēm Eiropas valstīs, tai skaitā arī Latvijā. Īpaši tas attiecas uz ģimenēm ar bērniem pirmskolas vecumā. Tika secināts, ka ilgam darba laikam ir negatīva ietekme uz darba un privātās dzīves līdzsvaru, un gan vīrieši, gan sievietes norāda, ka ilgas darba stundas samazina viņu iespējas apvienot darbu un ģimenes pienākumus. Īpaši izteikta darba negatīvā ietekme uz darba un privātās dzīves līdzsvaru mēdz koncentrēties nodarbināto dzīves posmā, kad viņi audzina pirmsskolas vecuma bērnus. Parasti šis periods sakrīt ar darba laika samazināšanu strādājošām mātēm un palielinājumu strādājošiem tēviem, toties abu dzimumu pārstāvji dotu priekšroku strādāt īsākas stundas šajā dzīves periodā (Eurofound, 2017).

Eurofound dati liecina, ka jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas Latvijā sievietes vidēji par 9 stundām nedēļā ilgāk nekā vīrieši veica neapmaksātos pienākumus māsaimniecībās – attiecīgi sievietes to darīja 22 stundas un vīrieši 13 stundas. Savukārt apmaksātā darba laika atšķirība sastādīja tikai 4 stundas, t.i., vidēji 37 stundas nedēļā apmaksātajā darbā bija nodarbinātas sievietes un 41 stundu - vīrieši. Tas nozīmē, ka sievietes vidēji par 5 stundām nedēļā vairāk veica apmaksātos darba un neapmaksātos mājas pienākumus, salīdzinot ar vīriešiem (Eurofound, 2018).

Attālinātais darbs COVID-19 pandēmijas laikā bija sarežģītāks nekā attālinātais darbs normālos apstākļos, jo tas bija obligāts, nevis brīvprātīgs, nereti pilnas slodzes darbs, nevis nepilna laika vai gadījuma rakstura darbs. Tāpat atsevišķu pētījumu ietvaros veiktās aptaujas uzrāda, ka ir arī pozitīva pieredze, strādājot attālināti no mājām (Cartmill, 2020). Atbalstāma pieeja, kas sekmētu nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, ir organizēt un vērtēt attālināto darbu pēc rezultātiem, nevis koncentrējoties uz stundu skaitu vai konkrētajiem darba grafikiem. Nosakot skaidri definētas prasības attiecībā uz konkrētajiem sasniedzamajiem rezultātiem, darbinieki ir labāk sagatavoti, lai pārvaldītu savu laiku un veicamos uzdevumus, tādējādi efektīvi līdzsvarotu savus darba pienākumus ar personīgo dzīvi, t.sk., ģimenes pienākumiem. Viena no nozīmīgākajām problēmām, ar ko pandēmijas laikā saskārās darbinieki, kuri strādāja attālināti, ir darba un privātās dzīves konflikts, jo viņi piedzīvo neskaidru robežu starp darbu un personīgo dzīvi. Robežu definēšana starp darbu un personīgo dzīvi vienmēr ir aktuāls jautājums attālinātā darba gadījumā, taču tas ir īpaši problemātisks unikālo pandēmijas apstākļu dēļ (ILO, 2020). Krīze COVID-19 laikā ir sagrāvusi priekšstatu, ka algots darbs un personīgā dzīve ir divas pilnīgi atšķirīgas jomas, kā arī ir radies mīts, ka darbinieki vienmēr var būt un viņiem jābūt pieejamiem darba devējam, lai veiktu savas ar darbu saistītās funkcijas (ILO, 2020). Pētījumi ir parādījuši, ka attālinātais darbs palielina darba intensitāti un iejaucas darba un privātās

dzīves līdzsvarā, kas nelabvēlīgi ietekmē attālinātā darba veicēju labsajūtu un stresa līmeni (Eurofound and ILO, 2017)

Brīvā laika daudzums un kvalitāte ir svarīga cilvēku vispārējai labsajūtai, un tā var dot papildu labumu fiziskai un garīgai veselībai. Veiktie pētījumi liecina, ka garas darba stundas var pasliktināt darbinieku veselību, apdraudēt drošību darbā un palielināt stresa līmeni. Saskaņā ar OECD datiem Latvijā pilnas slodzes darbinieki vidēji 58% no diennakts laika jeb 13,8 stundas velta personīgai aprūpei (ēšanai, gulēšanai utt.) un atpūtai (socializēšanās ar draugiem un ģimeni, vaļaspriekiem, spēlēm, datoru un televīzijas lietošanai utt.), kas ir mazāk, salīdzinot ar OECD vidējo rādītāju - 15 stundām, un tas ir 6. zemākais rādītājs OECD valstu vidū (OECD, 2020). Tas ir saistīts ar to, ka Latvijā ir salīdzinoši gara darba nedēļa, piemēram, 2019.gadā Latvijā darba ņēmēju vidējais nostrādāto stundu skaits nedēļā sastādīja 38,8 stundas (ņemot vērā gan normālā laika, gan nepilna laika strādājošos) (Eurostat, 2019). Salīdzinot ar pārējām ES valstīm, tieši Baltijas valstīs ir vislielākais nodarbināto īpatsvars, t.i. 66,9%, kuru darba nedēļa ilgst no 35 līdz 42 stundām (dzimumu griezumā - 66,8% sievietes un 67,1% vīrieši). Toties, analizējot Eurofound datus par darba nedēļas garumu dzimumu griezumā, var secināt, ka Latvijā nodarbinātie vīrieši vidēji strādā 40,1 stundas nedēļā, savukārt, sievietes - 37,3 stundas nedēļā. Kopumā statistiskā informācija liecina, ka darba nedēļas garums gan sievietēm, gan vīriešiem ir ilgāks tieši Austrumeiropas valstīs (Baltijas valstīs, Horvātijā, Rumānijā, Bulgārijā, Slovākijā, Slovēnija u.c.). Tas galvenokārt ir saistīts ar reti sastopamo nepilnas slodzes darba laiku šajā valstu grupā (Eurofound, 2017).

Tendences darba tirgū jau pirms COVID-19 pandēmijas uzrādīja, ka darba devējiem nākas saskarties ar grūtībām un nozīmīgiem izaicinājumiem, piesaistot uzņēmumos nepieciešamo darba spēku gan kopumā, gan dažādos kvalifikācijas un amatu līmeņos. Elastīgu darba laiku un dažādas sociālas garantijas darba devēji nereti norādīja darba sludinājumos kā labumus, kas varētu ieinteresēt potenciālos darba ņēmējus. Kā šos papildus ieguvumus vērtēja Latvijā strādājošie, tika pētīts Eiropabarometra aptaujā par darba un privātās dzīves līdzsvaru. Latvijā aptauju Flash Eurobarometer 47 ietvaros veica pētījumu aģentūra Kantar laikā no 2018. gada 26. līdz 30. jūnijam, aptaujājot 1000 Latvijas iedzīvotājus vecumā no 15 gadiem. Kopumā aptauja tika veikta 28 ES dalībvalstīs (aptaujāti 26 578 respondenti). No tiem Latvijas iedzīvotājiem, kuriem elastīgs darba laiks nebija pieejams, 65% vēlējās izmantot elastīgu darba laika iespēju jeb pielāgot darba sākuma un beigu laiku. Aptuveni katrs piektais (18%) vēlējās izmantot iespēju strādāt no mājām, katrs desmitais (12%) vēlējās izmantot nepilna darba laika iespēju jeb strādāt nepilnu slodzi. Rezultāti atklāj, ka vairākums jeb 73% Latvijas strādājošo (pašnodarbinātie, algoti darbinieki un fiziska darba veicēji) kopumā bija apmierināti ar savu darba un privātās dzīves līdzsvaru, tomēr vidējais kopējās apmierinātības līmenis ES strādājošo vidū bija būtiski augstāks – 79%. Raugoties uz darba un privātās dzīves līdzsvaru Baltijas valstu līmenī, arī Igaunijas un Lietuvas iedzīvotāju apmierinātības līmenis bija nozīmīgi augstāks nekā Latvijā un pārsniedz tā vidējo līmeni Eiropā, attiecīgi 80% Lietuvas un 81% Igaunijas iedzīvotāju ir apmierināti ar savu darba un personīgās dzīves līdzsvaru (Kantar, 2018).

Šīs aģentūras 2020. gada augustā veiktā pētījuma rezultāti rāda, ka Latvijā strādājošiem COVID-19 ierobežojumu laikā pavasarī salīdzinoši visgrūtāk bija salāgot darba un privāto dzīvi, kā arī rūpes par

ģimeni. Iezīmējās tendence, ka sievietes, strādājošie ar zemiem ģimenes vidējiem ienākumiem (līdz 300 EUR mēnesī) un tie, kuriem ģimenē ir bērni (it īpaši, ja vairāk nekā četri), salīdzinoši biežāk norādīja uz to, ka bija grūti sabalansēt attālināto darbu ar rūpēm par bērniem un bērnu audzināšanu. Domājams, ka to lielā mērā ietekmēja bērnu attālinātais mācību process un ikdienas režīma izmaiņas, par kurām rūpes galvenokārt bija nepieciešams uzņemt sievietēm, pie tam paralēli savu darba pienākumu pildīšanai neatkarīgi no darba režīma (klātienē vai attālināti) (Kantar, 2020).

Ir jāatzīmē arī virkne attālinātā darba negatīvo iezīmju, kas potenciāli var ietekmēt darba un privātās dzīves līdzsvaru, kā arī nodarbināto psihoemocionālo stāvokli, un attiecīgi arī darba efektivitāti. Pieejamie dati liecina, ka attālinātā darba laikā darbiniekiem ir grūtāk ievērot ES direktīvās (Direktīva 2003/88/EK..., 2003; Direktīva (ES) 2019/1152..., 2019; Direktīva (ES) 2019/1158..., 2019) un valsts normatīvajā regulējumā noteiktos termiņus, kas saistīti ar atpūtu un maksimālo nedēļas darba laiku, īpaši saistībā ar neapmaksātu virsstundu darbu. Attālinātā darba laikā robežas starp darba un privāto laiku kļūst vairāk neskaidras, līdz ar to ir grūti atšķirt darba laiku no atpūtas periodiem (Eurofound, 2020). Eurofound pētījumi liecina, ka, kaut arī attālinātā un elastīgā darba izmantošana ļauj darbiniekiem labāk līdzsvarot darba laiku un brīvo laiku, toties tā var arī negatīvi ietekmēt darba un privātās dzīves līdzsvaru, jo teledarba vai elastīgā darba veicēji biežāk strādā garākas stundas un virsstundas, viņiem ir mazāk atpūtas periodu, un viņiem ir mazāk paredzami un neregulārāki grafiki (izņemot nakts darbu). Iemesli tam ir liela darba slodze, sasniedzamība ārpus parastā darba laika, biežie pārtraukumi un - zināmā mērā - autonomijas līmenis (Eurofound, 2019).

Pētījumi liecina, ka attālinātais darbs rada darbinieku socializācijas trūkumu un paaugstina stresu nodarbinātajiem. Piemēram, Microsoft 2020. gada augustā veiktā pētījuma par COVID-19 pandēmijas ietekmi uz darbinieku labsajūtu rezultāti liecina, ka atsevišķajās pasaules valstīs (Brazīlijā, ASV, Vācijā) pandēmija būtiski paaugstināja darbinieku izdegšanas sajūtu darbā. Kā vieni no stresa faktoriem tika minēti līdzsvara trūkums starp darbu un privāto dzīvi, sajūta, ka esi atstumts no kolēģiem un nespēja kontrolēt savu darba noslodzi. Microsoft dati liecina, ka kopš COVID-19 pandēmijas sākuma par 69% pieauga tērēšanas skaits MS Teams sistēmā starp kolēģiem pēc darba dienas beigām, pie tam pieauga tieši to cilvēku skaits, kas līdz pandēmijai vienmēr pēc darba atslēdzās no digitāliem rīkiem, bet pandēmijas laikā to vairs nedarīja un bija sasniedzami arī ārpus darba laika (Microsoft, 2020).

Ņemot vērā Microsoft veiktā pētījuma datus, ir jāatzīmē, ka attālinātā darba veicēji kā ieguvumu atzīmē laika ekonomiju, kas iepriekš bija jāpatērē ceļā no/uz darbu, bet tai pat laikā daļa respondentu norāda, ka pirms tam ceļā pavadītais laiks palīdzēja viņiem psiholoģiski pārslēgties no darba uz privāto dzīvi (un otrādi), bet tagad bez šīs rutīnas viņi jūtās emocionāli izsmelti, un līdz ar to viņiem ir grūtāk sadalīt darbu un privāto dzīvi. 70% respondentu atzīmē, ka meditācija varētu palīdzēt viņiem mazināt ar darbu saistīto stresu. Īpaši to atzīmē 83% attālinātā darba veicēju, kas ir spiesti attālinātā darba apstākļos rūpēties par bērniem vai kontrolēt bērnu apmācību (Microsoft, 2020).

“ERDA Group” 2020.gada vasarā veiktajā pētījumā par attālināto darbu, piedaloties vairāk nekā 100 dažādu nozaru Latvijas un Baltijas uzņēmumu pārstāvjiem, tika secināts, ka vairāk kā 60% uzņēmumu pārstāvju viennozīmīgi atzina, ka darbiniekiem ir kļuvis daudz grūtāk nošķirt darba un privātās dzīves jomas. Katrs ceturtais atzīst, ka darbiniekiem konstatētas mentāla rakstura veselības problēmas, ko

radījies attālināts darbs un sociālā izolētība. 61% aptaujāto norādījuši, ka, strādājot attālināti, darbinieki saskaras ar grūtībām uzturēt darba un privātās dzīves līdzsvaru, taču 26% atzīst, ka attālinātā darba rezultātā darbinieki piedzīvojuši mentālās veselības problēmas sociālās izolācijas un ekonomiskās nedrošības dēļ. Lai arī darbinieku vēlme saņemt atbalstu no darba devēja saistībā ar mentālās veselības jautājumiem pieaug, tikai 11% aptaujāto uzņēmumu pārstāvju ieviesuši jaunas mentālās veselības programmas COVID-19 pandēmijas ietekmē (Apollo, 2020).

Darba laika samazināšana, it īpaši vīriešu vidū, ir mazāk populāra nekā lielāka darba laika elastība dienas un nedēļas garumā (Eurofound, 2017). Latvijā trūkst elastīgā darba laika formu, kuras varētu pielietot ilgtermiņā, un kuras neatstātu negatīvu ietekmi uz nākotnes pensijas ienākumiem, kā arī uz karjeras izredzēm, īpaši sievietēm. Viens no risinājumiem, kas varētu sekmēt situācijas uzlabošanu Latvijā, varētu būt “darba laika banku sistēmas” integrēšana darba laika uzskaites normatīvajā regulējumā. Šāda prakse veiksmīgi tiek pielietota Somijā, Vācijā, Lielbritānijā u.c. Ziemeļeiropas un Rietumeiropas valstīs, sniedzot darbiniekiem iespēju elastīgi plānot laiku darbam un ģimenei (ILO, 2004; Lehti Tek, 2020).

Līdzsvara zudums starp darbu un privāto dzīvi ir viens no faktoriem, kas negatīvi ietekmē darba ilgspēju (spēju strādāt līdz 60 vai vairāk gadiem), t.i. darbinieku fizisko un mentālo veselību, kā arī labjūtību. Darba un privātās dzīves līdzsvars sekmē darba efektivitātes un ražīguma pieaugumu, darbinieku veselības stāvokļa uzlabošanu, darbinieku augstākās motivācijas un lojalitātes stiprināšanu u.c. Lai veicinātu nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, darba devējiem ir jāpielieto tādas darba laika formas, kas novērš negatīvu ietekmi uz darbinieku veselību un labjūtību, ģimenei draudzīgu iniciatīvu iekļaušanu uzņēmumu personālpolitikā, slēdzot koplīgumus nozaru vai uzņēmumu līmenī.

Darba un privātās dzīves līdzsvarošanas grūtības nevar atrisināt tikai ar darba laika politikas pasākumiem un/vai apmaksājamu un elastīgu ar ģimeni saistītu atvaļinājumu sistēmu. Paralēli ir jādomā arī par kvalitatīvu, pieejamu, ģimenes atbalstošu aprūpes infrastruktūru (t.i., bērnu aprūpe, vecāka gadagājuma cilvēku aprūpe, cilvēku ar speciālajām vajadzībām aprūpe un citi sabiedriskie pakalpojumi). Prasības darba un privātās dzīves līdzsvarošanai ir ļoti atkarīgas no indivīda personiskajiem apstākļiem, piemēram, partnera darba laika un bērnu vai vecāka gada gājuma apgādājamo personu klātbūtnes mājāsaimniecībā. Un šie apstākļi dzīves laikā mainās īpaši tas kļūst aktuāli, ņemot vērā pašreizējo pensionēšanās vecuma atlikšanu un paredzamā dzīves ilguma pieaugumu, kas nozīmē, ka nākotnē kļūs aktuāli nodrošināt līdzsvaru starp darbu un ģimenes locekļu ilgtermiņa aprūpi. Tāpēc ir svarīgi veicināt pieejamās, augstas kvalitātes bērnu, slimnieku, personu ar invaliditāti, vecāka gadagājuma cilvēku un citu apgādājamo cilvēku aprūpes pakalpojumu attīstību, īpaši dzīvesvietā, ņemot vērā sociālo pakalpojumu politikas attīstības prioritātes un principus (deinstitutionalizācija un pakalpojuma sniegšana primāri personas dzīves vietā vai tuvu tai), lai pēc iespējas vairāk nodarbināto cilvēku varētu apvienot profesionālo darbību ar ģimeni un privāto dzīvi.

## ES un LR normatīvo aktu apskats

Esošie Eiropas līmeņa dažādi dokumenti palīdz regulēt darba apstākļus attālinātā darba gadījumā, piemēram, Darba laika direktīva nosaka maksimālos darba laika ierobežojumus un pieprasa noteiktus atpūtas periodus. Darba un privātās dzīves līdzsvara direktīva ir paredzēta, lai nodrošinātu tiesības īpašām vecāku un aprūpētāju grupām pieprasīt attālinātu darbu. Tomēr, izmantojot attālināto darbu, ir sarežģīti īstenot tos noteikumus, kas saistīti ar darba laiku, atpūtas periodiem un darba laika uzskaiti. Arī Latvijā Darba likums paredz noteiktus ierobežojumus un akcentē darba laika uzskaites nozīmi. Darba laika uzskaitē ir cieši saistīta arī ar tiesībām atvienoties no digitālajām ierīcēm, kas arī ir diskusiju objekts un prasa zināmu tiesisku regulējumu (Direktīva 2003/88/EK..., 2003; Direktīva (ES) 2019/1158..., 2019; Saeima, 2002).

Skandināvijas valstis jau kādu laiku ir pievērsušās darba un privātās dzīves līdzsvara elastīgumam, galvenokārt izmantojot koplīgumus nozaru un/vai uzņēmuma līmenī. Valstis Eiropas dienvidos un rietumos (Beļģija, Francija, Itālija un Spānija) nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru veicina, slēdzot koplīgumus nozaru vai uzņēmumu līmenī, kas ietver arī tiesības atvienoties no digitālajām ierīcēm. Centrāleiropas valstīs (piemēram, Vācijā) šo jautājumu galvenokārt regulē nozaru līmenī, Austrumeiropas valstis paļaujas uz tiesību aktiem. Kopumā var secināt, ka Eiropā pastāv normatīvo aktu atšķirība attiecībā uz attālinātā darba izmantošanu un darba ņēmēju aizsardzību pret tā negatīvajām sekām (Eurofound, 2020).

Latvijā darba un privātās dzīves līdzsvaru ietekmējošie normatīvi ir atrunāti LR Darba likumā. Saskaņā ar LR Darba likuma 131.pantu Latvijā darbinieka normālais dienas darba laiks nedrīkst pārsniegt astoņas stundas, bet normālais nedēļas darba laiks — 40 stundas, paredzot normālo saīsināto nedēļas darba laiku 35 stundas darbiniekiem, kuru darbs ir saistīts ar īpašu risku vai citām darbinieku kategorijām. Savukārt, 136.pantā ir atrunāts, ka virsstundu darbs nedrīkst pārsniegt vidēji 8 stundas septiņu dienu periodā, ko aprēķina pārskata periodā, kas nepārsniedz četrus mēnešus. Saskaņā ar 140.pantu, gadījumā, ja darbiniekam tiek noteikts summētais darba laiks, ir aizliegts nodarbināt viņu ilgāk par 24 stundām pēc kārtas un 56 stundām nedēļā. Darba likuma 142.pants nosaka, ka Latvijā katram darbiniekam ir jāatpūšas vismaz 12 stundas pēc kārtas 24 stundu periodā. Šo noteikumu var nepiemērot, ja noteikts summētais darba laiks. 149.pants nosaka, ka Latvijā darbinieku ikgadējais apmaksātais atvaļinājums nedrīkst būt īsāks par četrām kalendāra nedēļām, neskaitot svētku dienas, un to nevar aizstāt ar finansiālu atlīdzību, izņemot gadījumus, kad pārtrauc darba attiecības. Izņēmuma gadījumos ir iespējams daļu no kārtējā atvaļinājuma pārcelt uz nākamo gadu, pievienojot nākamā gada atvaļinājumam (Saeima, 2002).

Attiecībā uz darbiniekiem ar bērniem, LR Darba likuma 150.punkts nosaka, ka darbiniekam, kuram ir bērns līdz triju gadu vecumam vai bērns ar invaliditāti līdz 18 gadu vecumam, ikgadējais apmaksātais atvaļinājums piešķirams vasarā vai pēc viņa vēlēšanās jebkurā citā laikā. Savukārt, LR Darba likuma 151.pants nosaka, ka ikgadējo apmaksāto papildatvaļinājumu piešķir darbiniekiem, kuru aprūpē ir trīs vai vairāk bērni vecumā līdz 16 gadiem vai bērns ar invaliditāti līdz 18 gadu vecumam, — trīs darba dienas, bet darbiniekiem, kuru aprūpē ir mazāk par trim bērniem vecumā līdz 14 gadiem, — ne mazāk

par vienu darba dienu (Saeima, 2002). Var secināt, ka likuma norma attiecas uz abiem vecākiem, kas veicina abu vecāku iesaisti bērnu aprūpē, bet nav saprotams vecuma ierobežojums, kāpēc vienā gadījumā tie ir 16 gadi, savukārt, otrā - 14. Darba devējam ir tiesības koplīgumā paredzēt papildus atvaļinājuma dienas, kas var būt kā motivētājs darbiniekiem un darbinieku lojalitāti veicinošs pasākums. Bet šī likuma normas ieviešana nav uztverama viennozīmīgi attiecībā uz valsts un pašvaldības iestāžu darbiniekiem balstoties uz Publiskas personas finanšu līdzekļu un mantas izšķērdēšanas novēršanas likumu (Saeima, 1995).

Attiecībā uz elastīgā darba laika režīma izmantošanas iespējām Latvijā ir jāatzīmē, ka LR Darba likumā atsevišķi nav atrunāta elastīgā darba režīma kārtība. Toties, no darba tiesību perspektīvas, elastīgā darba laika ieviešana ir iespējama, pat ievērojot Darba likumā paredzēto samērā strikto ar darba laiku saistīto jautājumu regulējumu. Lai to izdarītu, jāņem vērā darba līgumu un uzņēmuma iekšējo darba kārtību regulējošo dokumentu noteikumi un nosacījumi. Ir jāatzīmē, ka, izmantojot normālā darba laika uzskaites sistēmu, iespējas variēt darba laiku ir grūtāk realizējamas, salīdzinot ar summētā darba laika uzskaites sistēmu. Lai panāktu, ka elastīgā darba laika sistēma atbilst likuma prasībām, uzņēmumam ieteicams aprakstīt šo procedūru formālā dokumentā, piemēram, darba kārtības vai īpašos noteikumos, kas paredzēti speciāli šim mērķim, kā arī ir jāseko, lai darba līgumā paredzētie noteikumi un nosacījumi nebūtu pretrunā šim dokumentam. Šeit ir jāatkārto, ka Latvijas griezumā elastīgais darba laiks paredz, ka darbinieki veic savus pienākumus darba vietā, t.i., uzņēmuma telpās vai citās tam speciāli pielāgotās vietās (Saeima, 2002; iFinances, 2018).

Attiecībā uz attālināto darbu Latvijā, kopš 2020. gada 01. jūlija tika veikti grozījumi "Darba aizsardzības likumā", papildinot 1. pantu ar terminu – "attālinātais darbs" - *"Tāds darba izpildes veids, ka darbs, kuru nodarbinātais varētu veikt darba devēja uzņēmuma ietvaros, pastāvīgi vai regulāri tiek veikts ārpus uzņēmuma, tai skaitā darbs, ko veic, izmantojot informācijas un komunikācijas tehnoloģijas. Par attālināto darbu šā likuma izpratnē netiek uzskatīts darbs, kas tā rakstura dēļ ir saistīts ar regulāru pārvietošanos"* (Saeima, 2020b). Savukārt, LR Darba likumā šī darba forma joprojām nav atrunāta (ir sagatavots likumprojekts "Par grozījumiem Darba likumā", kas joprojām netika akceptēts) (LR Labklājības ministrija, 2020). Saskaņā ar Darba likuma 40.pantu darba līgumā ir jānorāda darba vieta. Savukārt, Darba likuma 53.pants nosaka, ka darbiniekam ir pienākums veikt darbu uzņēmumā, ja darbinieks un darba devējs nav vienojušies citādi (Saeima, 2002). Proti, parasti darbs ir veicams uzņēmumā, tomēr puses var vienoties par attālināto darbu. Ja darba devējs plāno nodarbināt darbinieku attālināti, šajā gadījumā ir jāapzinās un jānovērš ar darba drošību saistītie riski, kā arī ir jāatrunā visi jautājumi par darbinieka izdevumu segšanu, kas radušies, veicot darba pienākumus. Darba likuma 76.pants nosaka, ka darba devējam ir pienākums atlīdzināt tos darbinieka izdevumus, kuri atbilstoši darba līguma noteikumiem nepieciešami darba veikšanai vai arī ir radušies ar darba devēja piekrišanu, īpaši izdevumus, kas darbiniekam radušies sakarā ar viņam piederoša darba aprīkojuma (kas atbilstoši darba līgumam tiek izmantots darba vajadzībām) nolietošanos (amortizāciju) (Saeima, 2002). Analizējot šos pantus kopsakarībā, izriet, ka attālinātais darbs ir jānosaka darba devējam un darbiniekam papildus vienojoties. Tas nozīmē, ka vienojoties par šādu darba veidu, darba devējam jāparedz visi darba attiecību normatīvā regulējuma nosacījumi – darba vieta, laiks, aprīkojuma izmantošana un izdevumu atlīdzināšana.



## DAS fokusgrupu diskusijas rezultāti

Pētījuma ietvaros organizēto darba aizsardzības speciālistu diskusiju laikā tika norādīts, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laiks būtiski ietekmēja nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, īpaši tiem nodarbinātajiem, kuriem ir bērni pirmsskolas vecumā. Strādājot attālināti, darbinieki mēdza neievērot darba grafiku, jo bija grūti atdalīt darba stundas no savā brīvā laika (DAS citāti: *“Darba apjoma ziņā nekas nemainījās, bet personiskajā dzīvē ļoti daudz, kas mainījās. Bērnodārzs bija ciet, tas bija ļoti traks periods...”*, *“..bija tas, ka darba laiks izplūst, darba laiku neievēro ļoti daudz, katrs savā laikā strādā. Tie ir tie mīnusi, bet principā liela daļa bija gatavi arī strādāt pēc covidā šajā režījumā.”*).

## Darba devēju fokusgrupu diskusijas rezultāti

Pētījuma ietvaros organizēto darba devēju fokusgrupu diskusijas rezultāti liecina, ka Latvijā darba devēji apzinās to, ka ģimenēm ar bērniem ir svarīga iespēja izmantot elastīgo darba laiku. Viņu izteiktie viedokļi apliecina, ka darba devēji bija pretimnākoši tieši šai darbinieku kategorijai COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā (Latgales lielo darba devēju citāts: *“Darba laiki varēja tikt mainīti individuāli tiem, kam tas bija nepieciešams. To pārsvarā izmantoja tie, kam ir bērni ģimenē (5-10%) vai atrodas riska grupā...”*; Vidzemes lielo darba devēju citāti: *“...priekšroka [strādāt attālināti] tika dota tiem, kuriem bija mazie bērni un ģimenes apstākļi, kas spieda būt mājās. Tomēr gala lēmumu pieņēma pats darbinieks, kā viņš labāk vēlētos, jo piespiedu kārtā šeit lēmumu pieņemšana nenotika...”*; *“Mēs tiem, kam bija mazi bērni un skola nebija, un varēja savus darba pienākumus pildīt no mājām, ko mēs arī ļāvām... Tiem cilvēkiem, kuriem ir šie bērni mājās, ir jāreķinās ar šiem mainītiem dzīves apstākļiem. Tad viņiem šī attālinātā strādāšana tika nodrošināta primāri”*; Rīgas-Pierīgas lielo darba devēju citāts: *“...kas vēl bija labi, ko cilvēki pēc tam novērtēja – viņi varēja sabalansēt personīgo dzīvi ar darba dzīvi, jo bija iespēja gan nobīdīt darba laiku pa dažām stundām, jo arī bērni bija mājās un vienlaicīgi vajadzēja pieslēgties internetam...”*; Latgales mazo darba devēju citāts: *“Darba laiks tika nedaudz samazināts, lai darbinieki varētu ātrāk atgriezties mājās pie bērniem.”*; Kurzemes-Zemgales mazo darba devēju citāti: *“Mēs sapratām, ka īstenībā mūsdienās mēs nevaram atdalīt darba dzīvi no privātās dzīves, un mūsu kolēģi ar vien vairāk to sāk tādā režījumā izmantot – pāris dienas nedēļā strādā attālināti...”*, *“Iespēja strādāt attālināti un elastīgi plānot savu darba laiku uzņēmumā pastāvēja jau pirms COVID. Šo iespēju visbiežāk izmantoja darbinieki ar pirmsskolas un skolas vecuma bērniem.”*).

Ir jāatzīmē, ka darba devēji saprot riskus, kas ir saistīti ar attālināto darbu, īpaši gadījumos, kad darba pienākumi ir jāapvieno ar rūpēm par ģimeni. Šajos apstākļos liela nozīme ir arī darbinieku psihoemocionālajam stāvoklim un spriedzei, kas mēdz pasliktināties, mēģinot sabalansēt darbu un privāto dzīvi COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas apstākļos (Kurzemes-Zemgales lielo darba devēju citāti: *“Traucējošais vairāk bija sakārtot mājas dzīvi un darba dzīvi, tā, lai bērni ir izmācīti, gan darbs ir padarīts. Jūtām, ka cilvēkiem tas emocionālais nogurums ir ļoti liels...”*; *“Kopējais novērojums bija tāds, ka cilvēki strādāja vairāk, jo diena sākās nevis pus deviņos, kā tas ir ierasts, bet sākās pirms 8 un 7, un viņa arī beidzās ilgāk – darbinieki strādāja ilgāk, līdz ar to, bija emocionālā iztukšošanās, izdegšana... Tas viss paņēma tādu psiholoģisko artavu no cilvēkiem, kas strādāja vairāk.”*; Vidzemes

mazo darba devēju citāts: *“Tad, kad tu ... katru dienu strādā no mājas, tad pazūd tā robeža, kāda ir tagad mana dzīve? Un es sastapos ar to, kā mani cilvēki jutās... jo skaidrs, ka tu mājās strādā garākas stundas un it kā īstermiņā tev liekas ka pabeidz vairāk, bet tai pašā laikā tiek noņemta socializēšanās iespēja klātienē, cilvēki nogurst daudz ātrāk, un līdz ar to mēs produktivitāti nevērojām... man bija būtiski, lai cilvēki labi jūtas... tiem kolēģiem, kam mājās ir dvīņi maziņi, kuri tajā brīdī negāja uz bērnu dārzu, bet vecākiem visa diena jāstrādā pie datora, tur bija liels tralliņš mājās...”*; Vidzemes lielo darba devēju citāti: *“...pats galvenais, ka tā spriedze visiem paradījās, it īpaši tiem, kuriem ir mazāki bērni, kas prasa papildus slodzi, ka tu no viena darba aizej uz otru darbu, vai, ka esi divos darbos vienlaicīgi...”*, *“...noteikti administrācijas darbiniekiem un pedagogiem paradījās izdegšanas pazīmes, jo apvienot mājas dzīvi ar darba dzīvi bija ļoti liels izaicinājums...”*; Rīgas-Pierīgas lielo darba devēju citāts: *“...vienīgās sūdzības bija, kā tikt galā ar bērniem, jo nespēj izpildīt bērnu mājas darbus un nodot laikā un visādas tādas saimnieciskas lietas.”*, Rīgas-Pierīgas mazo darba devēju citāti: *“...svarīgi ir sabalansēt privāto un darba dzīvi, un tur ir grūti, tas ir darbs ar sevi.”*, *“Visi vadītāji tika lūgti rūpēties par savu darbinieku psiholoģisko drošību, jo intravertam cilvēkam mājās ir strādāt ir viegli, bet ekstravertam cilvēkam ir grūtāk, es pati strādāju mājās pus gadu ar 3 gadīgu bērnu, kas ir vēl grūtāk. Vadītāji tika lūgti taisīt tādas ik dienas 15 minūšu sapulcītes, gan ik nedēļas sapulces ar savu komandu, lai būtu tā parunāšana pa dzīvi vispār, lai viņi būtu kontaktā, lai nebūtu tā, ka kāds tur slīgts depresijā”*).

## Nodarbināto respondentu aptauja

Pētījuma ietvaros tika veikta nodarbināto aptauja, kurā bija iekļauta virkne jautājumu par nodarbināto darba un mājas apstākļiem, kas tiešā un netiešā veidā ietekmē darba un privātās dzīves līdzsvaru.

### **1) Cik stundas dienā Jūs strādājāt pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas un COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā?**

Analizējot nodarbināto aptaujas rezultātus par to, cik darba stundas dienā viņi tika nodarbināti pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas, var secināt, ka 46,8% tika nodarbināti 8-10 stundas dienā, 39,8% - 6-8 stundas dienā, 7,7% - vairāk kā 10 stundas dienā, savukārt, 3,9% strādāja mazāk par 6 stundām dienā (n=1627).

Aptaujas dati par nostrādāto stundu skaitu dienā COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā liecina, ka lielākais respondentu (n=1627) īpatsvars joprojām strādāja 8-10 stundas dienā, t.i. 39,5%, tam seko respondentu daļa, kas strādāja 6-8 stundas dienā – 35,3%, vairāk kā 10 stundas – 13,3%, mazāk par 6 stundām – 9,6%. Var secināt, ka COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā samazinājās to respondentu īpatsvars, kas strādāja 6-8 un 8-10 stundas dienā, attiecīgi par 4,5% un 7,3%, savukārt, par 5,6% palielinājās respondentu īpatsvars, kas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā un par 5,7% - kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Tas liecina, ka COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā pieauga nepilna laika nodarbināto īpatsvars ekonomikā, kā arī daļai nodarbināto darba diena tika pagarināta sakarā ar apmaksāto virsstundu skaita pieaugumu, vai arī sakarā ar to, ka, strādājot attālināti, viņi bija spiesti pielāgoties jaunajiem darba apstākļiem, t.i. savienojot darba pienākumus ar mājāsaimniecības pienākumu izpildi, kas to starp varēja ietekmēt savlaicīgu darba pienākumu izpildi.

Savukārt, salīdzinot respondentu nostrādāto stundu skaitu dienā pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas un COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā tieši nostrādāto darba stundu skaita dienā griezumā, var secināt, ka lielākai daļai respondentu (n=1625) darba stundu apjoms dienā nemainījās: mazāk par 6 stundām dienā pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas un arī COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja 71,4% respondentu, 6-8 darbs stundas - 74,7% respondentu, 8-10 darba stundas – 73,2% respondentu, vairāk kā 10 darba stundas – 74,6% respondentu. Toties daļai respondentu ir konstatētas ievērojamas nobīdes darba laikā, salīdzinot situāciju pirms COVID-19 un COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā. Ir redzams, ka daļai respondentu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā darba stundu skaits dienā palielinājās, piemēram, 9,5% un 11,1% respondentu, kas pirms COVID-19 strādāja mazāk par 6 stundām dienā, sāka strādāt attiecīgi 6-8 un 8-10 darba stundas dienā. Arī 9,9% respondentu, kas pirms COVID-19 strādāja 6-8 darba stundas dienā, COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā darba diena pagarinājās līdz 8-10 stundām, un 11,6% respondentu, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja 8-10 darba stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā sāka strādāt vairāk kā 10 darba stundas dienā. Savukārt, daļai respondentu darba stundu skaits dienā samazinājās COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas dēļ, piemēram, 10,0% respondentu, kas pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas strādāja 8-10 darba stundas dienā, darba dienas garums COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā saīsinājās līdz 6-8 stundām. Arī 9,5%

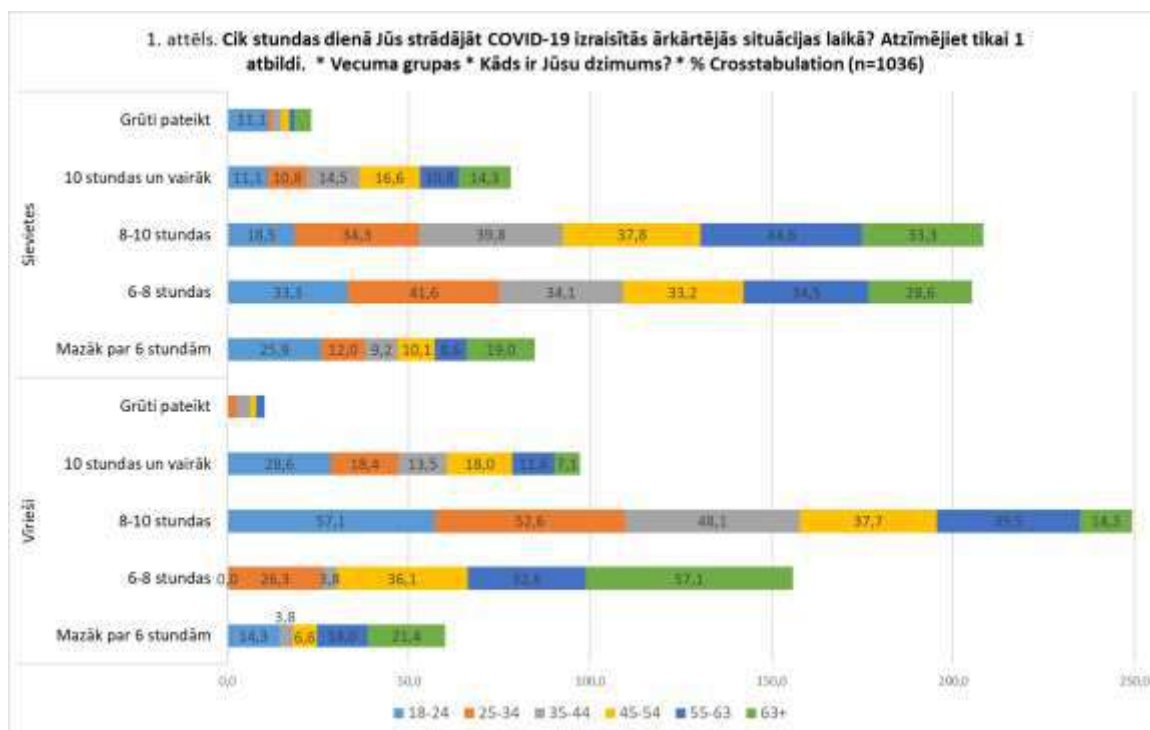
respondentu, kas pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā sāka strādāt mazāk, t.i. 8-10 stundas dienā.

Analizējot aptaujas rezultātus par darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no tā, vai mājsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v., var secināt, ka būtiskas atšķirības starp mājsaimniecībām netika novērotas: 8-10 darba stundas dienā strādāja 37,4% respondentu, kuru mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 g.v. (n=446) un 40,1% respondentu, kuru mājsaimniecībās nav bērnu līdz 18 g.v. (n=588), savukārt, 10 stundas dienā un vairāk strādāja 15,0% respondentu, kuru mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 g.v. un 13,1% respondentu, kuru mājsaimniecībās nav bērnu līdz 18 g.v.

Datu analīze par dienas darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no cilvēku skaita, kas dzīvo mājsaimniecībā (n=1040), liecina, ka mazāk par 6 darba stundām dienā visvairāk strādāja respondenti, kuru mājsaimniecībā ir seši un vairāk cilvēku – 13,5%, 6-8 darba stundas – respondenti, kuru mājsaimniecībā dzīvo 1 cilvēks – 42,9%, 8-10 darba stundas – respondenti, kuru mājsaimniecībā dzīvo divi cilvēki – 42,9%, vairāk kā 10 darba stundas visvairāk strādāja respondenti, kuru mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki.

Aptaujas dati par darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā respondentu vecuma griezumā (n=1037) liecina, ka mazāk par 6 stundām visbiežāk strādāja respondenti vecumā 18-24 gadi – 23,5%, 6-8 stundas dienā – respondenti vecumā 63+, t.i. 40% gadījumos, 8-10 stundas dienā – respondenti vecumā 55-63 gadi, t.i. 43,4% gadījumos, un vairāk kā 10 stundas dienā – respondenti vecumā 45-54 gadi, t.i. 16,8% gadījumos.

Analizējot aptaujas datus par darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā respondentu dzimuma griezumā (n=1041), var secināt, ka sievietes kopumā dienā strādāja mazāk darba stundu, salīdzinot ar vīriešiem: mazāk par 6 darba stundām dienā strādāja 11,0% sieviešu un 7,4% vīriešu, 6-8 darba stundas – 35,2% sieviešu un 32,4% vīriešu, 8-10 darba stundas – 38,0% sieviešu un 42,6% vīriešu, savukārt, vairāk kā 10 darba stundas dienā strādāja 13,5% sieviešu un 15,3% vīriešu. Abu dzimumu pārstāvjiem 2,3% gadījumos bijā grūti sniegt atbildi par darba stundu apjomu dienā COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā.



Analizējot 1.attēlu, var secināt, ka pārsvarā abu dzimumu respondenti COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 darba stundas dienā: 6-8 darba stundas dienā visvairāk tika nodarbinātas sievietes 55-63 gadu vecumā (34,5%) un vīrieši 63+ gadu vecumā, savukārt, 8-10 darba stundas lielākoties tika nodarbinātas sievietes vecumā 55-63 gadu vecumā (44,6%) un vīrieši 18-24 gadu vecumā (57,1%). Mazāk par 6 stundām dienā visvairāk tika nodarbinātas sievietes 18-24 gadu vecumā (25,9%) un vīrieši 63+ gadu vecumā (21,4%). Un otrādi, vairāk kā 10 darba stundas dienā visvairāk tika nodarbinātas sievietes 45-54 gadu vecumā (16,6%) un vīrieši 18-24 gadu vecumā (28,6%). Tendence liecina, ka COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā gados jaunie vīrieši (18-24 gadu vecuma grupā) visvairāk tika nodarbināti 8-10 vai vairāk kā 10 darba stundas dienā, un vīrieši 63+ gadu vecumā pārsvarā tika nodarbināti mazāk par 6 stundām dienā. Tostarp attiecībā uz sieviešu nodarbinātību 6-8 vai 8-10 darba stundas dienā pārsvarā tika nodarbinātas sievietes vecumā no 55 līdz 63 gadiem, mazāk par 6 stundas dienā pārsvarā strādāja gados jaunas sievietes no 18 līdz 24 gadiem, un vairāk kā 10 darba stundas dienā lielākoties tika nodarbinātas sievietes vecumā no 45 līdz 54 gadiem.

Analizējot aptaujas datus par darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā reģionu griezumā (n=1041), var secināt, ka mazāk par 6 darba stundām dienā visvairāk strādāja Latgales reģionā nodarbinātie – 12,2% un Zemgales reģionā nodarbinātie - 11,6%; 6-8 darba stundas visvairāk (43,9%) strādāja nodarbinātie Latgales reģionā, 8-10 darba stundas visvairāk (52,4%) strādāja nodarbinātie Pierīgas reģionā, savukārt, vairāk kā 10 darba stundas dienā visvairāk strādāja 18,4% Rīgas reģiona un 16,3% Kurzemes reģiona nodarbinātie.

Aptaujas dati par darba stundu sadali COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no respondentu ieņemamā amata (n=1040) liecina, ka mazāk par 6 darba stundām dienā visvairāk strādāja nekvalificēti strādnieki (apkopēji, sētnieki, kurjeri, dežuranti, sanitāri u.c.) - 28,6% (2

respondenti no 7), 6-8 darba stundas dienā visvairāk strādāja nekvalificēti strādnieki (apkopēji, sētnieki, kurjeri, dežuranti, sanitāri u.c.) - 42,9% (3 respondenti no 7) un pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) - 40,7%, 8-10 darba stundas dienā visvairāk strādāja vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji) – 48,3% un augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) - 39,1%, savukārt, vairāk kā 10 stundas visvairāk strādāja iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) – 27,3% un augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) - 16,3%.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Analizējot datus par darba stundām dienā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nozaru griezumā (n=1041), var secināt, ka vienādas tendences darba stundu skaita izmaiņās tiek novērotās visās trīs nozarēs: nodarbināto īpatsvars, kas laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja normālo darba laiku 6-8 darba stundas dienā vai 8-10 darba stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā samazinājās, pieaugot nodarbināto īpatsvaram, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā, vai vairāk kā 10 stundas dienā. Vislielākais nodarbināto īpatsvara pieaugums, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dienā strādāja mazāk par 6 stundām, salīdzinot ar situāciju pirms COVID-19, tiek novērots veselības un sociālās aprūpes nozarē - no 8,2% līdz 15,3%, tai seko valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozare - no 0% līdz 4,1% un izglītības nozare - no 5,1% līdz 9,4%. Savukārt, visbūtiskākais nodarbināto īpatsvars, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, salīdzinot ar situāciju pirms COVID-19, tiek novērots izglītības nozarē - no 4,3% līdz 20,9% (pieckārtējais pieaugums!), tai seko valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozare - no 4,1% uz 10,6% un veselības un sociālās aprūpes nozare – no 12,9% uz 14,1%. Vislielākais nodarbināto īpatsvara samazinājums, kas līdz COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja normālo darba laiku (t.i. 6-8 vai 8-10 stundas dienā), ir noticis tieši izglītības nozarē - par 23,0% punktiem samazinājās nodarbināto īpatsvars, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ir strādājis 6-8 vai 8-10 darba stundas dienā, salīdzinot ar situāciju pirms pandēmijas. Var secināt, ka laika nobīde izveidojās tāpēc, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ievērojamā daļa, t.i. 16,6% izglītības nozarē nodarbināto sāka strādāt vairāk kā 10 stundas dienā, un tikai 4,3% - mazāk par 6 stundām dienā. Valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbināto īpatsvars, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā, samazinājās par 11,1% punktiem, savukārt, veselības un sociālās aizsardzības nozarē - par 7,1% punktiem.

Apkopojot respondentu atbildes uz šo jautājumu, var secināt, ka tie respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā pārsvarā ir sievietes 18-24 gadu vecumā, kurām mājāsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir seši un vairāk, kas dzīvo Latgales vai Zemgales reģionā, un ir nodarbinātas kā nekvalificētas strādnieces. Respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 un 8-10 stundas dienā pārsvarā ir sievietes 55-63 un 63+ vecuma grupās, kuras dzīvo vienas vai divatā (ar partneri, pieaugušo bērnu, vecāku u.c.) Pierīgas vai Latgales reģionos, un ir nodarbinātas kā nekvalificētas strādnieces vai kā pakalpojumu un

tirdzniecības darbinieces. Savukārt, tie respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, pārsvarā ir abu dzimumu nodarbinātie (jo starpība starp sievietēm un vīriešiem ir minimāla) 45-54 gadu vecumā, dzīvojošie Rīgā vai Kurzemē, kas ir augstākā līmeņa vadītāji vai augstākā līmeņa speciālisti izglītības nozarē, un kam mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir pieci. Ir jāatzīmē, ka būtiskas atšķirības darba stundu sadalē COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no tā, vai mājsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v. netika novērotas.

**2) Vai izsludinātās ārkārtējās situācijas laikā Jūs saskārāties ar šādām situācijām: neprognozējamās izmaiņas darba grafikā?**

24,4% respondentu (n=1355) atzīmēja, ka viņu darba grafikā tika veiktas neprognozējamās izmaiņas saistībā ar COVID-19 ārkārtējo situāciju. Attiecībā uz dzimumiem (n=910), 27,1% sieviešu norādīja, ka viņu darba grafikā tika veiktas neprognozējamās izmaiņas saistībā ar COVID-19 ārkārtējo situāciju, kas par 7,6% punktiem pārsniedz rādītāju attiecībā uz vīriešiem.

Ir jāatzīmē, ka neprognozējamās izmaiņas darba grafikā tika veiktas neatkarīgi no tā, vai nodarbinātajiem mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (n=394) vai nav (n=512): 25,9% nodarbināto, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., un 25,2% nodarbināto, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., norādīja, ka viņiem tika veiktas neprognozējamās izmaiņas darba grafikā. Ir jāatzīmē, ka nepastāv tieša sakarība starp veiktajām neprognozējamām izmaiņām respondentu darba grafikā un cilvēku skaitu, kas dzīvo respondentu mājsaimniecībās (n=910): tās tika veiktas gan 27,4% nodarbināto, kas dzīvo vieni, gan 33,3% nodarbināto, kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēku.

Analizējot aptaujas datus (n=907), ir jāsecina, ka lielākoties neprognozējamās izmaiņas darba grafikā tika veiktas gados jauniem respondentiem. 50% respondentu vecuma grupā 18-24 gadi norādīja, ka šādas izmaiņas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā tika veiktas viņu darba grafikā ( kaut gan respondentu skaits ir neliels - 12 no 24), tad 31,6% respondentu no 25-34 gadu vecuma grupas atbildēja apstiprinoši. Savukārt, tieši respondenti vecumā 45-54 gadi un 63+ visvairāk norādīja, ka šādas izmaiņas viņu darba grafikā netika veiktas - attiecīgi 77,1% un 76,7%.

Vērtējot atbilžu sadalījumu nodarbināto amata griezumā (n=910), var secināt, ka visvairāk neprognozējamās izmaiņas darba grafikā tika veiktas kvalificētiem strādniekiem un amatniekiem; iekārtu un mašīnu operatoriem - 47,6% (šeit ir jāatzīmē, ka uz to norādīja 10 no 21 respondenta), tiem seko augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) - 27,8%. Savukārt, respondenti, kam neprognozējamās izmaiņas darba grafikā netika veiktas, lielākoties ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) - 72,9% un speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) - 74,2%.

Analizējot atbildes uz šo jautājumu Latvijas reģionu griezumā (n=911), ir redzams, ka visvairāk uz šo jautājumu apstiprinoši atbildēja Rīgas reģionā nodarbinātie - 33,0% un Latgales reģionā nodarbinātie - 26,1%, vismazāk 14,1% Kurzemes reģionā nodarbinātie.

Tā kā aptaujā piedalījās visvairāk respondentu no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta

šo trīs nozaru griezumā. Visvairāk neprognozējamās izmaiņas darba grafikā tika veiktas izglītības nozarē nodarbinātajiem - 34,5%, tiem seko veselības un sociālās aprūpes nozare - 31,3%, un valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozare - 24,4% (n=911).

Analizējot informāciju par uzņēmumiem, kuros tika veiktas neprognozējamās izmaiņas nodarbināto darba grafikā, ir redzams, ka visbiežāk šāda veida izmaiņas tika veiktas respondentiem, kas strādā uzņēmumos ar darbinieku skaitu 500 un vairāk - 29,8%, un uzņēmumos, kur strādā tikai 1 cilvēks - 29,4% (n=911). Savukārt, vismazākais respondentu īpatsvars 13,7%, kas norādīja uz neprognozējamām izmaiņām darba grafikā, strādā uzņēmumos, kuros ir 25-49 darbinieki. Kopumā var secināt, ka acīmredzama sakarība starp uzņēmumā nodarbināto cilvēku skaitu un neprognozējamo izmaiņu ieviešanu nodarbināto darba grafikā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērota.

Apkopojot respondentu atbildes uz šo jautājumu, var secināt, ka netika konstatētas sakarības starp neprognozējamo izmaiņu ieviešanu nodarbināto darba grafikos un faktu, vai nodarbināto mājsaimniecībās ir/nav bērni līdz 18 g.v., vai cilvēku skaita, kas dzīvo nodarbināto mājsaimniecībās. Attiecībā uz tiem nodarbinātajiem, kam tika veiktas neprognozējamās izmaiņas darba grafikā izsludinātās ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā tās ir gados jaunas (18-24, 25-34 gadi) sievietes, kas dzīvo Rīgā vai Latgales reģionā un strādā izglītības vai veselības un sociālās aprūpes nozarēs kā augstākā līmeņa speciālistes. Savukārt, tie respondenti, kam netika veiktas neprognozējamās izmaiņas darba grafikā, pārsvarā ir vīrieši vecumā 45-54 gadi vai 63+, kas dzīvo Kurzemes reģionā, un ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji.

### **3) Lūdzu raksturojiet, kura no situācijām attiecībā uz katru no minētajiem pasākumiem vislabāk raksturo uzņēmumu (iestādi), kurā Jūs strādājāt ārkārtējās situācijas laikā?**

#### **3.1. Tika mainīts darba laiks (elastīgs sākums, beigas, pusdienu pārtraukums)**

35,5% respondentu (n=1146) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešamas un tika nodrošinātas darba laika izmaiņas visos gadījumos (elastīgs sākums, beigas, pusdienu pārtraukums), kad tas bija nepieciešams, 16,3% darba laika izmaiņas bija nepieciešamas, bet tika nodrošinātas tikai dažos gadījumos, 5,2% darba laika izmaiņas bija nepieciešamas, bet netika nodrošinātas, savukārt, 38,8% darba laika izmaiņas nebija nepieciešamas un netika nodrošinātas, 4,1% bija grūti atbildēt uz šo jautājumu.

Ir jāatzīmē, ka 38,2% sieviešu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešamas un tika nodrošinātas darba laika izmaiņas visos gadījumos, un tas ir par 10% punktiem vairāk, salīdzinot ar vīriešu rezultātu, kas atbildēja līdzīgi. Savukārt, 46,7% vīriešu, atbildot uz šo jautājumu, atzīmēja, ka viņiem nebija nepieciešamas darba laika izmaiņas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, un līdz ar to tās viņiem netika nodrošinātas, tas par 10,5% punktiem pārsniedz sieviešu rezultātu, kas atbildēja līdzīgi (n=910).

Analizējot aptaujas datus par to, vai respondentiem (n=910) bija nepieciešams mainīt darba laiku un vai tas tika nodrošināts, atkarībā no tā, vai respondentu mājsaimniecībās ir vai nav bērni līdz 18 g.v., var secināt, ka respondentiem, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., nedaudz biežāk bija



nepieciešams mainīt darba laiku. 37,8% respondentu tas tika nodrošināts visos gadījumos, un 17,8% respondentu tas tika nodrošināts dažos gadījumos, attiecīgi tikai par 3,0% punktiem un par 2,6% punktiem pārsniedzot atbilstošus rādītājus respondentu grupā, kuru mājsaimniecībās nav bērnu līdz 18 g.v. Savukārt, 40,4% respondentu, kuru mājsaimniecībās nav bērnu līdz 18 g.v. darba laika izmaiņas nebija nepieciešamas un arī netika nodrošinātas, kas par 4,4% punktiem pārsniedz atbilstošo rādītāju respondentu grupā, kam mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 g.v.

Datu par to, vai respondentiem (n=907) bija nepieciešams mainīt darba laiku, un vai tas tika nodrošināts, analīze pa respondentu vecuma grupām liecina, ka vislielākais respondentu īpatsvars, kam bija nepieciešams mainīt darba laiku un tika nodrošināts visos gadījumos, ir respondenti vecumā grupā 63+ - 43,3% (jāatzīmē, ka absolūtajos skaitļos šis rādītājs ir 13 cilvēki no 30), tam seko respondenti vecuma grupā 35-44 gadi - 41,8% respondentu bija nepieciešamas darba laika izmaiņas un tās tika nodrošinātas visos gadījumos. Savukārt, atbildi, ka darba laika izmaiņas bija nepieciešamas, bet tas tika nodrošināts dažos gadījumos, visvairāk ir snieguši respondenti vecuma grupā 25-34 gadi - 21,8%, kā arī respondenti šajā vecuma grupā visvairāk atbildējuši, ka viņiem bija nepieciešams mainīt darba laiku, bet tas vispār netika nodrošināts - 9,2%. Jāatzīmē, ka vislielākais respondentu īpatsvars, kas atbildēja, ka viņiem nebija nepieciešamas darba laika izmaiņas un tās netika nodrošinātas, ir respondenti vecuma grupā 18-24 gadi - 54,2% (absolūtajos skaitļos šis rādītājs veido 13 no 24 respondentiem šajā vecumā grupā), kā arī 45-54 gadi - 43,8%.

Analizējot aptaujas rezultātus reģionu griezumā (n=911), var secināt, ka visvairāk darba laika izmaiņas bija nepieciešamas Pierīgas reģionā nodarbinātajiem, un 40,7% gadījumos tās viņiem tika nodrošinātas, kā arī Rīgas reģionā nodarbinātajiem - 37,8%, savukārt, 8,2% nodarbināto Rīgas reģionā darba laika izmaiņas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešamas, bet tās netika nodrošinātas. Šis rādītājs ir visaugstākais starp Latvijas reģioniem. Savukārt, atbildi par to, ka darba laika izmaiņas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nebija nepieciešamas un netika nodrošinātas visvairāk ir snieguši Latgales reģiona nodarbinātie - 45,0% un Kurzemes reģiona nodarbinātie - 43,4%.

Analizējot aptaujas datus par darba laika izmaiņu nepieciešamību COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, ir jāatzīmē, ka nepastāv būtiskas atšķirības starp respondentu atbildēm, ka darba laika izmaiņas bija nepieciešamas un tās tika nodrošinātas, atkarībā no dzīvojošo cilvēku skaita respondentu mājsaimniecībās, šis atbildes vidējais rādītājs sasniedz 36,2%. Ir novērojamas atšķirības, analizējot respondentu atbildi, ka darba laika izmaiņas bija nepieciešamas, bet tās tika nodrošinātas dažos gadījumos - visvairāk to atzīmēja respondenti, kuru mājsaimniecībās dzīvo seši un vairāk cilvēku. Savukārt, analizējot atbildi, ka darba laika izmaiņas nebija nepieciešamas un tās netika nodrošinātas, acīmredzama atkarība no respondentu mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaita netika konstatēta. Šādu atbildi sniedza 41,9% respondentu, kas dzīvo vieni, un 40,0% respondentu, kuru mājsaimniecībās dzīvo seši un vairāk cilvēku (n=910).

Respondentu atbilžu analīze pa amatu grupām (n=910) uzrāda, ka visvairāk nodarbināto, kam bija nepieciešamas darba laika izmaiņas un kuras tika nodrošinātas visos gadījumos, ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (45,8%) un vidējā līmeņa vadītāji (43,0%). Tie nodarbinātie, kam izmaiņas darba laikā bija nepieciešamas, bet tās tika nodrošinātas dažos gadījumos pārsvarā ir

augstākā līmeņa vadītāji (20,3%) un speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) (19,2%). Tie nodarbinātie, kam izmaiņas darba laikā bija nepieciešamas, bet tās netika nodrošinātas pārsvarā ir pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki - 11,9%. Savukārt, tie darbinieki, kam šādas izmaiņas nebija nepieciešamas un netika nodrošinātas pārsvarā ir nekvalificēti (57,1%) un kvalificēti (57,1%) strādnieki, kā arī pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (47,8%).

Analizējot respondentu atbildes (n=1146) par darba laika izmaiņām atkarībā no darba stundu skaita dienā, ko viņi strādāja COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā, var redzēt, ka vislielākais respondentu īpatsvars 46,8%, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā norādīja, ka viņiem bija nepieciešamas darba laika izmaiņas un viņiem šī iespēja tika nodrošināta visos gadījumos, tiem seko respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā ar 40,8%. Tie respondenti, kas visvairāk norādīja, ka viņiem bija nepieciešamas darba laika izmaiņas, bet šī iespēja viņiem tika nodrošināta dažos gadījumos, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 8-10 stundas dienā (16,8%) vai 6-8 stundas dienā (16,3%). Visvairāk respondentu 10,5%, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 10 stundas un vairāk, norādīja, ka viņiem arī bija nepieciešamas darba laika izmaiņas, bet šī iespēja viņiem netika nodrošināta. Savukārt, tie respondenti, kam nebija nepieciešamas darba laika izmaiņas un attiecīgi viņiem šī iespēja netika nodrošināta, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā visvairāk 42,7% gadījumos strādāja 6-8 stundas dienā vai 40,3% gadījumos - 8-10 stundas dienā.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Visbiežāk darba laiks tika mainīts valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātajiem - 39,4%, tad seko izglītības nozare - 37,4%, un veselības un sociālās aprūpes nozare - 25,4% (n=911).

Apkopojot respondentu atbildes uz šo jautājumu, var secināt, ka respondenti, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešamas un tika nodrošinātas darba laika izmaiņas visos gadījumos (elastīgs sākums, beigas, pusdienu pārtraukums), pārsvarā ir sievietes, kurām māsasaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., 35-44 vai 63+ gadu vecumā, kas dzīvo Rīgas vai Pierīgas reģionā un ir nodarbinātas valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē vai izglītības nozarē kā iestādes, uzņēmuma augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai 10 un vairāk stundas dienā. Savukārt, tie respondenti, kas norādīja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nebija nepieciešamas un līdz ar to arī netika nodrošinātas darba laika izmaiņas, pārsvarā ir vīrieši vecuma grupās 18-24 un 45-54 gadi, kam māsasaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojošie Latgalē vai Kurzemē un ir nodarbināti kā nekvalificēti, kvalificēti strādnieki, pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā. Ir jāatzīmē, ka nepastāv būtisku atšķirību starp respondentu atbildēm, ka darba laika izmaiņas bija nepieciešamas un tās tika nodrošinātas, atkarībā no dzīvojošo cilvēku skaita respondentu māsasaimniecībās.

### **3.2. Tika ņemta vērā nepieciešamība paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni (piemēram, bērnu audzināšanu, izglītošanu)**

Analizējot respondentu (n=1147) atbildes par to, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņu darba vietā tika ņemta vērā darbinieku nepieciešamība paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni (piemēram, bērnu audzināšanu, izglītošanu), 36,5% respondentu atzīmēja, ka viņiem bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, un šī iespēja viņiem tika nodrošināta visos gadījumos, 16,8% respondentu atzīmēja, ka viņiem bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja viņiem tika nodrošināta tikai dažos gadījumos. 9,9% respondentu norādīja, ka viņiem bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, bet šāda iespēja viņiem netika nodrošināta. 22,8% respondentu atbildēja, ka viņiem nebija vajadzības vienlaicīgi veikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, savukārt, 13,9% respondentu izvēlējās atbildi "grūti pateikt".

Analizējot atbildes dzimumu griezumā (n=910), var secināt, ka kopumā 53,8% sieviešu un 52,8% vīriešu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešams veikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un viņiem tika nodrošināta šī iespēja: 37,1% sieviešu un 32,8% vīriešu - visos gadījumos, savukārt, 16,7% sieviešu un 20,0% vīriešu - dažos gadījumos. Ir jāatzīmē, ka 11,5% sieviešu bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, bet darba vieta viņām šo iespēju nenodrošināja, un šis rādītājs 2,5 reizes pārsniedz vīriešu rezultātu (4,1%), kas līdzīgi atbildēja uz šo jautājumu. Savukārt, lielāks vīriešu īpatsvars 28,7%, kas norādīja, ka viņiem nebija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, un līdz ar to šī iespēja viņiem netika nodrošināta, kas par 8,3% punktiem pārsniedz sieviešu īpatsvaru šajā atbilžu kategorijā.

Aptaujas dati liecina (n=910), ka 60,2% respondentu, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. atzīmē, ka viņu darba devēji ņēma vērā šo faktu un nodrošināja darbiniekiem iespēju veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni visos gadījumos (41,4%) vai dažos gadījumos (18,8%). Tomēr ir jāatzīmē, ka 15,0% respondentu, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. norādīja, ka viņiem arī bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet diemžēl viņiem šī iespēja netika nodrošināta. 27,9% respondentu, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., norādīja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem nebija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, un līdz ar to viņiem šī iespēja netika nodrošināta.

Skatoties uz respondentu atbildēm (n=910) atkarībā no cilvēku skaita, kas dzīvo viņu mājsaimniecībā, var secināt, ka visbiežāk par nepieciešamību veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni norādīja nodarbinātie, kam mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir četri un vairāk: 40,0% nodarbināto (12 respondenti no 30), kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēku, atzīmēja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni un viņiem šī iespēja tika nodrošināta visos gadījumos, uz to pašu norādīja 39,8% nodarbināto, kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki. To, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja viņiem tika nodrošināta dažos gadījumos, atzīmēja 20,1% nodarbināto, kam mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir četri, un 20,1% - kam ir pieci mājsaimniecības locekļi. 18,1% nodarbināto, kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki, un 16,7% - kam dzīvo seši un vairāk cilvēki, norādīja, ka viņiem bija nepieciešams

veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja viņiem netika nodrošināta. Savukārt, tie nodarbinātie, kas dzīvo vieni vai divatā visvairāk norādīja uz to, ka viņiem nebija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, un līdz ar to šī iespēja viņiem netika nodrošināta - attiecīgi 27,4% un 27,8%.

Analizējot informāciju par uzņēmumiem, kuros strādā respondenti (n=911), kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet viņiem šī iespēja netika nodrošināta, var secināt, ka vislielākais 11,9% šo respondentu īpatsvars strādā uzņēmumos ar darbinieku skaitu 100-249, 11,6% uzņēmumos ar darbinieku skaitu 50-99 un 10,7% ar darbinieku skaitu 500 un vairāk. Ir jāatzīmē, ka tas, vai uzņēmumā darbojas arodbiedrība vai noslēgts koplīgums, nesekmē to, ka respondentiem tika nodrošināta iespēja vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni: iegūtie dati par abu veidu uzņēmumiem būtiski neatšķiras.

Analizējot respondentu atbildes pa vecuma grupām (n=907), var secināt, ka vislielākais respondentu īpatsvars, kam bija nepieciešams vienlaicīgi veikt darba pienākumus un rūpēties par ģimeni, un kam šī iespēja tika nodrošināta ir vecuma grupā 63+, tie ir 53,3%, tam seko respondenti 35-44 gadu vecuma grupā - 41,8%. Visvairāk respondentu, kam bija nepieciešams vienlaicīgi veikt darba pienākumus un rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja viņiem tika nodrošināta dažos gadījumos ir vecuma grupā 25-34 gadi - 23,0%. Visvairāk respondentu, kam bija nepieciešams vienlaicīgi veikt darba pienākumus un rūpēties par ģimeni, bet viņiem šī iespēja netika nodrošināta ir vecuma grupā 35-44 gadi - 14,7%. Savukārt, to respondentu, kam nevajadzēja vienlaicīgi veikt darba pienākumus un rūpēties par ģimeni, un kuriem attiecīgi šī iespēja netika nodrošināta, visvairāk ir vecuma grupā 45-54 (29,7%) un 18-24 (29,2%).

Aptaujas dati reģionu griezumā (n=911) liecina, ka Zemgales reģionā nodarbinātajiem visvairāk (45,2%) bija iespēja vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni tika nodrošināta visos gadījumos, tam seko Pierīgas reģionā nodarbinātie ar 40,7%. Vidzemes reģionā nodarbinātajiem visvairāk (21,4%) bija iespēja vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni tika nodrošināta dažos gadījumos. Rīdiniēki lielākoties (14,3%) norādīja, ka viņiem šī iespēja bija nepieciešama, bet netika nodrošināta. Savukārt, vislielākais nodarbināto īpatsvars Latgalē un Kurzemē (attiecīgi 30,6% un 28,3%) bija tie, kuriem nevajadzēja apvienot darba pienākumus ar rūpēm par ģimeni, un līdz ar to viņiem šī iespēja netika nodrošināta.

Analizējot respondentu (n=1147) nepieciešamību paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni atkarībā no viņu darba stundu skaitu dienā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka vislielākais respondentu īpatsvars 46,8%, kam visvairāk bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, un kam šī iespēja tika nodrošināta visos gadījumos COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Tiem seko respondenti, kas strādāja 6-8 stundas dienā - 38,8% un 8-10 stundas dienā ar 35,5% īpatsvaru. Vislielākais respondentu īpatsvars 19,0%, kam bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, bet viņiem šī iespēja tika nodrošināta dažos gadījumos, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 8-10 stundas dienā, tiem seko respondenti, kas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā ar 15,8% īpatsvaru un respondenti, kas strādāja 6-8 stundas dienā ar 15,5% īpatsvaru. Attiecībā uz respondentiem, kam bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan

rūpēties par ģimeni, bet viņiem šī iespēja netika nodrošināta, vislielākais īpatsvars 19,1% ir tiem, kas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, tiem seko respondenti, kas strādāja 8-10 stundas dienā ar 10,6%. Savukārt, attiecībā uz tiem respondentiem, kam nebija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un līdz ar to šī iespēja viņiem netika nodrošināta, vislielākais šādu respondentu īpatsvars COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā - 24,3%, un respondenti, kas strādāja 6-8 stundas dienā - 23,8%.

Analizējot iegūtos datus amatu griezumā (n=910), var redzēt, ka vislielākais respondentu īpatsvars, kam bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni un kam šī iespēja tika nodrošināta, ir iestāžu, uzņēmumu augstākā līmeņa vadītāju amatu grupā - 52,5%. Nodarbinātie no vidējā līmeņa vadītāju amatu grupas ir tie, kam visvairāk (t.i. 20,2% gadījumu) bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet viņiem šī iespēja tika nodrošināta dažos gadījumos. Vislielākais nodarbināto īpatsvars, kam bija nepieciešams vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja netika nodrošināta ir pakalpojumu un tirdzniecības darbinieku (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) amatu grupā - 17,9%. Savukārt, 57,1% (4 respondenti no 7) nekvalificēto strādnieku iespēja veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni nebija nepieciešams un netika nodrošināta.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Aptaujas dati (n=495) liecina, ka visvairāk, t.i. 38,8% valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozares pārstāvju bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni un viņiem šī iespēja tika nodrošināta, tai seko izglītības nozare - 33,5% un veselības un sociālās aprūpes nozare - 31,3%. Analizējot respondentu atbildes par to, ka viņiem bija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni, bet šī iespēja viņiem netika nodrošināta, ir novērojama līdzīga nozaru secība, atbilstoši 13,8%, 12,1% un 9,0%. Savukārt, attiecībā uz respondentu atbildēm, ka viņiem nebija nepieciešams veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni un līdz ar to viņiem šī iespēja netika nodrošināta, ir redzams, ka visaugstākais īpatsvars ir veselības un sociālās aprūpes nozarē - 26,9%, valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē 20,0% un izglītības nozarē 19,4%.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par to, vai viņu darba vietā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā tika ņemta vērā nepieciešamība paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni (piemēram, bērnu audzināšanu, izglītošanu), var secināt, ka tie nodarbinātie, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un šī iespēja viņu darba vietā tika nodrošināta visos gadījumos, pārsvarā tie ir abu dzimumu pārstāvji (gan sievietes, gan vīrieši), vecumā no 35 līdz 44 gadiem vai vecāki par 63 gadiem, kuriem māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un dzīvo pieci un vairāk cilvēku, dzīvojošie Zemgales vai Pierīgas reģionā un ir nodarbināti kā augstākā līmeņa vadītāji valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas vai izglītības nozarēs, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai 6-8 stundas dienā. Savukārt, tie nodarbinātie, kam nebija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un šī iespēja attiecīgi viņiem netika nodrošināta viņu darba vietā, pārsvarā ir vīrieši vecumā no 18 līdz 24 gadiem vai no 45 līdz 54 gadiem, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. un māsaimniecībā dzīvojošo

cilvēku skaits ir viens vai divi, dzīvojošie Latgalē vai Kurzemē, un ir nodarbināti kā nekvalificēti strādnieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā vai vairāk kā 10 stundas dienā.

Fakts, ka uzņēmumā darbojas arodbiedrība, vai ir noslēgts darba koplīgums, būtiski neietekmē to, ka nodarbinātajiem ir nodrošināta iespēja gan veikt darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni.

Sīkāka analīze par attālināto darbu ir pieejama projekta 2.darba pakas darba grupas sagatavotajā 31.nodevumā.

#### **4) Vai, strādājot attālināti, izjutāt trauksmi (nemieru), kas bija saistīta ar jauno darba un dzīves vidi?**

Uz šo jautājumu varēja atbildēt tikai attālinātā darba veicēji. 39,3% attālināto darba veicēju (n=562) norādīja, ka viņi izjuta trauksmi un nemieru, kas bija saistīta ar jauno darba un dzīves vidi, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā.

Aptaujas dati dzimumu griezumā (n=495) uzrāda, ka visvairāk trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, izjuta sievietes - 44,1%, kas vairāk kā divas reizes pārsniedz vīriešu sniegto atbilžu īpatsvaru, attiecīgi - 20,3%. Likumsakarīgi, ka tieši vīrieši visvairāk ir atbildējuši, ka viņi neizjuta trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā - 73,4%, kas par 23,5% punktiem pārsniedz to sieviešu atbilžu īpatsvaru, kuras negatīvi atbildēja uz šo jautājumu - 49,9%.

Tendence liecina, ka trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, vairāk izjuta respondenti (n=494), kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. - 47,4%. Tas par 13,7% punktiem pārsniedz respondentu īpatsvaru, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., un kuri arī apstiprinoši atbildēja uz šo jautājumu. Savukārt, attiecībā uz tiem respondentiem, kas neizjuta trauksmi vai nemieru, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, 61,3% respondentu ir tie, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. un 45,3% respondentu, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v.

Līdzīga tendence tiek novērota, analizējot atbildes uz šo jautājumu atkarībā no cilvēku skaita respondentu mājsaimniecībās (n=494). Visvairāk apstiprinoši par trauksmes (nemiera) izjūtu, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, ir atbildējuši tie respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēki - 52,6%, respondenti ar četriem mājsaimniecības locekļiem - 49,6% un pieciem mājsaimniecības locekļiem - 44,9%. Tie attālinātā darba veicēji, kas neizjuta trauksmi (nemieru) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, lielākoties dzīvo vieni (70,6%) vai divatā (59,1%).

Analizējot atbildes par trauksmes (nemiera) izjūtu respondentu vecuma griezumā (n=495), ir redzams, ka visvairāk trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, izjuta respondenti vecuma grupā 35-44 gadi - 50,6%, tad seko vecuma grupa 18-24 gadi - 46,2% un 25-34

gadi - 39,8%. Savukārt, respondenti vecumā 63+ ir tie, kas visvairāk norādīja, ka, strādājot attālināti, viņi neizjuta trauksmi (nemieru) - 71,4%, tiem seko respondenti vecumā 55-63 gadi - 63,9%.

Analizējot atbildes uz šo jautājumu reģionu griezumā (n=495), var secināt, ka visvairāk trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, izjuta Rīgas reģionā nodarbinātie - 46,8%, tiem seko nodarbinātie Pierīgas reģionā - 46,2%. Savukārt, visvairāk attālināto darba veicēju, kas neizjuta trauksmi (nemieru) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, dzīvo Kurzemes reģionā - 69,4% un Zemgales reģionā - 60,3%.

Atkarībā no ieņemamā amatā, attālinātā darba veicēju atbildes mēdza atšķirties (n=494). Visvairāk trauksmi (nemieru) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā izjuta vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji) - 45,9% un augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) - 44,1%. Savukārt, iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji ir tie, kas visbiežāk atbildēja, ka neizjuta trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā - 73,3%, tiem seko kvalificēti strādnieki un amatnieki; iekārtu un mašīnu operatori - 66,7% (2 respondenti no 3) un pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) - 61,9%.

Analizējot, kā trauksmes (nemiera) izjūta ir atkarīgā no attālinātā darba noslodzes dienā, t.i. no darba stundu apjoma COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā (n=562), var secināt, ka visvairāk trauksmi (nemieru) izjuta tie nodarbinātie, kas dienā strādāja vairāk kā 10 stundas - 58,8%. Attiecībā uz tiem nodarbinātajiem, kas visvairāk norādīja, ka neizjuta trauksmi (nemieru), tie ir darbinieki, kas strādāja 6-8 stundas dienā - 61,2%, kā arī tie attālinātā darba veicēji, kam ir grūti atbildēt par darba stundu apjomu dienā - 62,5% (kaut arī tie ir tikai 5 respondenti).

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu, vai viņi izjuta trauksmi (nemieru), strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka visvairāk trauksmi (nemieru) izjuta gados jaunas vai vidējā vecuma sievietes, kurām māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., pie tam māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir četri un vairāk, dzīvojošas Rīgas vai Pierīgas reģionā un ir nodarbinātas kā vidējā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā attālināti strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, neizjuta trauksmi (nemieru), pārsvarā ir vīrieši ap 55 gadu vecumu dzīvojoši Kurzemes vai Zemgales reģionos, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vieni vai divatā ar kādu (partneri, pieaugušo bērnu u.c.), un kas ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji vai pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā attālināti strādāja 6-8 stundas dienā.

##### ***5) Vai, strādājot attālināti, izjutāt, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus?***

Uz šo jautājumu varēja atbildēt tikai attālinātā darba veicēji. Aptaujas rezultāti liecina (n=563), ka 53,6% attālinātā darba veicēju ir atzīmējuši to, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus. Savukārt, 39,4% respondentu uzskata, ka ģimenes dzīve neietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti.

Aptaujas dati dzimumu griezumā (n=495) uzrādīja, ka sievietes par 3,6% punktiem vairāk nekā vīrieši ir atzīmējušas, ka viņas izjūt, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti - 54,2% respondentu. Savukārt, vīrieši par 3,0% punktiem mazāk nekā sievietes uzskata, ka ģimenes dzīve neietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, t.i. 41,8% respondentu.

Analizējot attālinātā darba veicēju aptaujas datus (n=494) par to, vai viņi izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti atkarībā no cilvēku skaita mājsaimniecībā, ir redzama skaidra tendence, ka respondenti izjūt to, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti līdz ar cilvēku skaita pieaugumu mājsaimniecībā, visaugstāko rādītāju 77,6% sasniedzot, ja mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaita pieci, un tad pakāpeniski šim rādītājam samazinoties. Un otrādi, vislielākais respondentu īpatsvars 67,6%, kas neizjuta to, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, ir mājsaimniecību grupā, kur dzīvo tikai viens cilvēks.

Par šo tendenci liecina arī aptaujas dati (n=494) sadalījumā pa mājsaimniecību veidiem ar vai bez bērniem līdz 18 g.v.: 75,4% attālinātā darba veicēju, kuru mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. ir norādījuši, ka, strādājot attālināti, izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus. Savukārt, 55,9% attālinātā darba veicēju, kuru mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. ir norādījuši, ka, strādājot attālināti, neizjuta, ka ģimenes dzīve būtu ietekmējusi viņu spēju veikt darba pienākumus.

Līdzīga tendence turpinās, analizējot atbildes uz šo jautājumu pa respondentu vecuma grupām (n=495): 67,2% attālinātā darba veicēju vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem apstiprinot norādīja uz izjūtām, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus, un tas ir visaugstākais rādītājs starp visām vecuma grupām, turpretim visvairāk, t.i. 57,1% respondentu vecumā 63+ norādīja, ka, strādājot attālināti, viņi neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus (ir jāpiebilst, ka tie ir tikai 8 respondenti), kam seko respondenti vecumā 18-24 gadi ar 53,8%.

Analizējot šos datus reģionu griezumā (n=495), var secināt, ka 61,0% Vidzemes reģiona un 59,6% Latgales reģiona attālinātā darba veicēju atzīmēja, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti. Savukārt, vislielākais Kurzemes reģiona attālināto darba veicēju īpatsvars, t.i. 52,8% norādīja, ka viņi neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, Zemgales reģiona attālinātā darba veicēji attiecīgi 43,1%.

Atkarībā no ieņemamā amata (n=494) viens no augstākajiem rādītājiem 58,7% tika uzrādīts amatu grupā "vidējā līmeņa vadītājs (nodaļas vadītājs)", apstiprinot to, ka ģimenes dzīve ietekmē u spēju veikt darba pienākumus, strādājot attālināti. Šeit ir jāatzīmē, ka visaugstākais apstiprinošais rādītājs (66,7%) bija amatu grupā "kvalificēts strādnieks un amatnieks; iekārtu un mašīnu operators", jāatzīmē, ka respondentu skaits, kas šādi atbildējuši ir tikai 2 cilvēki no 3. Savukārt, amatu grupas "pakalpojumu un tirdzniecības darbinieks (pārdevējs, klientu apkalpošanas speciālists, policists, ugunsdzēsējs)" respondenti visvairāk norādīja, ka strādājot attālināti, viņi neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus - 57,1%, tiem seko speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) - 47,1%.



Analizējot attālinātā darba veicēju (n=563) atbildes uz šo jautājumu dienas darba stundu griezumā, ko viņi strādāja COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka 71,3% respondentu, kas dienā strādāja vairāk kā 10 stundas atzīmē arī to, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus. Kas ir interesanti, ka otrais augstākais rādītājs 67,4% ir reģistrēts respondentu grupā, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Savukārt, visvairāk ir to respondentu, kas neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus, COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā ir strādājuši 6-8 stundas dienā (41,6%) un 8-10 stundas dienā (44,1%).

Sakarā ar to, ka aptaujā piedalījās visvairāk respondentu no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. 72,2% veselības un sociālās aprūpes nozarē nodarbināto, 59,6% izglītības nozarē nodarbināto un 53,8% valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbināto norādīja, ka, strādājot attālināti, izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus (n=495).

Apkopojot attālinātā darba veicēju atbildes uz šo jautājumu, var secināt, ka attālinātā darba veicēji, kas izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, pārsvarā ir sievietes (bet pārsvars par vīriešiem ir nebūtisks) vecumā no 35 līdz 44 gadiem, kurām māsaimniecībā dzīvo bērni līdz 18 g.v. un māsaimniecības locekļu skaits ir pieci, dzīvojošas Vidzemes vai Latgales reģionā, ir nodarbinātas kā vidējā līmeņa vadītājas (nodaļas vadītājas) veselības un sociālās aprūpes nozarē, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, pārsvarā ir vīrieši vecumā 18-24 gadi vai 63+ gadi, dzīvojoši vieni, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas strādā un dzīvo Kurzemes vai Zemgales reģionā, ir nodarbināti kā pakalpojumu un tirdzniecības amata grupas pārstāvji vai speciālisti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.

**6) Nemot vērā Jūsu attālinātā darba pieredzi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, novērtējiet, kā mainījās līdzsvars starp Jūsu darbu un privāto dzīvi.**

Uz šo jautājumu varēja atbildēt tikai attālinātā darba veicēji. Aptaujas dati liecina (n=563), ka tikai trešdaļa (33,4%) attālinātā darba veicēju atzīmēja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās, veicot attālināto darbu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. 30,2% attālinātā darba veicēju atzīmēja, ka ārkārtējās situācijas laikā līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi pasliktinājās, turpretim 27,4% atbildēja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi uzlabojās.

Analizējot aptaujas rezultātus dzimumu griezumā (n=495), var secināt, ka abu dzimumu pārstāvji uzrāda vienādus rezultātus attiecībā uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā: vīrieši - 26,6% un sievietes - 27,7%. Toties sieviešu īpatsvars, kas atbildēja, ka ārkārtējās situācijas laikā līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi pasliktinājās ir 33,7%, kas ir par 13,4% punktiem lielāks rādītājs nekā vīriešu sniegtās atbildes. Savukārt, vīriešu īpatsvars, kas norādīja, ka ārkārtējās situācijas laikā līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās ir 44,3%, kas ir par 15,4% punktiem vairāk nekā sieviešu sniegtās atbildes.

Analizējot respondentu (n=494) atbildes uz jautājumu par līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no tā, vai respondentu mājsaimniecībās ir vai nav bērni līdz 18 g.v., var secināt, ka nedaudz vairāk par ceturtdaļu abu grupu attālinātā darba veicēju atzīmē, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi uzlabojās - 28,0% respondentu, kam mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 g.v., un 27,6% - kam nav. Savukārt, respondenti, kam mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 g.v. ir tie, kas vairāk norāda, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā pasliktinājās - 39,7%, kas par 15,6% punktiem pārsniedz respondentu, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. rādītāju. Likumsakarīgi, ka tieši respondenti, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. vairāk piekrīt tam, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās - 39,5%, kas ir par 17,1% punktiem augstāks rādītājs, salīdzinot ar respondentiem, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v.

Interesanti secinājumi izriet no respondentu atbildēm (n=494), analizējot tās atkarībā no dzīvojošo cilvēku skaita respondentu mājsaimniecībās. Respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo 6 un vairāk cilvēki, ir tie, kas visvairāk atzīmēja gan līdzsvara uzlabošanos - 36,8%, gan līdzsvara pasliktināšanos - 42,1%. Otrā respondentu grupa, kas visvairāk atzīmēja līdzsvara pasliktināšanos, ir respondenti, kam mājsaimniecībā ir trīs cilvēki - 41,8%. Savukārt, tie respondenti, kas dzīvo vieni, visvairāk norādīja, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nemainījās - 44,1%.

Atbildes uz šo jautājumu respondentu vecuma griezumā (n=495) liecina, ka visvairāk līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā uzlabošanos sajuta attālinātā darba veicēji vecuma grupā 25-34 gadi - 34,7% un 45-54 gadi - 31,4%. Respondentu vairākums vecuma grupā 18-24 gadi, t.i. 46,2% (6 respondenti no 13) norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos, tiem seko attālinātā darba veicēji vecumā no 35 līdz 44 gadiem - 39,4%. Savukārt, attālinātā darba veicēji vecumā 63+ ir tie, kam līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās - 78,6% (11 respondenti no 14).

Pierīgas reģiona attālinātā darba veicēji visvairāk piekrita tam, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā uzlabojās - 33,3%, tiem seko Zemgales reģiona attālinātā darba veicēji - 31,0%. Par līdzsvara pasliktināšanos līdzīgus rezultātus uzrādīja Rīgas un Latgales reģionu nodarbinātie, attiecīgi 36,6% un 36,5%. Savukārt, Kurzemē tika konstatēts visaugstākais rādītājs, atbildot, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās - 47,2% (n=495).

Analizējot aptaujā iegūtos datus attālinātā darba veicēju amatu griezumā (n=494), var redzēt, ka pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) ir tie, kas visvairāk norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanos - 42,9% (9 respondenti no 21), tiem seko speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) ar 36,1%. Līdzsvara pasliktināšanos visvairāk atzīmēja 36,7% iestāžu, uzņēmumu augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) - 36,7%, vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji) - 34,9% un augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) - 34,7%. Uz to, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās, visvairāk, t.i. 66,7% norādīja kvalificēti strādnieki un amatnieki; iekārtu un mašīnu operatori - 66,7% (tikai 2 respondenti no 3). Pārējo amatu grupu pārstāvji attiecībā uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi nemainīgumu

uzrādīja šādus rezultātus - no 28,6% pakalpojumu un tirdzniecības darbinieku amatu grupā līdz 40% iestāžu, uzņēmumu augstākā līmeņa vadītāju grupā.

Izpētot attālinātā darba veicēju (n=563) līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi atkarībā no darba stundu skaita dienā, ko strādāja respondenti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā (n=563), var secināt, ka par līdzsvara uzlabošanas visvairāk norādīja respondenti, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā - 34,8%, un otrādi, respondenti, kas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, visvairāk norāda uz līdzsvara pasliktināšanos - 60,0%. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas strādāja 6-8 stundas dienā, visvairāk atzīmē, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās - 41,1%.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Vislielākais attālinātā darba veicēju īpatsvars, kas atzīmēja līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanas ir valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē - 40,7%, tiem seko 22,2% nodarbinātie veselības un sociālās aprūpes nozarē un 19,1% nodarbinātie izglītības nozarē. Savukārt, uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos visvairāk norādīja 46,8% nodarbināto izglītības nozarē, kam seko 38,9% nodarbinātie veselības un sociālās aprūpes nozarē un 24,2% nodarbinātie valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē (n=495).

Analizējot līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi atkarībā no uzņēmuma lieluma (n=495), var secināt, ka vislielākais respondentu īpatsvars 34,1%, kas norādīja uz līdzsvara uzlabošanas strādā uzņēmumos ar darbinieku skaitu 250-499, kā nākamie ir nodarbinātie uzņēmumos ar darbinieku skaitu 100-249 - 33,6%. Attiecībā uz pārējiem uzņēmumiem nav novērots skaidrs respondentu līdzsvars starp darbu un privātās dzīves uzlabošanas atkarībā no uzņēmumu darbinieku skaita. Uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos vairāk ir norādījuši attālinātā darba veicēji, kas nodarbināti uzņēmumos ar darbinieku skaitu 50-99 vai vairāk par 500 - attiecīgi 41,0% un 40,6%. Savukārt, tie nodarbinātie, kas norādīja uz to, ka viņu līdzsvars nemainījās, lielākoties strādā vieni savā uzņēmumā vai uzņēmumos ar darbinieku skaitu 2-5 un 6-10 - attiecīgi 55,6%, 48,0% un 52,9%.

Analizējot respondentu atbildes par līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi atkarībā no tā, vai respondentu uzņēmumos darbojas arodbiedrība, vai ir noslēgts darba koplīgums, ir vērojama tendence, ka vairāk nodarbināto ziņo, par līdzsvara uzlabošanas, kam uzņēmumos nav noslēgts koplīgums - 30,1%, salīdzinot ar tiem respondentiem, kam uzņēmumos ir noslēgts darba koplīgums - 23,2% (n=495). 33,8% respondentu, kam uzņēmumā nedarbojas arodbiedrība norāda uz līdzsvara uzlabošanas, salīdzinot ar 18,8% respondentu, kam uzņēmumā nav arodbiedrības. Pretējā situācija tiek novērota arī tiem nodarbinātajiem, kas ziņo par līdzsvara pasliktināšanos. Nodarbinātie, kam uzņēmumos attiecīgi ir (31,2%) un nav (32,3%) noslēgts darba koplīgums norāda uz to, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās. Nodarbinātie, kam uzņēmumos attiecīgi ir (32,2%) un nav (32,9%) arodbiedrības norāda uz to, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās.

Analizējot attālinātā darba veicēju atbildes, var secināt, ka attālinātā darba veicēji, kas norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanas, pārsvarā ir abu dzimumu pārstāvji 25-34 un 45-54 gadu vecumā, neatkarīgi no tā, vai māsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v., kam māsaimniecībā

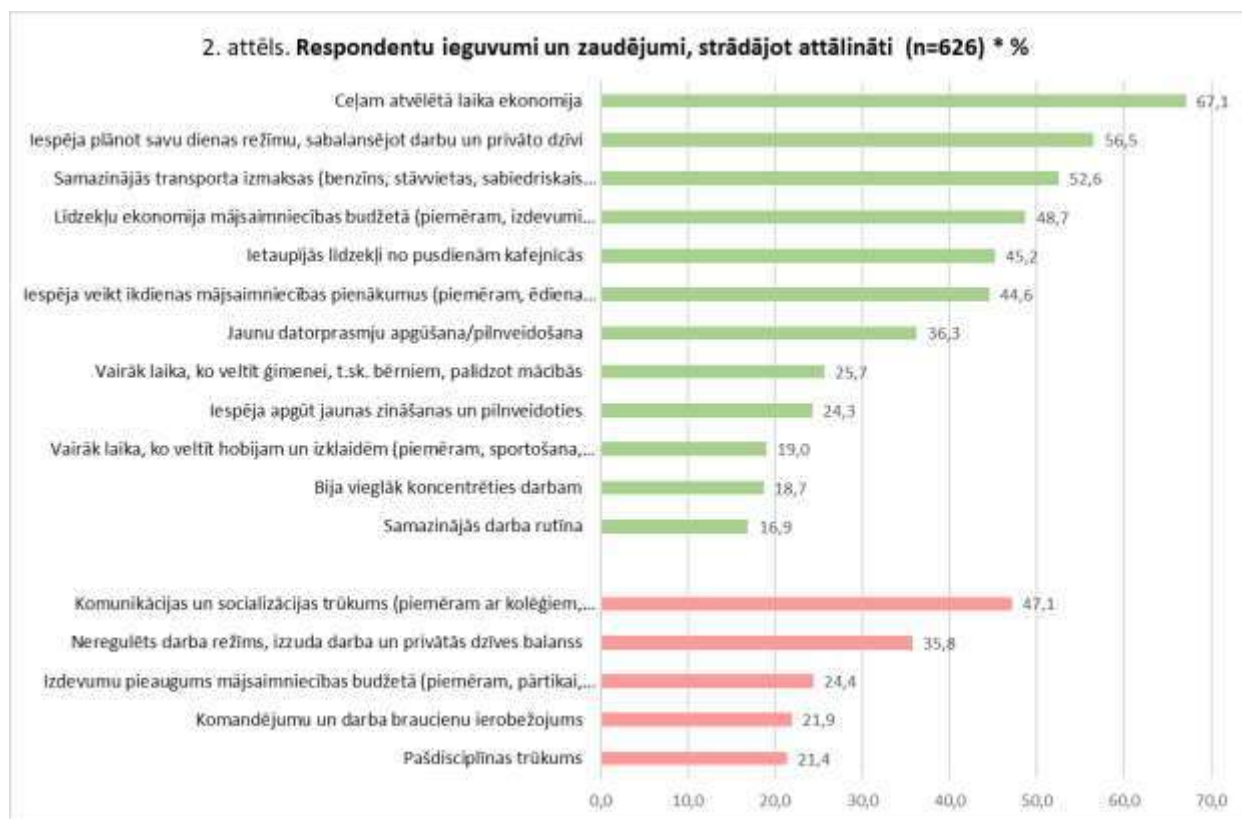
dzīvojošo cilvēku skaits ir seši un vairāk, dzīvojošie Pierīgas vai Zemgales reģionā, ir nodarbināti kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) un speciālisti, nodarbinātie valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas norādīja uz līdzsvara starp darbu un privātās dzīves pasliktināšanos, pārsvarā ir sievietes 18-24 vai 35-44 gadu vecumā, kurām māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir trīs cilvēki, vai seši un vairāk, dzīvojošas Rīgas un Latgales reģionos, ir augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes, kas ir nodarbinātas izglītības un veselības un sociālās aprūpes nozarēs, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Tie attālinātā darba veicēji, kas norādīja, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās, pārsvarā ir vīrieši vecumā 63+, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojoši vieni, ir Kurzemes reģiona iedzīvotāji, ir nodarbināti kā iestāžu, uzņēmumu augstākā līmeņa vadītāji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā.

To, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās visvairāk atzīmēja mazo uzņēmumu darbinieki. Fakts, ka uzņēmumā darbojas arodbiedrība vai ir noslēgts darba koplīgums, būtiski neietekmē nodarbināto līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi.

#### **7) Lūdzu, atzīmējiet, kādi, Jūsaprāt, bija Jūsu ieguvumi/zaudējumi, strādājot attālināti?**

Aptaujā kopumā piedalījās 626 respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja attālināti. Atbildot uz šo jautājumu, respondentiem bija iespēja izvēlēties vairākus atbildes variantus. Kopumā tika saņemtas 3071 atbildes par ieguvumiem un 1267 atbildes par zaudējumiem, strādājot attālināti.

2.attēlā ir atspoguļoti tie ieguvumi un zaudējumi no attālinātā darba, ko minēja vismaz 100 respondenti.



### 7.1. Respondentu ieguvumi, strādājot attālināti

Ceļam atvēlētā laika ekonomiju kā ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (37,5%), respondenti vecumā 35-44 gadi (49,0%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (39,0%), kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki (41,3%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (59,5%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (45,0%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 8-10 stundas dienā (27,9%) vai 10 stundas un vairāk (28,7%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (43,5%).

Iespēju plānot savu dienas režīmu, sabalansējot darbu un privāto dzīvi kā ieguvumu, vairāk norādīja sievietes (32,2%), respondenti vecumā no 35 līdz 44 gadiem (37,7%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (32,7%), kā arī tie, kas dzīvo vieni (36,1%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (38,9%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (34,9%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā (25,3%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (32,9%).

Ieguvumu par transporta izmaksu (benzīns, stāvvietas, sabiedriskais transports) samazināšanu vairāk atzīmēja sievietes (30,5%), respondenti vecumā no 35 līdz 44 gadiem (37,7%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (31,6%), kam mājsaimniecībā dzīvo seši cilvēki un vairāk (35,1%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (49,2%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (34,9%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dienā

strādāja 10 stundas un vairāk (22,7%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (34,7%).

Līdzekļu ekonomiju mājsaimniecības budžetā (piemēram, izdevumi transportam, apģērbam, izklaidēm u.c.) kā ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (28,9%), respondenti vecumā no 35 līdz 44 gadiem (34,8%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (28,9%), kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki (35,9%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (45,2%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (31,7%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dienā strādāja 10 stundas un vairāk (23,1%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē un izglītības nozarē nodarbinātie (attiecīgi 30,0% un 29,8%).

Līdzekļu ietaupījumu no pusdienām kafejnīcās kā ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (26,2%), respondenti vecumā 18-24 gadi (35,3%), neatkarīgi no tā, vai respondentam mājsaimniecībā ir vai nav bērni līdz 18 g.v. (24,4% - ir bērni, 24,7% - nav bērnu), kam mājsaimniecībā dzīvo seši cilvēki un vairāk (32,4%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (36,5%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) un speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) (attiecīgi 29,0% un 28,4%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dienā strādāja 6-8 un vairāk kā 10 stundas dienā (attiecīgi 19,2% un 19,9%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (31,2%).

Iespēju veikt ikdienas mājsaimniecības pienākumus (piemēram, ēdiena gatavošana, mājas uzkopšana u.c.) darba pārtraukumos, kā attālinātā darba ieguvumu, vairāk atzīmēja sievietes (26,6%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (25,3%) un kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēki (32,4%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (32,8%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (34,1%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (28,7%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā (18,1%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (27,6%).

Iespēju apgūt/pilnveidot jaunas datorprasmes kā attālinātā darba ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (21,6%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (21,3%) un kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēki (27,0%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (25,8%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (34,1%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (29,6%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā (20,8%), izglītības nozarē nodarbinātie (37,9%).

Vairāk laika, ko veltīt ģimenei, t.sk. bērniem, palīdzot mācībās, kā attālinātā darba ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (14,4%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (26,0%) un kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki (28,3%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (25,8%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (22,2%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (17,8%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā (12,2%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (20,0%).

Iespēju apgūt jaunas zināšanas un pilnveidoties kā ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (14,3%), respondenti, neatkarīgi no tā, vai respondentam māsaimniecībā ir vai nav bērni līdz 18 g.v. (13,5% - ir bērni, 13,4% - nav bērnu), un kam māsaimniecībā dzīvo četri cilvēki (18,1%) un seši un vairāk (18,9%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (16,2%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (19,0%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (19,5%), tie attālinātā darba veicēji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā (11,6%), izglītības nozarē nodarbinātie (24,7%).

Vairāk laika, ko veltīt hobiem un izklaidēm (piemēram, sportošana, pastaigas, TV, kino, galda spēles u.c.) kā attālinātā darba ieguvumu vairāk atzīmēja sievietes (11,1%), respondenti, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. (11,9%) un kam māsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēku (10,8%), attālinātā darba veicēji vecuma grupā 18-24 gadi (26,5%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (18,3%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (11,8%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā (9,2%), izglītības nozarē nodarbinātie (10,6%).

To, ka strādājot attālināti bija vieglāk koncentrēties darbam, vairāk atzīmēja sievietes (10,6%), respondenti, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. (11,6%) un kas dzīvo vieni vai divatā (attiecīgi 12,0% un 11,4%), attālinātā darba veicēji vecuma grupā 18-24 gadi (17,6%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (21,4%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (13,6%) un speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) (13,2%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā (attiecīgi 7,7% un 7,6%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie (12,9%).

To, ka strādājot attālināti samazinājās darba rutīna, vairāk atzīmēja sievietes (9,5%), neatkarīgi no tā, vai respondentam māsaimniecībā ir vai nav bērni līdz 18 g.v. (9,6% - ir bērni, 8,8% - nav bērnu), un kas dzīvo vieni vai četratā (attiecīgi 11,3% un 11,5%), attālinātā darba veicēji vecuma grupā 18-24 un 25-34 gadi (attiecīgi 14,7% un 15,1%), Pierīgas reģiona nodarbinātie (21,4%), kā arī Zemgales (10,7%) un Rīgas (10,5%) reģiona, augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (12,4%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā (9,0%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas un izglītības nozarēs nodarbinātie (attiecīgi 10,0% un 11,5%).

## **7.2. Respondentu zaudējumi, strādājot attālināti**

Komunikācijas un socializācijas trūkumu kā zaudējumu no attālinātā darba vairāk atzīmēja sievietes (28,3%), respondenti, kam māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (27,6%), kas dzīvo vieni vai četratā (attiecīgi 31,6% un 31,9%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (34,1%), attālinātā darba veicēji no Rīgas reģiona (37,1%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (31,7%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10

stundas dienā (21,3%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas un izglītības nozarēs nodarbinātie (attiecīgi 34,7% un 34,9%).

Neregulētu darba režīmu, darba un privātās dzīves balansa izzušanu kā zaudējumu no attālinātā darba vairāk atzīmēja sievietes (21,4%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (25,6%) un kam mājsaimniecībā dzīvo pieci (29,3%) un seši un vairāk cilvēku (29,7%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (28,8%), attālinātā darba veicēji no Rīgas reģiona (26,9%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (27,2%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā (25,5%), izglītības nozarē nodarbinātie (28,9%).

Izdevumu pieaugumu mājsaimniecības budžetā (piemēram, pārtikai, sakaru pakalpojumiem, ārpakalpojumiem, elektrībai u.c.) kā zaudējumu no attālinātā darba vairāk atzīmēja sievietes (14,3%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (17,0%) un kam mājsaimniecībā seši un vairāk cilvēku (21,6%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (16,9%), attālinātā darba veicēji no Pierīgas reģiona (19,0%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (18,6%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā (14,4%), izglītības nozarē nodarbinātie (21,3%).

Komandējumu un darba braucienu ierobežojumu kā zaudējumu no attālinātā darba vairāk atzīmēja sievietes (12,2%), neatkarīgi no tā, vai respondentam mājsaimniecībā ir vai nav bērni līdz 18 g.v. (11,9% - ir bērni, 11,7% - nav bērnu), kas dzīvo vieni (16,5%), respondenti vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem (16,2%), attālinātā darba veicēji no Rīgas reģiona (17,0%), augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) (15,4%) vai vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji) (15,1%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā (9,7%), izglītības nozarē nodarbinātie (16,2%).

Pašdisciplīnas trūkumu kā zaudējumu no attālinātā darba vairāk atzīmēja sievietes (13,5%), respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (12,8%), kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēku (18,9%), respondenti vecuma grupā no 18 līdz 24 gadiem (23,5%), attālinātā darba veicēji no Pierīgas reģiona (17,5%), speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) (16,9%), tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām vai 6-8 stundas dienā (attiecīgi 10,9% un 11,1%), valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas un izglītības nozarēs nodarbinātie (attiecīgi 10,6% un 11,9%).

Analizējot attālinātā darba veicēju atbildes par ieguvumiem un zaudējumiem no attālinātā darba, var secināt, ka to respondentu īpatsvars, kas ir atzīmējuši attālinātā darba ieguvumus ir lielāks, salīdzinot ar respondentiem, kas, atbildot uz jautājumu, norādīja uz zaudējumiem no attālinātā darba. Par attālinātā darba ieguvumiem vairāk ziņoja sievietes 35-44 gadu vecumā, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., dzīvojošas Pierīgas reģionā, kuras ir nodarbinātas kā augstākā līmeņa speciālistes valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, par attālinātā darba zaudējumiem lielākoties ziņoja sievietes 35-44 gadu vecumā, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., dzīvojošas Pierīgas reģionā, kuras ir nodarbinātas kā augstākā līmeņa speciālistes izglītības nozarē, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Ir redzams, ka kopumā sabiedrības



nodarbinātā daļa vairāk atzīmē ieguvumus, ko sniedz attālinātais darbs. Tas ir būtisks pamatojums tam, lai sekmētu attālinātā darba, kā vienu no oficiāli izmantojamām darba formām, ieviešanu Latvijas ekonomikā arī turpmāk.

**8) Vai Jums ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika/ pēc tam, kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi?**

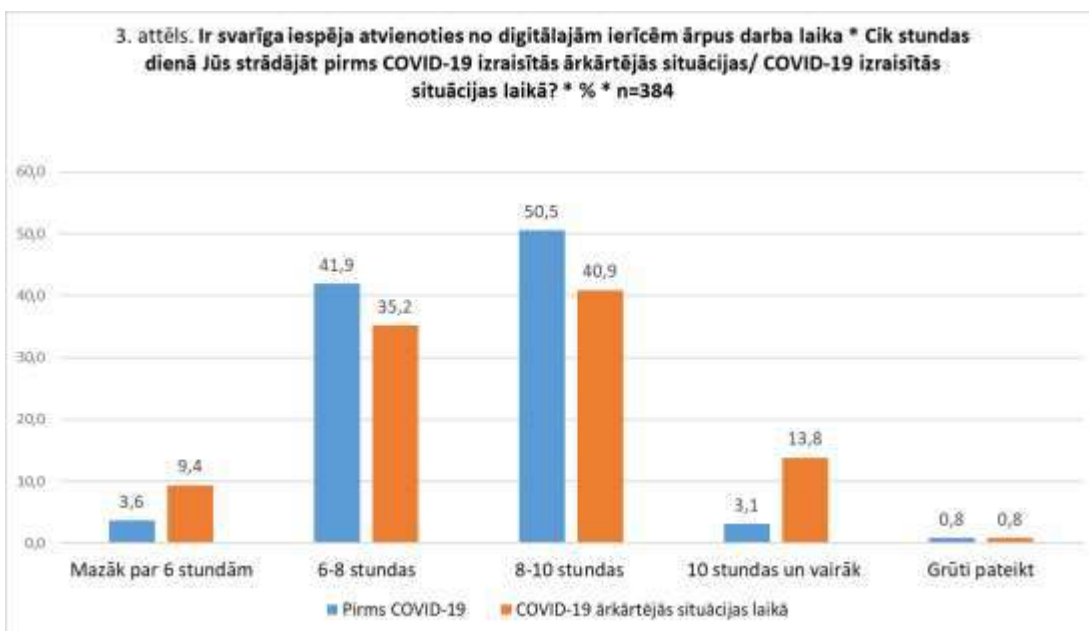
68,2% attālinātā darba veicēju (n=563) norādīja, ka viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi). Ir jāatzīmē, ka sievietēm ir svarīgāk nekā vīriešiem, lai šī iespēja tiktu nodrošināta - apstiprinoši atbildēja 70,6% sieviešu un 62,0% vīriešu (n=495). Analizējot atbildes atkarībā no tā, vai respondentu mājsaimniecībās ir/nav bērni līdz 18 g.v. (n=494), var secināt, ka arī šādā griezumā vislielākais respondentu atbilžu sadalījums liecina, ka viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika, neatkarīgi no bērnu esamības mājsaimniecībā - apstiprinoši atbildēja 70,3% respondentu, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., un 69,0% respondentu, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. Uz to visvairāk norādīja arī tie respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo divi cilvēki - 71,8%, tiem seko respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo četri cilvēki - 71,3% (n=494).

Tendence liecina, ka iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm (n=495) visvairāk ir svarīga gados jauniem respondentiem, sasniedzot maksimālo īpatsvaru 84,6% respondentu vecuma grupā 18-24 gadi, un tad, līdz ar respondentu vecuma pieaugumu, īpatsvaram samazinoties līdz 61,0% vecuma grupā 45-54 gadi, un tad atkal pakāpeniski pieaugot līdz 64,3% vecumā grupā 63+.

Iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm visvairāk ir svarīga attālinātā darba veicējiem no Vidzemes reģiona - 78,0%, Zemgales reģiona - 70,7% un Pierīgas reģiona - 70,4% (n=495).

Analizējot atbildes amatu griezumā (n=494), var secināt, ka vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji) visvairāk atzīmēja, ka viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi) - 71,6%, tiem seko augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži) ar 70,3% un speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) ar 69,7%.

Atkarībā no respondentu darba stundu skaita dienā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var atzīmēt, ka tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 darba stundām dienā, visvairāk piekrīt tam, ka viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika - 78,3%, tiem seko respondenti, kas strādāja 8-10 stundas dienā - 69,2%.



Kopumā 384 no 563 attālinātā darba veicējiem ir norādījuši, ka viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi). 3.attēlā ir atspoguļoti dati par šo respondentu darba stundu sadalījumu dienā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Var secināt, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā par 5,8% pieaudzis to attālinātā darba veicēju īpatsvars, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā un kuriem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika, sasniedzot rādītāju 9,4%. Līdzīga tendence ir saistībā ar attālinātā darba veicējiem, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 darba stundas dienā - to īpatsvars pieauga par 10,7% punktiem, sasniedzot rādītāju 13,8%. Abos gadījumos pieaugums tika nodrošināts uz to respondentu rēķina, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja vai nu 6-8, vai nu 8-10 stundas dienā, jo gan attālinātā darba veicēju grupā, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja 6-8 stundas dienā, gan respondentu grupā, kas iepriekš strādāja 8-10 stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ir novērots respondentu īpatsvara samazinājums, attiecīgi par 6,7% punktiem un 9,6% punktiem, sasniedzot rādītājus 35,2% un 40,9%. Tas varētu liecināt par to, ka tie respondenti, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas laika strādāja 6-8 stundas, attālināti, strādājot COVID-19 situācijas laikā, bija spējīgi paveikt savu darbu ātrāk un līdz ar to strādāja mazāk par 6 stundām, kā arī tie respondenti, kas pirms COVID-19 strādāja 8-10 stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā sāka strādāt vēl ilgāk (vairāk kā 10 stundas dienā).

Sakarā ar to, ka aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. 70,3% valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē attālinātā darba veicēju, 66,7% izglītības nozarē un 72,2% veselības un sociālās aprūpes nozarē ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi) (n=495).

Apkopojot attālinātā darba veicēju atbildes uz šo jautājumu, var secināt, ka iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi) visvairāk ir svarīga gados jaunām sievietēm, neatkarīgi no tā, vai viņu mājsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v., ar mājsaimniecībās dzīvojošo cilvēku skaitu divi vai četri, kas dzīvo Vidzemē, Zemgalē vai Pierīgas reģionā, strādā par vidējā līmeņa vadītājām (nodaļas vadītājām), augstākā līmeņa speciālistēm vai speciālistēm veselības un sociālās aprūpes nozarē, valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē vai izglītības nozarē, un kuras COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām vai 8-10 stundas dienā.

**9) Cik svarīga, izvēloties darbu, Jums būtu iespēja brīvi plānot savu darba laiku (piem., uzsākt darbu 7.00 un pabeigt 16.00 vai uzsākt 10.00 un pabeigt 19.00)?**

Uz šo jautājumu bija iespējams atbildēt visiem respondentiem, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti, vai nē. Iespēju brīvi plānot savu laiku kā ļoti svarīgu atzīmēja 43,8% aptaujāto respondentu un kā drīzāk svarīgu - 36,6% (n=1188).

Interesanti rezultāti tiek iegūti, analizējot respondentu atbildes uz šo jautājumu no tā aspekta, vai viņi ir attālinātā darba veicēji vai nav (n=1025). Piemēram, tie respondenti, kas attālināti strādāja jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas vai sāka strādāt attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas rezultātā, visvairāk norāda, ka viņiem ir ļoti svarīga iespēja brīvi plānot savu darba laiku - uz to norāda attiecīgi 68,2% un 49,0% šo grupu respondentu. Kā ļoti svarīgu iespēju brīvi plānot savu darba laiku atzīmē 51,1% to respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo to neļāva darba devējs. Savukārt, tie respondenti, kas nestrādāja attālināti, piemēram, tāpēc ka strādāja tādu darbu, ko nevar veikt attālināti vai vienkārši, tāpēc ka negribēja, iespēju brīvi plānot savu darba laiku, atzīmē kā drīzāk svarīgu - attiecīgi 38,8% un 38,2% gadījumos.

Analizējot respondentu atbildes dzimumu griezumā (n=1041), var secināt, ka sievietes 45,8% gadījumos uzskata šo iespēju kā ļoti svarīgu, savukārt 40,3% vīriešu vairāk uzskata šo iespēju kā drīzāk svarīgu.

46,0% respondentu, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. (n=446), atzīmē iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā ļoti svarīgu, 37,9% - kā drīzāk svarīgu. Nedaudz mazāks respondentu īpatsvars 41,3%, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. (n=588), arī uzskata iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā ļoti svarīgu, 36,1% - kā drīzāk svarīgu.

Atkarībā no cilvēku skaita, kas dzīvo respondentu mājsaimniecībās (n=1040), ir redzams, ka iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā ļoti svarīgu visvairāk uzskata tie respondenti, kas dzīvo vieni - 49,6%, tiem seko respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo trīs cilvēki - 49,5% un pieci cilvēki - 45,7%. Kā drīzāk svarīgu šo iespēju uzskata 39,6% respondentu, kam mājsaimniecībā dzīvo divi cilvēki, un 39,1% respondentu, kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki.

Analizējot respondentu atbildes uz šo jautājumu pa vecuma grupām (n=1037), var secināt, kā ļoti svarīgu iespēju brīvi plānot savu darba laiku, visvairāk uzskata respondenti vecuma grupā 35-44 gadi

- 48,7% un vecumā 63+ - 48,6%. Savukārt, kā drīzāk svarīgu šo iespēju uzskata gados jaunāki respondenti: 47,1% vecuma grupā 18-24 gadi un 41,0% vecuma grupā 25-34 gadi.

Respondentu atbilžu sadale reģionu griezumā (n=1041) uzrāda, ka vislielākais nodarbināto īpatsvars, kam iespēja brīvi plānot savu darba laiku ir ļoti svarīga, ir no Pierīgas reģiona - 56,3%, tiem seko Rīgas reģiona nodarbinātie - 45,6%. Savukārt, tie respondenti, kas uzskata iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā drīzāk svarīgu, pārsvarā strādā Rīgas reģionā - 40,4% un Vidzemes reģionā - 38,9%.

Atkarībā no ieņemamā amata (n=1040), iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā ļoti svarīgu atzīmēja 50,6% iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) un 48,8% augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži). Iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā drīzāk svarīgu visvairāk atzīmēja pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) - 45,7%, kā arī speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) - 44,0%.

Analizējot respondentu atbildes atkarībā no darba stundu skaita, ko viņi strādāja COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā (n=1188), var secināt, ka iespēju brīvi plānot savu darba laiku kā ļoti svarīgu uzskata tie nodarbinātie, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā - 49,6%, vai vairāk kā 10 stundas dienā - 44,2%. Savukārt, tie nodarbinātie, kas šo iespēju uzskata kā drīzāk svarīgu, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā pārsvarā strādāja 8-10 stundas dienā - 39,5%.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Vislielākais nodarbināto īpatsvars, kas atzīmēja iespēju brīvi plānot savu darba laiku ir izglītības nozarē - 44,7%, tas seko 40,6% nodarbināto valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē un 40,0% nodarbināto veselības un sociālās aprūpes nozarē (n=1041).

Kā ļoti svarīgu iespēju brīvi plānot savu darba laiku, pārsvarā atzīmē sievietes, kas jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja attālināti vai sāka strādāt attālināti ārkārtējās situācijas laikā, vecumā no 35 līdz 44 gadiem, vai vecākas par 63 gadiem, neatkarīgi no tā, vai viņām ir vai nav bērni, kas dzīvo vienas vai viņu mājsaimniecībā dzīvo trīs cilvēki, no Pierīgas reģiona, kas ir nodarbinātas kā iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes izglītības, valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas vai veselības un sociālās aprūpes nozarēs, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai vairāk kā 10 stundas dienā. Kā drīzāk svarīgu šo iespēju lielākoties uzskata attālināti nestrādājošie vīrieši, neatkarīgi no tā, vai viņiem ir vai nav bērni, kas dzīvo divatā vai viņu mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir pieci, gados jauni no 18 līdz 34 gadiem, dzīvojoši Rīgas reģionā vai Vidzemē, strādājoši kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki vai speciālisti, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 8-10 stundas dienā.

### **10) Vai Jums radās papildus pienākumi mājsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā?**

Uz šo jautājumu bija iespējams atbildēt visiem respondentiem, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti, vai nē. 62,5% respondentu atzīmēja (n=1144), ka

COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, bet 29,2% respondentu uz šo jautājumu atbildēja apstiprinoši. Analizējot datus dzimumu griezumā (n=1041), var secināt, ka 31,8% sieviešu radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, kas par 12,4% punktiem pārsniedz rādītāju vīriešu grupā (19,4%).

Analizējot respondentu atbildes atkarībā no tā, vai viņi ir attālinātā darba veicēji vai nē (n=991), ir redzams, ka vairāk uz papildus pienākumu mājāsaimniecībā rašanos, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, norādīja tieši attālinātā darba veicēji - 32,6%, kas attālināti strādāja jau pirms ārkārtējās situācijas un 31,7%, kas attālināti sāka strādāt ārkārtējās situācijas laikā, salīdzinot ar 23,8% to respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo strādāja tādu darbu, ko nevar veikt attālināti, un 16,7% respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo negribēja. Savukārt, visvairāk uz papildpienākumu mājāsaimniecībā parādīšanos norādīja tie respondenti, kas nestrādāja attālināti ģimenes apstākļu dēļ (40,0% - 2 respondenti no 5) un 33,3% respondentu, kam strādāt attālināti neatļāva darba devējs. Toties, lielākā daļa respondentu atzīmēja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, neatkarīgi no tā, vai viņi strādāja attālināti, vai nē.

Analizējot respondentu atbildes par papildus pienākumiem mājāsaimniecībā atkarībā no tā, vai mājāsaimniecībā ir vai nav bērni līdz 18 g.v. (n=1039), var redzēt, ka 45,5% respondentu, kam mājāsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. norādīja, ka viņiem radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, un tikai 16,8% respondentu, kam mājāsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. norādīja uz papildus pienākumiem mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Un otrādi, 46,2% respondentu, kam mājāsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. norādīja, ka viņiem neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, savukārt visvairāk uz to norādīja 75,2% respondentu, kam mājāsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v.

Likumsakarīgi, ka visvairāk par papildus pienākumiem mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā (n=1040) norādīja tie respondenti, kam mājāsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēki - 59,5%, četri cilvēki - 42,5%, pieci cilvēki - 41,3%. Savukārt, tie respondenti, kas norādīja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā pārsvarā dzīvo vieni - 83,5% vai divatā - 73,3%. Tad, līdz ar cilvēku skaita mājāsaimniecībā pieaugumu, šis īpatsvars samazinās.

Analizējot respondentu atbildes vecuma griezumā (n=1037), vērojama tendence: visvairāk respondentu, kas norādīja uz papildus pienākumu mājāsaimniecībā parādīšanos COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, ir vecuma grupā 35-44 gadi - 42,1%, savukārt, tie respondenti, kam nebija papildus pienākumu mājāsaimniecībā pārsvarā ir 55-63 gadu vecumā, vai 63+ gadu vecumā - abos gadījumos 71,4%.

Skatoties datus reģionu griezumā (n=1041), var secināt, ka tie respondenti, kas norādīja, ka viņiem radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā sakarā ar COVID-19 ārkārtējo situāciju, pārsvarā dzīvo Pierīgas reģionā - 39,7% un Rīgas reģionā - 31,0%. Savukārt, visvairāk respondentu, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, dzīvo Latgalē - 67,6% un Vidzemē - 67,0%.

Analizējot respondentu atbildes uz šo jautājumu atkarībā no viņu amata (n=1040), ir redzams, ka visvairāk 42,9% respondentu, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā ir nekvalificēti strādnieki (apkopēji, sētnieki, kurjeri, dežuranti, sanitāri) (taču tie ir tikai 3 no 7), 37,7% ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) un 31,5% ir vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji). Visvairāk respondentu, kas norādīja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, ir pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) - 72,8%, tiem seko speciālisti (medmāsas, laboranti, tehniķi, inspektori, referenti, asistenti) - 67,5%.

Interesanti, ka tie nodarbinātie (n=1144), kas norādīja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, dienā strādāja vai nu mazāk par 6 stundām - 43,9%, vai nu vairāk kā 10 stundas - 36,9%. Savukārt tie nodarbinātie, kam neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā lielākoties strādāja 6-8 stundas dienā - 66,9% vai 8-10 stundas dienā - 65,9%.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Interesanti, ka nodarbinātie šajās nozarēs pārsvarā norādīja, ka viņiem neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā: to atzīmēja 68,2% respondentu no veselības un sociālās aprūpes nozares, 67,6% respondentu no valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozares un 57,9% respondentu no izglītības nozares (n=1041).

Apkopojot respondentu atbildes par papildus pienākumiem mājāsaimniecībā, var secināt, ka tie nodarbinātie, kas atzīmēja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā radās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, pārsvarā ir sievietes 35-44 gadu vecumā, kurām mājāsaimniecībā dzīvo bērni līdz 18 g.v. un mājāsaimniecības cilvēku skaits ir četri, pieci, seši un vairāk, kuras dzīvo Pierīgas vai Rīgas reģionā, ir iestādes, uzņēmuma augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie nodarbinātie, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā neradās papildus pienākumi mājāsaimniecībā, lielākoties ir vīrieši 55-63 vai 63+ gadu vecumā, kam mājāsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vieni vai divatā, strādā Latgales vai Vidzemes reģionā kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki vai speciālisti, un kuri COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.

**11) Lūzdu, novērtējiet, kā mainījās Jūsu slodze, veicot mājāsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā?**

Uz šo jautājumu bija iespējams atbildēt visiem respondentiem, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti, vai nē. Atbilžu sadalījums uz jautājumu par slodzi (n=1145), veicot mājāsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā liecina, ka 43,8% respondentu slodze palielinājās, pie tam 17,6% no respondentiem atzīmēja, ka slodzes palielinājums

bija būtisks. Savukārt 47,8% respondentu atbildēja, ka viņu slodze nemainījās. Tikai 4,7% respondentu norādīja par slodzes samazināšanu, no tiem 1,1% respondentu tā samazinājās būtiski. 3,7% respondentu nevarēja sniegt atbildi uz šo jautājumu.

Analizējot atbilžu sadalījumu dzimumu griezumā (n=1041), var secināt, ka 48,5% sieviešu norādīja uz slodzes palielinājumu, pie tam 20,0% sieviešu slodze palielinājās būtiski, kas par 13,5% punktiem pārsniedz vīriešu rezultātu šajā atbilžu grupā - 6,5%. Savukārt 68,1% vīriešu atzīmēja, ka viņu slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus nemainījās, uz ko norāda tikai 42,9% sieviešu.

Tendence liecina, ka nodarbinātie (n=1039), kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., vairāk uzrāda, ka viņu slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, ir palielinājusies, salīdzinot ar tiem respondentiem, kam mājsaimniecībā bērnu līdz 18 g.v. nav. Piemēram, 62,7% nodarbināto, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., norādīja uz slodzes pieaugumu, pie tam 30,9% nodarbināto norādīja uz slodzes būtisko palielinājumu. Salīdzinājumam, tikai 29,2% respondentu, kam mājsaimniecībā bērnu līdz 18 g.v. nav, atzīmēja slodzes pieaugumu. Savukārt uz to, ka slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, nemainījās norādīja 30,7% nodarbināto, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un 61,4% nodarbināto, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. - ir redzama rādītāju būtiska atšķirība.

Respondentu atbilžu analīze (n=1040) atkarībā no cilvēku skaita, kas dzīvo viņu mājsaimniecībā, liecina par līdzīgu tendenci slodzei pieaugt līdz ar cilvēku skaita pieaugumu mājsaimniecībā: vislielākais respondentu īpatsvars, kas norādīja uz slodzes pieaugumu, ir tie nodarbinātie, kam mājsaimniecībā dzīvo seši un vairāk cilvēki - 81,0%, pie tam 43,2% no tiem norādīja uz būtisku slodzes pieaugumu. Tiem seko nodarbinātie, kam mājsaimniecībā dzīvo pieci cilvēki - 67,4%, no tiem 39,1% norādīja uz būtisku slodzes pieaugumu, un nodarbinātie, kam mājsaimniecībā dzīvo četri cilvēki - 57,5%, no tiem 25,2% norādīja uz būtisku slodzes pieaugumu. Savukārt atbildot, ka slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, nav mainījies, vislielāko respondentu īpatsvaru 66,2% sastāda respondenti, kas dzīvo vieni, tad ar 61,0% seko respondenti, kam mājsaimniecībā dzīvo divi cilvēki.

Skatoties uz respondentu atbildēm vecuma griezumā (n=1037), varam redzēt, ka visvairāk par slodzes pieaugumu, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, ziņoja respondenti vecumā 35-44 gadi - 59,3%, pie tam 28,5% no viņiem norādīja uz slodzes būtisko pieaugumu, tiem seko respondenti vecumā 18-24 gadi - 47,10% (11,8% norādīja uz slodzes būtisko pieaugumu) un respondenti vecumā 25-34 gadi - 46,80% (11,7% norādīja uz slodzes būtisko pieaugumu). Savukārt, respondenti vecumā 63+ ir tie, kas visvairāk ziņoja par to, ka viņu slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nemainījās - 74,3%, tiem seko respondenti vecumā 55-63 gadi ar 64,3% un 45-54 gadi ar 53,0%. Ir redzama skaidra tendence slodzei pieaugt tiem respondentiem, kas ir gados jaunāki, jo tieši šajā vecumā lielai daļai respondentu mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v.

Analizējot respondentu atbildes reģionu griezumā (n=1041), ir redzams, ka visvairāk 60,2% respondentu no Kurzemes ir snieguši atbildi, ka viņu slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nemainījās, tiem seko respondenti no Latgales ar 55,4% īpatsvaru.

Par to, ka viņu slodze nedaudz palielinājās ziņo 32,5% gan Rīgas, gan Pierīgas reģionu nodarbināto. Savukārt, par slodzes būtisko pieaugumu norādīja 23,1% Zemgales reģiona un 23,0% Pierīgas reģiona nodarbināto.

Skatoties, kā mainās nodarbināto atbildes atkarībā no viņu amata (n=1040), var secināt, ka vislielākais respondentu īpatsvars 47,4%, kas norādīja uz slodzes, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pieaugumu ir vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji), pie tam 19,4% šī amata grupas pārstāvju norādīja uz slodzes būtisko pieaugumu. Tiem seko iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji) ar 46,8% (15,6% atzīmēja slodzes būtisko pieaugumu). Savukārt, nekvalificēti strādnieki (apkopēji, sētnieki, kurjeri, dežuranti, sanitāri) (kaut arī tikai 4 respondenti no 7) un kvalificēti strādnieki un amatnieki; iekārtu un mašīnu operatori bija tie, kas visvairāk norādīja, ka viņu slodze nemainījās - attiecīgi 57,1% un 52,0%.

Kas ir interesanti, ka nodarbinātie (n=1145), kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā vai vairāk kā 10 stundas dienā, bija tie, kas visvairāk norādīja uz slodzes, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pieaugumu - attiecīgi 56,1% un 55,4%, pie tam 26,1% nodarbināto, kas strādāja vairāk kā 10 stundas dienā un 25,4% nodarbināto, kas strādāja mazāk par 6 stundas dienā atzīmēja, ka slodze palielinājās būtiski. Savukārt, tie respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā lielākoties atzīmēja, ka viņu slodze nemainījās - abos gadījumos 52,1% respondentu.

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Vislielākais respondentu īpatsvars 45,9%, kas norādīja uz slodzes, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, bija izglītības nozarē nodarbinātie, pie tam 22,1% norādīja uz slodzes būtisko pieaugumu, tiem seko veselības un sociālās aprūpes nozares pārstāvji ar 43,5% (15,3% slodze palielinājās būtiski) (n=1041).

Apkopojot respondentu atbildes uz šo jautājumu, varam secināt, ka tie respondenti, kas norādīja uz slodzes pieaugumu, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā ir sievietes vecumā no 18 līdz 44 gadiem, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un kurām mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir vismaz četri, kas dzīvo Zemgales vai Pierīgas reģionā, ir iestādes, uzņēmuma vidējā vai augstākā līmeņa vadītājas izglītības vai veselības un sociālās aprūpes nozarē, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vai nu mazāk par 6 stundām, vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie respondenti, kas norādīja, ka viņu slodze nemainījās, lielākoties ir vīrieši vecumā 45 un vairāk, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vai nu vieni, vai divatā, strādā Kurzemes vai Latgales reģionā kā nekvalificēti strādnieki vai kā kvalificēti strādnieki un amatnieki, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.



**12) Lūdzu, atzīmējiet, kādas izmaiņas tika veiktas Jūsu mājsaimniecības dienas režīmā COVID-19 laikā, lai veicinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru?**

Jautājot respondentiem par izmaiņām (n=1344), kas tika veiktas mājsaimniecības dienas režīmā COVID-19 laikā, lai veicinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru, 38,0% respondentiem bija grūti atbildēt uz šo jautājumu (pārsvārā tie ir vīrieši 18-24 gadu vecumā, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojošie vieni), 26,0% respondentu atzīmēja, ka mainīja darba režīmu (piemēram, saskaņojot to ar citiem ģimenes locekļiem), 15,9% respondentu norādīja, ka tika pārdalīti mājsaimniecības pienākumi starp mājsaimniecības locekļiem, 7,1% respondentu izmantoja ārpakalpojumus (piemēram, pārtikas un gatavo ēdienu piegādi), 4,3% respondentu mainīja dzīves vietu (piemēram, pārcēlās dzīvot uz laukiem), 2,9% respondentu mājsaimniecības uzturēšanā iesaistīja palīgus. 5,7% respondentu atzīmēja variantu "citas izmaiņas": lielākoties norādot, ka viņiem mājsaimniecības dienas režīmā nekas nemainījās, toties to starpā bija arī šādas atbildes "ar bijušo vīru līdzvērtīgi dalījām jaunākā dēla pieskatīšanu, kas netika darīts pirms tam", "bija jāpieskata mazbērns, lai viņam nebūtu jāuzturas pilsētā", "darba režīms nemainījās, bet produktīvi tika izmantots līdz tam ceļā pavadītais laiks, lai padarītu mājas darbus utt.", "laulātais bija spiests paņemt bezalgas atvaļinājumu, lai būtu mājās ar mūsu 3 bērniem attālināto mācību režīma ietvaros, kamēr tajā laikā es strādāju, jo nebija iespēja tajā brīdī strādāt no mājām darba specifiskas dēļ un arī tādēļ, ka darba devējs to nepieļāva", "nebija nekāda līdzsvara, jo dēla mācības bija pirmajā vietā - vispirms viņa mācības, tad mans darbs, paralēli ēst gatavošana un trauku mazgāšana", "palielinājās darba apjoms mājās, attālinātās mācības 2 bērniem, uzkopšana, ēdiena gatavošana, mācības", "papildus bija jāveic skolotāja pienākumi bērnam, kas prasīja ļoti daudz laika, līdz ar to martā noslodze bija arī sestdienās un svētdienās", "sākumā pie datora mācījās bērni, es palīdzēju to darīt, tad strādāju es līdz vēlaj naktij, pa starpām veicot sadzīves darbus", norādot uz to, ka grūtības ar mājsaimniecības dienas režīmu sakārtošanu pārsvārā bija mājsaimniecībās, kurās ir bērni. Šeit ir jāatzīmē, ka no līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi viedokļa ir pozitīvi, ka 2020.gada rudens ārkārtējās situācijas laikā Latvijas valdība mēģināja nodrošināt klātienes mācības izglītības iestādēs pēc iespējas ilgāk. Kā arī būtisks valdības atbalsts ģimenēm ar bērniem bija grozījumu iniciēšana likumā "Par maternitātes un slimības apdrošināšanu", kas paredz pabalstu bērnu pieskatīšanai COVID-19 pandēmijas laikā vienam no bērna vecākiem, adoptētājiem, audžuģimenes loceklim, aizbildnim vai citai personai, kura saskaņā ar Bāriņtiesas lēmumu bērnu faktiski kopj un audzina. Uz to var pretendēt, ja persona nevar strādāt attālināti un aprūpējamais bērns vecumā līdz desmit gadiem ieskaitot vai bērns ar invaliditāti līdz 18 gadu vecumam ar COVID-19 infekciju saistīto apstākļu dēļ nedrīkst apmeklēt izglītības iestādi vai mācības notiek attālināti (Saeima, 2020a).

Analizējot respondentu atbildes, ir redzams, ka 33,3% sieviešu un 21,3% vīriešu norādīja uz darba režīma izmaiņām (piemēram, tas tika saskaņots ar citiem ģimenes locekļiem, piemērots elastīgs darba režīms, orientēts uz rezultāta sasniegšanu u.c.) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, lai veicinātu līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi (n=1041). Biežāk uz darba režīma maiņu norādīja respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. - 42,8%, salīdzinot ar nodarbināto īpatsvaru, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. - 21,4% (n=1039). Tendence liecina, ka respondentu īpatsvars, kam tika mainīts darba režīms pieaug līdz ar cilvēku skaita pieaugumu, kas dzīvo respondentu

mājsaimniecībās, maksimālo rādītāju 51,1% sasniedzot pie cilvēku skaita mājsaimniecībā pieci, tad pie cilvēku skaita mājsaimniecībā seši un vairāk šis rādītājs būtiski samazinās līdz 27,0% (n=1040). Par darba režīma izmaiņām visvairāk ziņoja respondenti vecuma grupā 35-44 gadi - 43,0%, atšķirības starp pārējām vecuma grupām nav tik būtiskas (n=1037). Reģionu griezumā (n=1041) izmaiņas nodarbināto darba režīmā visbiežāk tika veiktas Zemgales reģionā - 34,7%, Pierīgas reģionā - 34,1%, tiem seko Rīgas un Vidzemes reģioni ar vienādu īpatsvaru 31,9%. Savukārt vismazāk uz izmaiņām darba režīmā norādīja nodarbinātie Kurzemes reģionā - 22,0% un Latgales reģionā - 28,1%. Atkarībā no nodarbināto amata (n=1040), ir jāatzīmē, ka visvairāk respondentu 46,8%, kas norādīja uz darba režīma izmaiņām, strādā kā iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji (izpilddirektori, komercdirektori, valdes priekšsēdētāji), tiem ar 33,1% seko augstākā līmeņa speciālisti (ārsti, skolotāji, juristi, arhitekti, vecākie grāmatveži). Skatoties uz nodarbināto darba stundu skaitu dienā, var secināt, ka visbiežāk darba režīma izmaiņas tika veiktas respondentiem, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vai nu mazāk par 6 stundām dienā (30,8%), vai nu vairāk kā 10 stundas (25,9%) (n=1627).

Tā kā aptaujā visvairāk respondentu piedalījās no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Vislielākais respondentu īpatsvars 40,9%, kas norādīja uz darba režīma izmaiņām COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, bija izglītības nozarē nodarbinātie, tiem seko valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozare ar 30,0% un veselības un sociālās aprūpes nozare ar 24,7% (n=1041).

Analizējot respondentu atbildes par mājsaimniecības pienākumu pārdali starp mājsaimniecības locekļiem ar mērķi veicināt līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi, ir redzams, ka 19,0% sieviešu un 17,1% vīriešu apstiprināja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņu mājsaimniecībā tika pārdalīti pienākumi starp mājsaimniecības locekļiem (n=1041). Biežāk uz mājsaimniecības pienākumu pārdali norādīja respondenti, kam mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. - 28,7%, salīdzinot ar nodarbināto īpatsvaru, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. - 10,5% (n=1039). Tendence liecina, ka respondentu īpatsvars, kas atzīmē pienākumu pārdali mājsaimniecībā pieaug līdz ar cilvēku skaita pieaugumu, kas dzīvo respondentu mājsaimniecībās, maksimālo rādītāju 40,5% sasniedzot pie cilvēku skaita mājsaimniecībā seši un vairāk (n=1040). Par mājsaimniecības pienākumu pārdali visvairāk ziņoja respondenti vecuma grupā 35-44 gadi - 28,1%, atšķirības starp pārējām vecuma grupām nav tik būtiskas (n=1037). Reģionu griezumā (n=1041) mājsaimniecības pienākumi visbiežāk tika pārdalīti respondentu mājsaimniecībās Zemgales reģionā - 21,5%, Pierīgas reģionā - 19,8% un Vidzemes reģionā - 19,5%. Savukārt, vismazāk uz mājsaimniecības pienākumu pārdali norādīja nodarbinātie Rīgas reģionā un Latgales reģionā - abos reģionos 17,3%. Atkarībā no nodarbināto amata (n=1040), ir jāatzīmē, ka visvairāk respondentu 22,2%, kas norādīja uz mājsaimniecības pienākumu pārdali COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, strādā kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji), tiem ar 22,0% seko vidējā līmeņa vadītāji (nodaļas vadītāji). Skatoties uz nodarbināto darba stundu skaitu dienā, var secināt, ka visbiežāk mājsaimniecības pienākumu pārdale tika veikta respondentiem, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vai nu vairāk kā 10 stundas (19,9%), vai nu mazāk par 6 stundām dienā (16,0%) (n=1627). Tā kā aptaujā piedalījās visvairāk respondentu no valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās

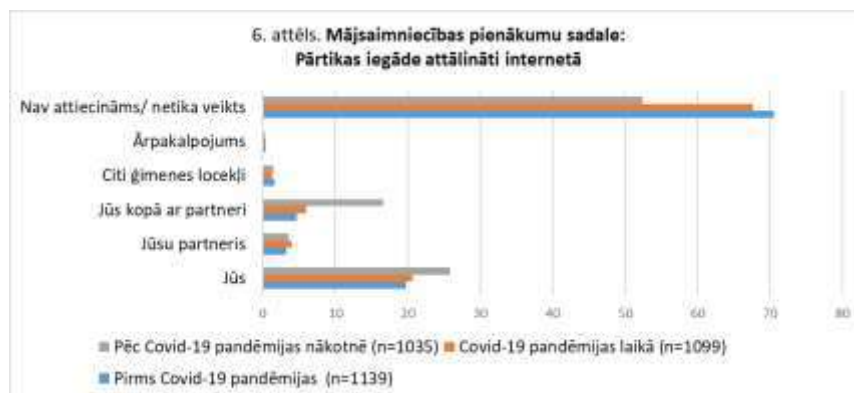
apdrošināšanas, izglītības, veselības un sociālās aprūpes nozarēm, turpmākā datu analīze tiks veikta šo trīs nozaru griezumā. Vislielākais respondentu īpatsvars 18,8%, kas norādīja uz mājsaimniecības pienākumu pārdali COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, bija valsts pārvaldes un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē nodarbinātie, tad seko veselības un sociālās aprūpes nozare ar 17,6% un izglītības nozare ar 15,7% (n=1041).

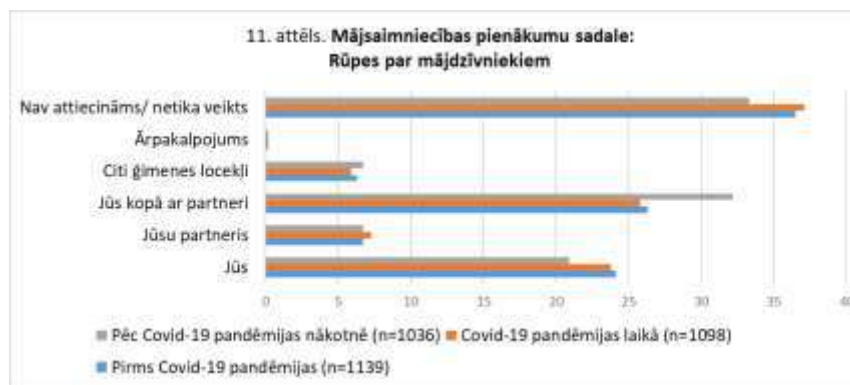
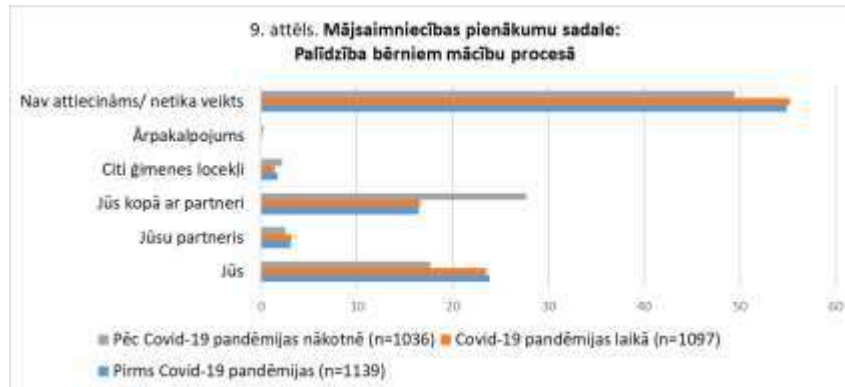
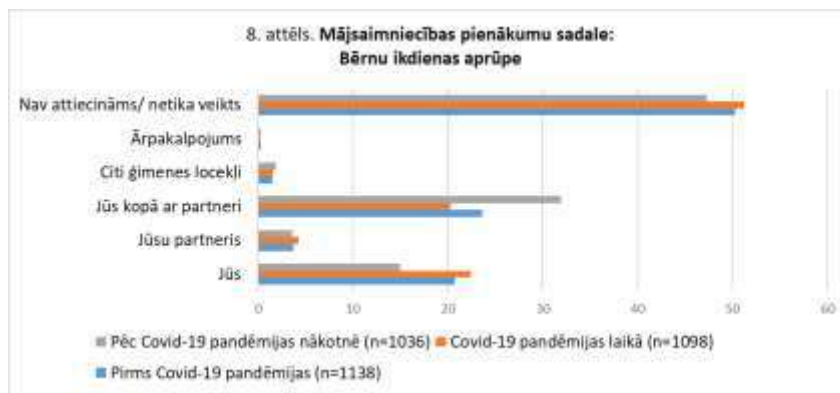
Analīze par pārējām izmaiņām, kas tika veiktas nodarbināto mājsaimniecības dienas režīmā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, lai veicinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru, netika veikta, jo salīdzinoši neliels respondentu skaits norādīja uz šīm izmaiņām.

Apkopojot informāciju par visvairāk veiktajām izmaiņām respondentu mājsaimniecībās, kuru mērķis bija veicināt līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka darba režīma izmaiņās un mājsaimniecības pienākumu pārdalē visbiežāk iesaistījās sievietes 35-44 gadu vecumā, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un mājsaimniecībā dzīvo vairāki cilvēki, strādā Zemgales vai Pierīgas reģionā kā augstākā līmeņa vadītājas un augstākā līmeņa speciālistes (attiecībā uz darba režīma izmaiņām), vai kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieces un vidējā līmeņa vadītājas (attiecībā uz mājsaimniecības pienākumu pārdali), un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6, vai vairāk kā 10 stundas dienā.

**13) Lūdzu, novērtējiet, kurš no ģimenes locekļiem visbiežāk veica zemāk uzskaitītos mājsaimniecības pienākumus pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas/COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā? Kā jūs paredzat zemāk uzskaitīto mājsaimniecības pienākumu sadali nākotnē?**

Analizējot nodarbināto respondentu aptaujas datus par mājsaimniecības pienākumu sadali starp ģimenes locekļiem pirms COVID-19 pandēmijas, pandēmijas laikā un šo pienākumu sadales plānošanu nākotnē, var redzēt, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā samazinājās respondentu slogs tādu mājsaimniecību pienākumu veikšanā kā pārtikas iegāde tradicionāli veikalā/tirgū, palīdzība bērniem mācību procesā, ģimenes atpūtas un izklaides organizēšana un rūpes par mājdzīvniekiem, salīdzinot ar situāciju pirms COVID-19 pandēmijas. Jautājot par turpmākiem plāniem, var redzēt, ka tādas pienākumus, kā pārtikas iegāde attālināti internetā un remontdarbus un labiekārtošanas darbus, respondenti nākotnē vēl vairāk plāno veikt paši. Tendence liecina, ka respondenti cer uz kopīgu sadarbību ar partneri, lai uzskaitītie pienākumi nākotnē tiktu veikti kopā (skat. 4., 5., 6., 7., 8., 9., 10., 11., 12.att.).



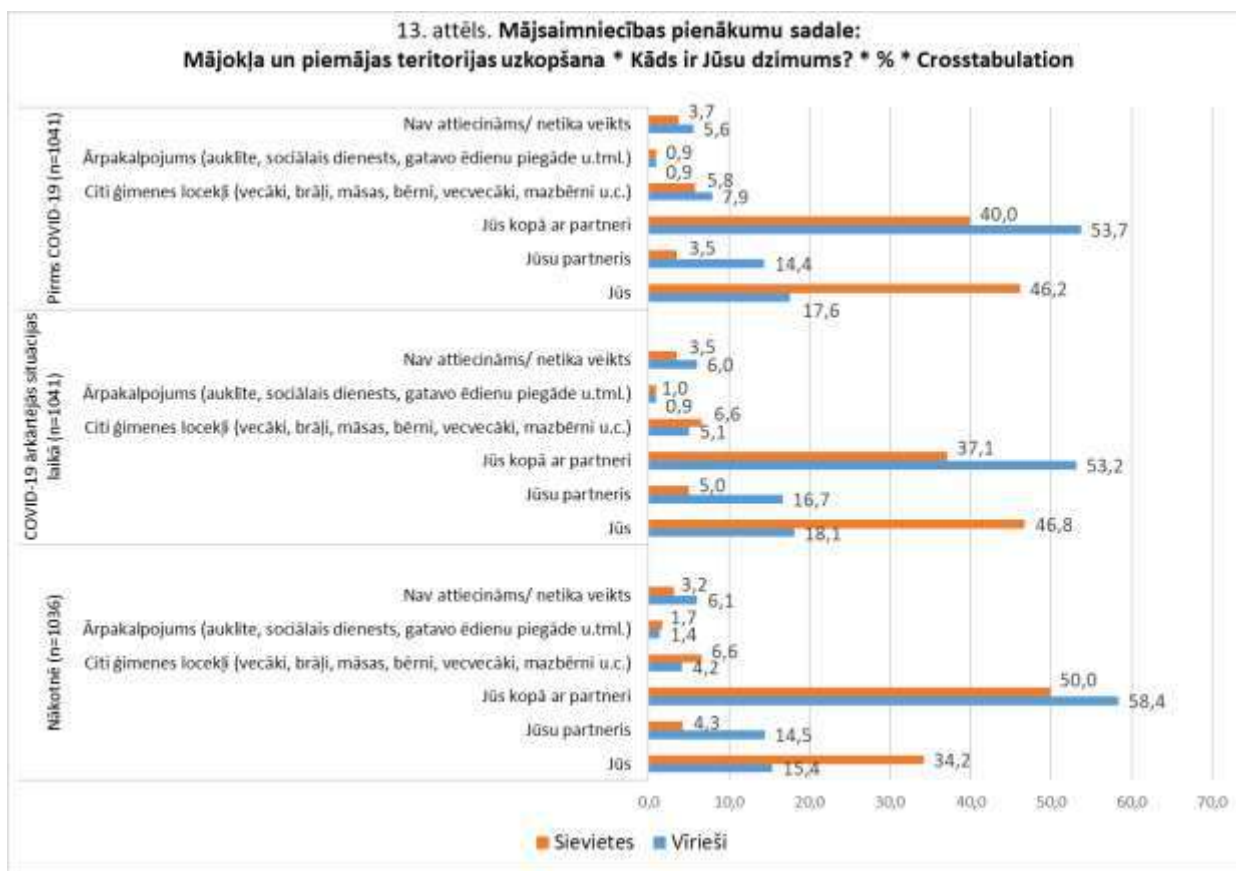




Kā “citas izmaiņas” tika norādīti tādi mājsaimniecības pienākumi kā auto apkope un remonts, apgērbta iegāde internetā, veļas mazgāšana, darbi dārzā, mazbērnu pieskatīšana, rūpes par vecākiem u.c.

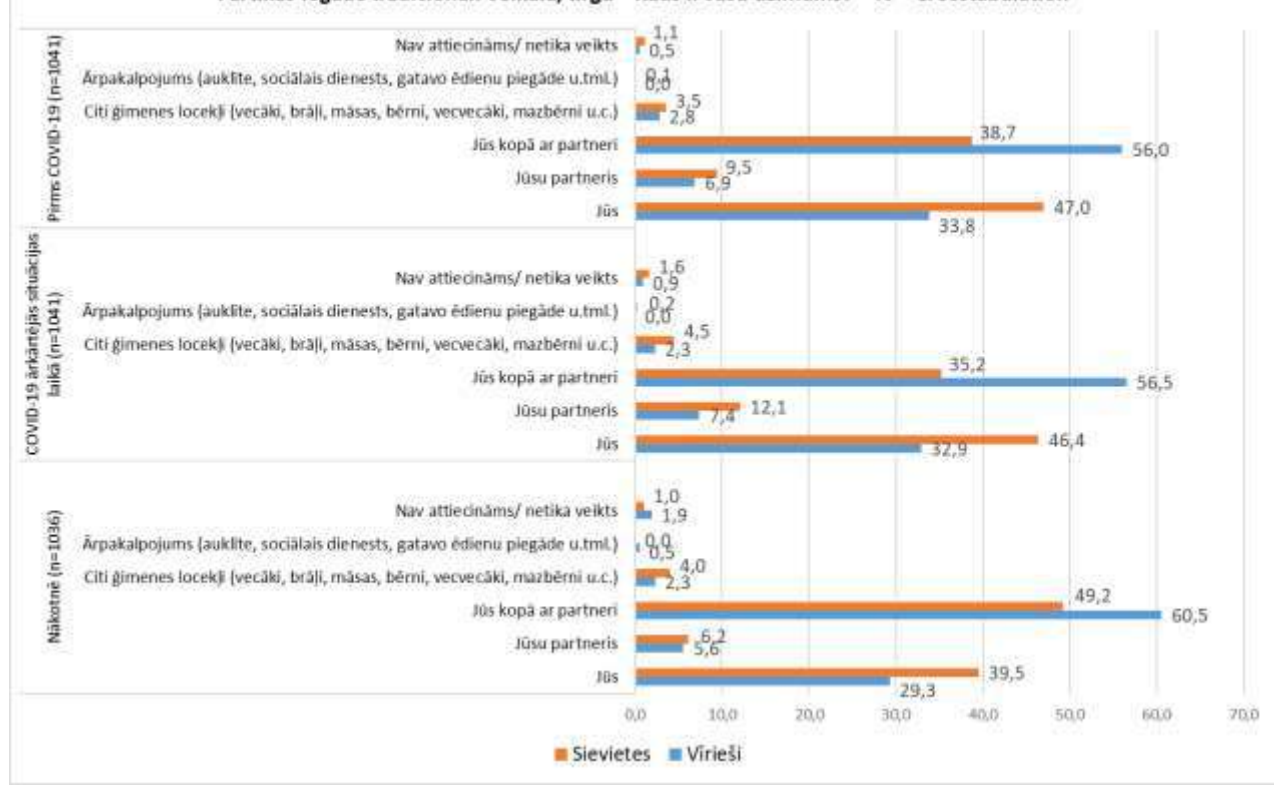
Analizējot respondentu atbildes par mājsaimniecības pienākumu sadali pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, kā arī nākotnē respondentu dzimumu griezumā, var secināt:

- Mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšana: būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšanu vairāk nodarbojas sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 46,2% un 46,8%, vīriešu - 17,6% un 18,1%. Var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas veic mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšanu vairāk kā 2,5 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā samazinājās rādītāja vērtība, respondentiem atbildot, ka šis pienākums tika veikts kopā ar partneri - sievietēm par 2,9% punktiem- no 40,0% līdz 37,1%, vīriešiem par 0,5% punktiem - no 53,7% līdz 53,2%. Attiecībā uz citiem ģimenes locekļiem un ārpakalpojumu izmantošanu, situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno šī pienākuma veikšanu nākotnē, ir redzams, ka 50,0% sieviešu ir cerības veikt šo mājsaimniecības pienākumu kopā ar partneriem, šis rādītājs par 10,0% punktiem pārsniedz rādītāju 40,0%, kas tika novērots pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, taču vīriešu gadījumā atšķirība nav tik būtiska - par 4,7% punktiem pārsniedz pirms COVID-19 laika rādītāju 53,7%, sasniedzot 58,4% īpatsvaru. Var secināt, ka uz partnera palīdzību mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšanā nākotnē vairāk cer sievietes nekā vīrieši (skat. 13.att.).



- Pārtikas iegāde tradicionāli veikalā/tirgū: būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar pārtikas iegādi tradicionāli veikalā/tirgū vairāk nodarbojās sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 47,0% un 46,4%, vīriešu - 33,8% un 32,9%. COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā par 3,5% punktiem samazinājās rādītāja vērtība, sievietēm atbildot, ka šis pienākums tika veikts kopā ar partneri - no 38,7% līdz 35,2%, vīriešu gadījumā ir redzams neliels pieaugums par 0,5% punktiem - no 56,0% līdz 56,5%. Attiecībā uz citiem ģimenes locekļiem un ārpalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno šī pienākuma veikšanu nākotnē, ir redzams, ka tikai 39,5% sieviešu plāno, ka tās būs viņas, kas iegādāsies pārtiku tradicionāli veikalā/tirgū, rādītājam samazinoties par 7,5% punktiem, salīdzinot ar 47,0% pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas periodu. Vīriešu gadījumā šī atšķirība nav tik būtiska, vien 4,5%, salīdzinot rādītājus pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas periodā un nākotnes plānus - attiecīgi 33,8% un 29,3%. 49,2% sieviešu ir cerības veikt šo mājsaimniecības pienākumu kopā ar partneriem, šis rādītājs par 10,5% punktiem pārsniedz rādītāju 38,7%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā atšķirība nav tik būtiska - par 4,5% punktiem pārsniedz pirms COVID-19 laika rādītāju 56,0%, sasniedzot 60,5% īpatsvaru. Var secināt, ka uz partnera palīdzību pārtikas iegādē tradicionāli veikalā/tirgū nākotnē vairāk cer sievietes nekā vīrieši (skat. 14.att.).

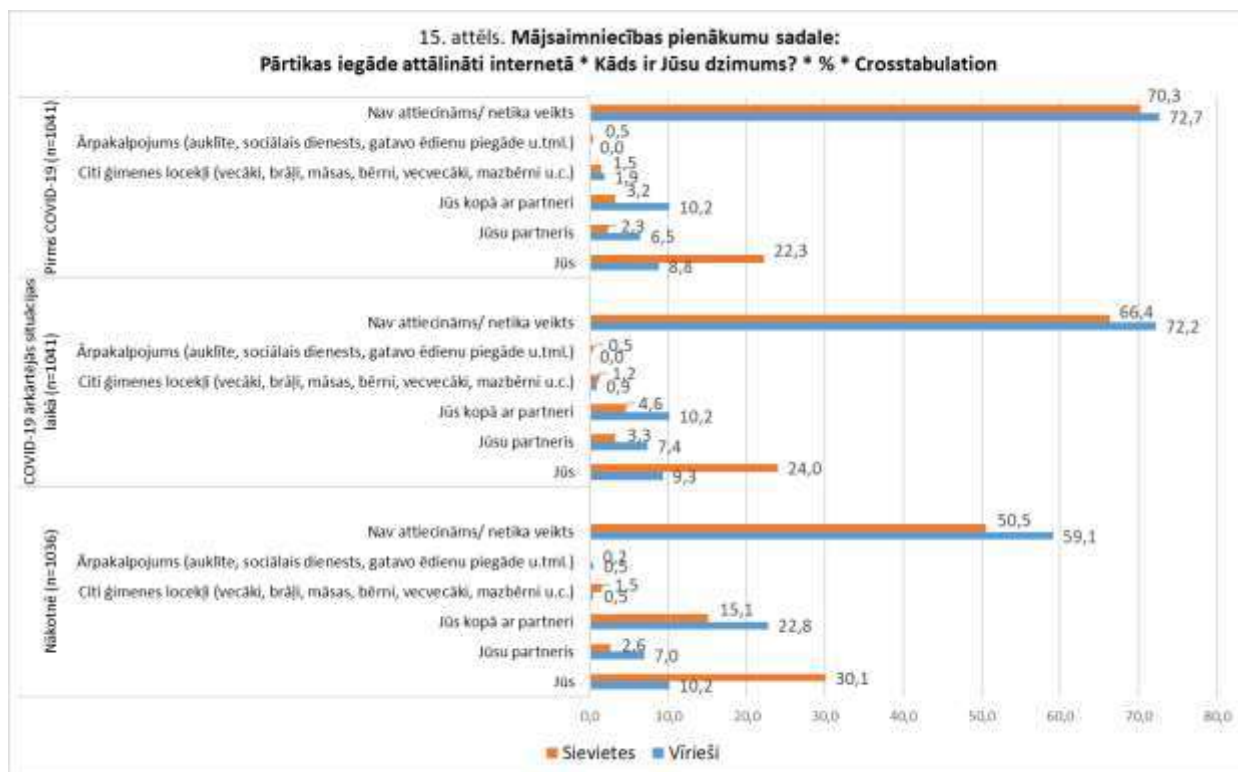
14. attēls. Mājsaimniecības pienākumu sadale:  
Pārtikas iegāde tradicionāli veikalā/tirgū \* Kāds ir Jūsu dzimums? \* % \* Crosstabulation



- Pārtikas iegāde attālināti internetā: analizējot respondentu atbildes par pārtikas iegādi attālināti internetā, ir jāatzīmē, ka lielākai daļai (ap 70%) respondentu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Toties, šādu respondentu īpatsvars samazinās, analizējot respondentu nākotnes plānus: par 19,8% punktiem samazinās sieviešu īpatsvars, kurām šis jautājums nav saistošs, salīdzinot ar rādītāju laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, un par 13,6% punktiem samazinās vīriešu īpatsvars, kam šis jautājums nav saistošs, salīdzinot abus periodus. Analizējot respondentu atbildes par pārtikas iegādi internetā dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības starp pienākuma sadali laikā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar pārtikas iegādi internetā vairāk nodarbojas sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 22,3% un 24,0%, vīriešu - 8,8% un 9,3%. Var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas veic pārtikas iegādi internetā vairāk kā 2,5 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā rādītāja vērtība, vīriešiem atbildot, ka šis pienākums tika veikts kopā ar partneri nemainījās, salīdzinot ar rādītāja vērtību laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - 10,2%, sieviešu gadījumā ir redzams neliels pieaugums par 1,4% punktiem - no 3,2% līdz 4,6%. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību un ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno šī pienākuma sadali starp partneriem nākotnē, ir redzams, ka arī turpmāk 30,1% sieviešu plāno, ka tās būs viņas, kas iegādāsies pārtiku internetā, pie tam rādītājam pieaugot par 7,8% punktiem, salīdzinot ar 22,3% periodā pirms

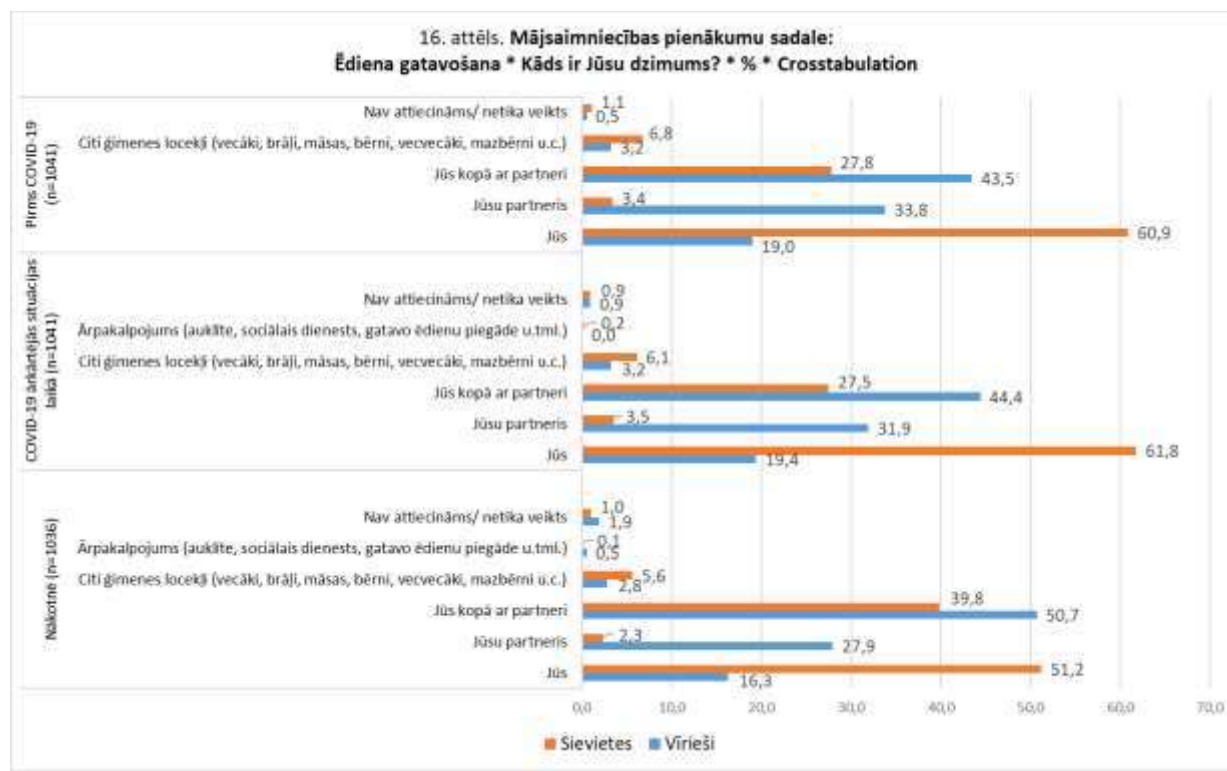


COVID-19 ārkārtējas situācijas. Vīriešu gadījumā šī atšķirība nav tik būtiska - 1,4% punkti, salīdzinot rādītājus pirms COVID-19 ārkārtējas situācijas periodā un nākotnes plānus - attiecīgi 8,8% un 10,2%. 15,1% sieviešu un 22,8% vīriešu ir cerības nākotnē veikt šo mājsaimniecības pienākumu kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs 15,1% vērtībā par 11,9% punktiem pārsniedz rādītāju 3,2%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā atšķirība ir līdzīga - par 12,6% punktiem pārsniedz pirms COVID-19 laika rādītāju 10,2%, sasniedzot 22,8% īpatsvaru. Var secināt, ka uz partnera palīdzību pārtikas iegādē internetā nākotnē cer gan sievietes, gan vīrieši (skat. 15.att.).



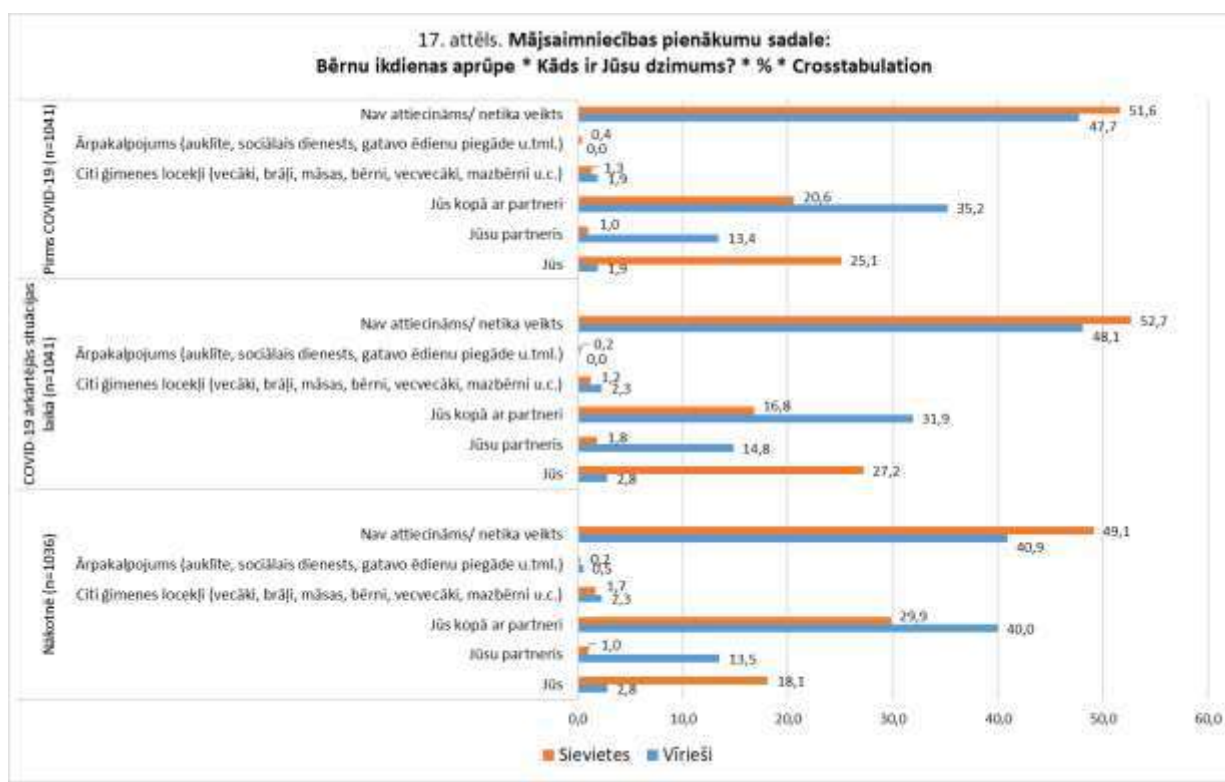
- Ēdiena gatavošana: analizējot respondentu atbildes par ēdiena gatavošanu dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar ēdiena gatavošanu vairāk nodarbojas sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 60,9% un 61,8%, vīriešu - 19,0% un 19,4%. Var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas veic ēdiena gatavošanas pienākumu vairāk kā 4 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Būtiskas atšķirības arī netika konstatētas, analizējot respondentu atbildi par to, ka ēdiena gatavošana tika veikta kopā ar partneri - salīdzinot rādītājus laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā sievietēm attiecīgi ir 27,8% un 27,5%, vīriešiem - 43,5% un 44,4%. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību dzimumu griezumā situācija pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā būtiski nemainījās. Ir redzams, ka COVID-19 ārkārtējās situācija laikā 0,2% sieviešu izmantoja gatavo ēdienu piegādes ārpakalpojumus. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno šī pienākuma veikšanu nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk sieviešu, t.i. 51,2% plāno, ka tās būs viņas,

kas gatavos ēdienu, rādītājam samazinoties par 9,7% punktiem, salīdzinot ar 60,9% pirms COVID-19 ārkārtējas situācijas periodu. Vīriešu gadījumā šī atšķirība nav tik būtiska, vien 2,7% punktu samazinājums, salīdzinot rādītāju 19,0% pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas periodā un rādītāju 16,3% nākotnē. 39,8% sieviešu un 50,7% vīriešu ir cerības veikt šo mājsaimniecības pienākumu kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs 39,8% vērtībā par 12,0% punktiem pārsniedz rādītāju 27,8%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 7,2% punktiem pārsniedz pirms COVID-19 laika rādītāju 43,5%, sasniedzot 50,7% īpatsvaru. Var secināt, ka uz partnera palīdzību ēdiena gatavošanā nākotnē cer abu dzimumu pārstāvji, toties sievietes cer vairāk kā vīrieši (skat. 16.att.).



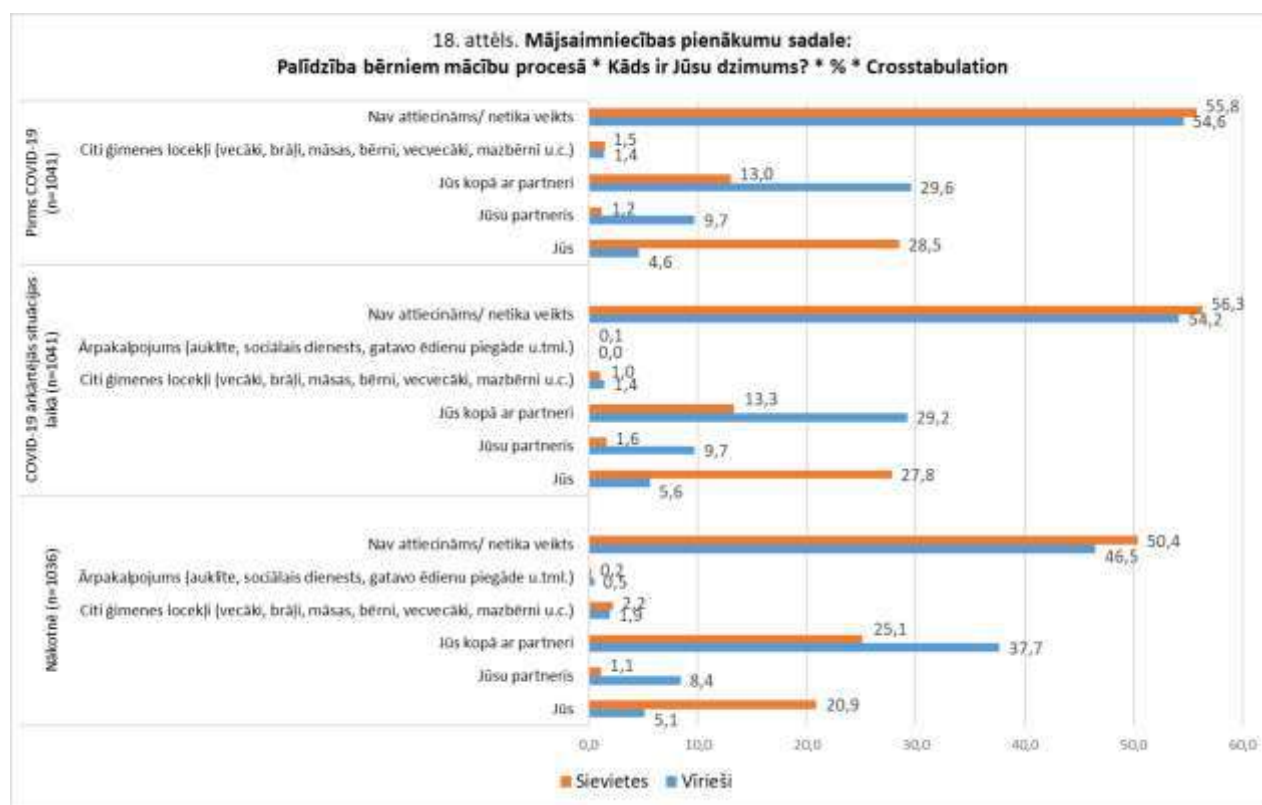
- **Bērnu ikdienas aprūpe:** analizējot respondentu atbildes par bērnu ikdienas aprūpi, ir jāatzīmē, ka gandrīz pusei respondentu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī nākotnē. Skatoties uz respondentu atbildēm, kam šis jautājums ir saistošs, un analizējot tās dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar bērnu ikdienas aprūpi pamatā nodarbojas sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 25,1% un 27,2%, vīriešu - 1,9% un 2,8% - var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas ikdienā rūpējas par bērniem vairāk kā 10 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Ir jāpiebilst, ka šī projekta WP1 ietvaros veiktās Latvijas iedzīvotāju aptaujas rezultāti uzrāda, ka sievietes vairāk par vīriešiem iesaistās bērnu ikdienas aprūpē - respondentiem atbildot uz jautājumu par to, cik bieži viņi ir iesaistīti bērnu vai mazbērnu aprūpē un/vai izglītošanā, 37,3% sieviešu un 24,2% vīriešu atbildēja, ka viņi to dara katru dienu. Analizējot respondentu atbildi par to, ka bērnu ikdienas aprūpe tika

veikta kopā ar partneri, ir redzams, ka abu dzimumu griezumā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā rādītāji samazinājās, salīdzinot tos ar rādītājiem laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - sievietēm attiecīgi no 20,6% uz 16,8%, vīriešiem - no 35,2% uz 31,9%, tas nozīmē, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā abu dzimumu pārstāvji vairāk par bērniem rūpējās paši bez partnera palīdzības. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību vai ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno rūpēties par bērniem nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk sieviešu, t.i. 18,1% plāno, ka tās būs viņas, kas nodrošinās ikdienas aprūpi par bērniem, rādītājam samazinoties par 7,0% punktiem, salīdzinot ar 25,1% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Vīriešu gadījumā šis rādītājs palielinājās par 0,9% punktiem, sasniedzot vien 2,8%, salīdzinot ar rādītāju 1,9% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. 29,9% sieviešu un 40,0% vīriešu nākotnē plāno veikt bērnu ikdienas aprūpi kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs par 9,3% punktiem pārsniedz rādītāju 20,6%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 4,8% punktiem pārsniedz 35,2% rādītāju periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Var secināt, ka uz partnera palīdzību nākotnē, rūpējoties par bērniem ikdienā, cer abu dzimumu pārstāvji, toties sievietes cer vairāk kā vīrieši (skat. 17.att.).

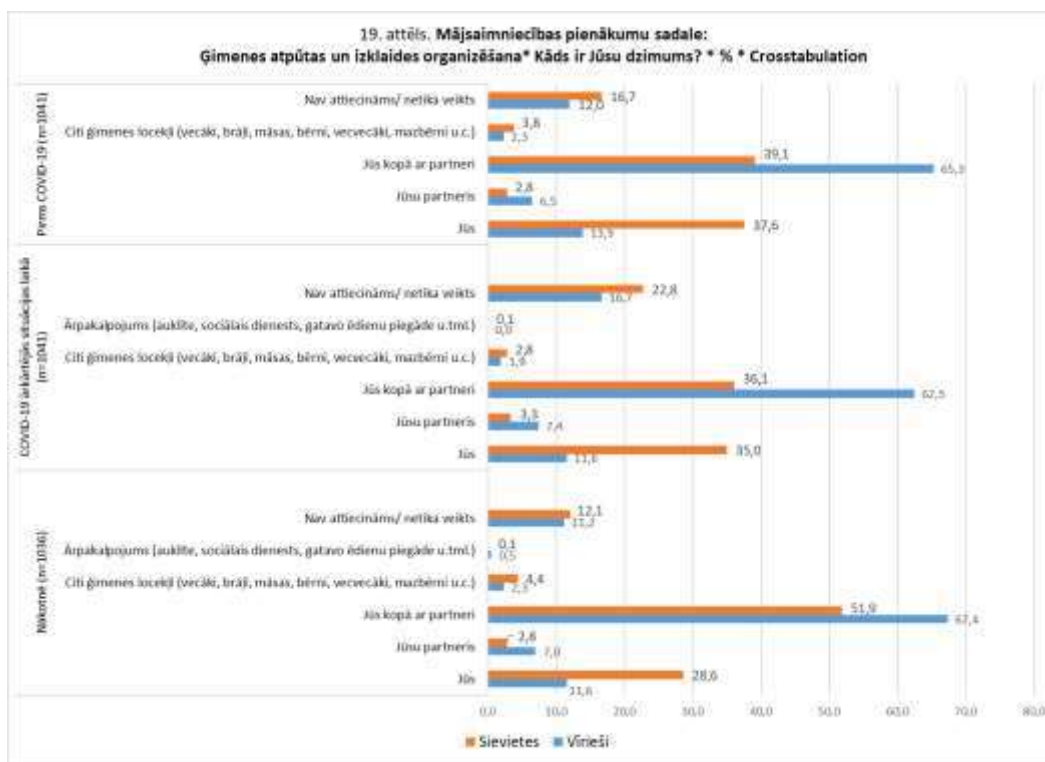


- Palīdzība bērniem mācību procesā: analizējot respondentu atbildes par bērnu ikdienas aprūpi, ir jāatzīmē, ka nedaudz vairāk kā pusei respondentu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī nākotnē. Skatoties uz respondentu atbildēm, kam šis jautājums ir saistošs, un analizējot tās dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā

netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bērniem mācību procesā pamatā palīdzēja sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 28,5% un 27,8%, vīriešu - 4,6% un 5,6% - var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas nodrošina palīdzību bērniem mācību procesā vairāk kā 5-6 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Analizējot respondentu atbildi par to, ka viņi kopā ar partneri palīdzēja bērniem mācību procesā, ir redzams, ka abu dzimumu griezumā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā rādītāji būtiski nemainījās, salīdzinot tos ar rādītājiem laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - sievietēm attiecīgi 13,0% uz 13,3%, vīriešiem - no 29,6% uz 29,2%, tas nozīmē, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā šī pienākuma sadale partneru starpā būtiski nemainījās. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību vai ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā arī būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno palīdzēt bērniem mācību procesā nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk sieviešu, t.i. 20,9% plāno, ka tās būs viņas, kas palīdzēs bērniem mācībās, rādītājam samazinoties par 7,6% punktiem, salīdzinot ar 28,5% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Vīriešu gadījumā šis rādītājs palielinājās par 0,5% punktiem, sasniedzot 5,1%, salīdzinot ar rādītāju 4,6% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. 25,1% sieviešu un 37,7% vīriešu nākotnē plāno palīdzēt bērniem mācībās kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs par 12,1% punktiem pārsniedz rādītāju 13,0%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 8,1% punktiem pārsniedz 29,6% rādītāju periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Var secināt, ka uz partnera palīdzību nākotnē, rūpējoties par bērniem ikdienā, cer abu dzimumu pārstāvji, toties sievietes cer vairāk kā vīrieši (skat. 18.att.).

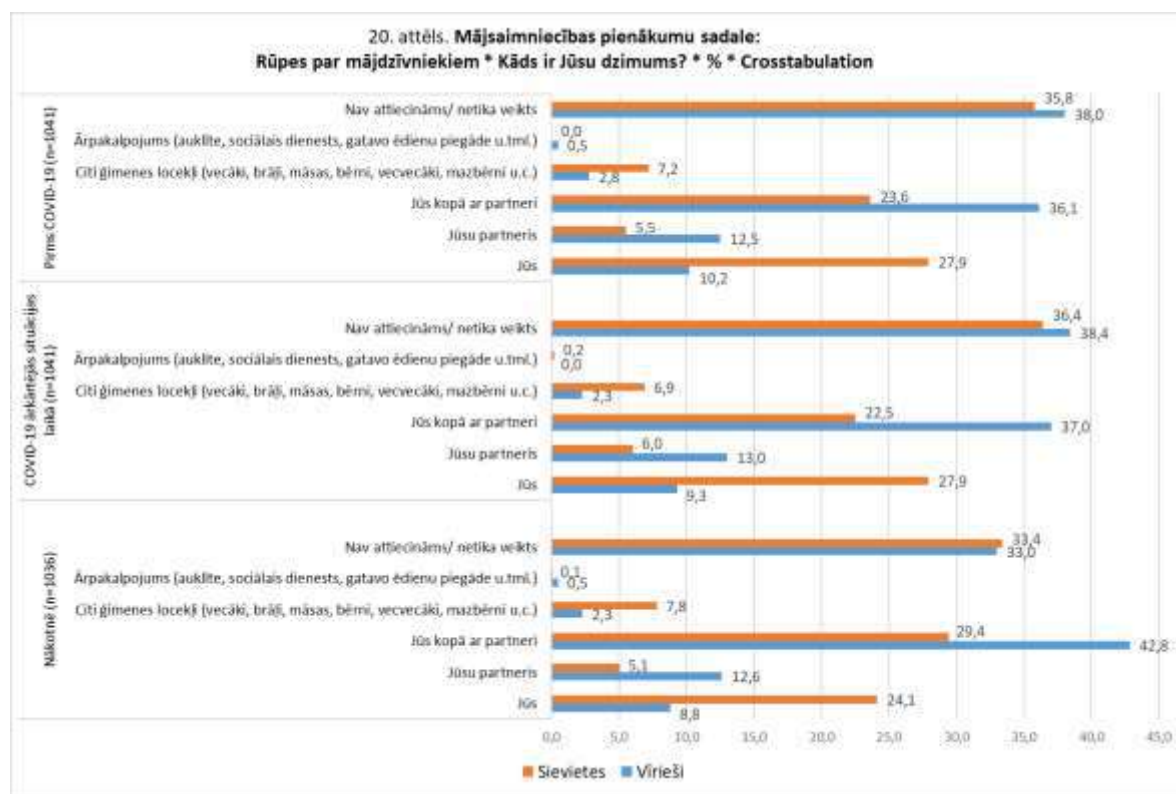


- Ģimenes atpūtas un izklaides organizēšana: analizējot respondentu atbildes par ģimenes atpūtas un izklaides organizēšanu, ir jāatzīmē, ka daļai respondentu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī nākotnē. Pie tam ir redzams, ka īpaši COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ir pieaugusi daļa to respondentu, kam šis pienākums nebija saistošs abu dzimumu griezumā - sievietēm sasniedzot īpatsvaru 22,8% un vīriešiem - 16,7%. Skatoties uz respondentu atbildēm, kam šis jautājums ir saistošs, un analizējot tās dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ar ģimenes atpūtas un izklaides organizēšanu pamatā nodarbojas sievietes - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 37,6% un 35,0%, vīriešu - 13,9% un 11,6% - var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas organizē ģimenes atpūtu un izklaides vairāk kā 2,5-3 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Analizējot respondentu atbildi par to, ka viņi kopā ar partneri organizēja ģimenes atpūtu un izklaides, ir redzams, ka abu dzimumu griezumā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā rādītāji nedaudz samazinājās, salīdzinot tos ar rādītājiem laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - sievietēm attiecīgi no 39,1% uz 36,1%, vīriešiem - no 65,3% uz 62,5%, tas nozīmē, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā šī pienākuma sadale partneru starpā būtiski nemainījās, jo vienlaicīgi pieauga respondentu īpatsvars, kam šis pienākums COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā kļuva nesaistošs. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību vai ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā arī būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno organizēt ģimenes atpūtu un izklaides nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk sieviešu, t.i. 28,6% plāno, ka tās būs viņas, kas organizēs ģimenes atpūtu un izklaides, rādītājam samazinoties par 9,0% punktiem, salīdzinot ar 37,6% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Vīriešu gadījumā šis rādītājs samazinājās par 2,3% punktiem, sasniedzot 11,6%, salīdzinot ar rādītāju 13,9% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. 51,9% sieviešu un 67,4% vīriešu nākotnē plāno organizēt ģimenes atpūtu un izklaides kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs par 12,8% punktiem pārsniedz rādītāju 39,1%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 2,1% punktiem pārsniedz 65,3% rādītāju periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Var secināt, ka uz partnera palīdzību nākotnē, organizējot ģimenes atpūtu un izklaides vairāk cer sievietes nekā vīrieši (skat. 19.att.).



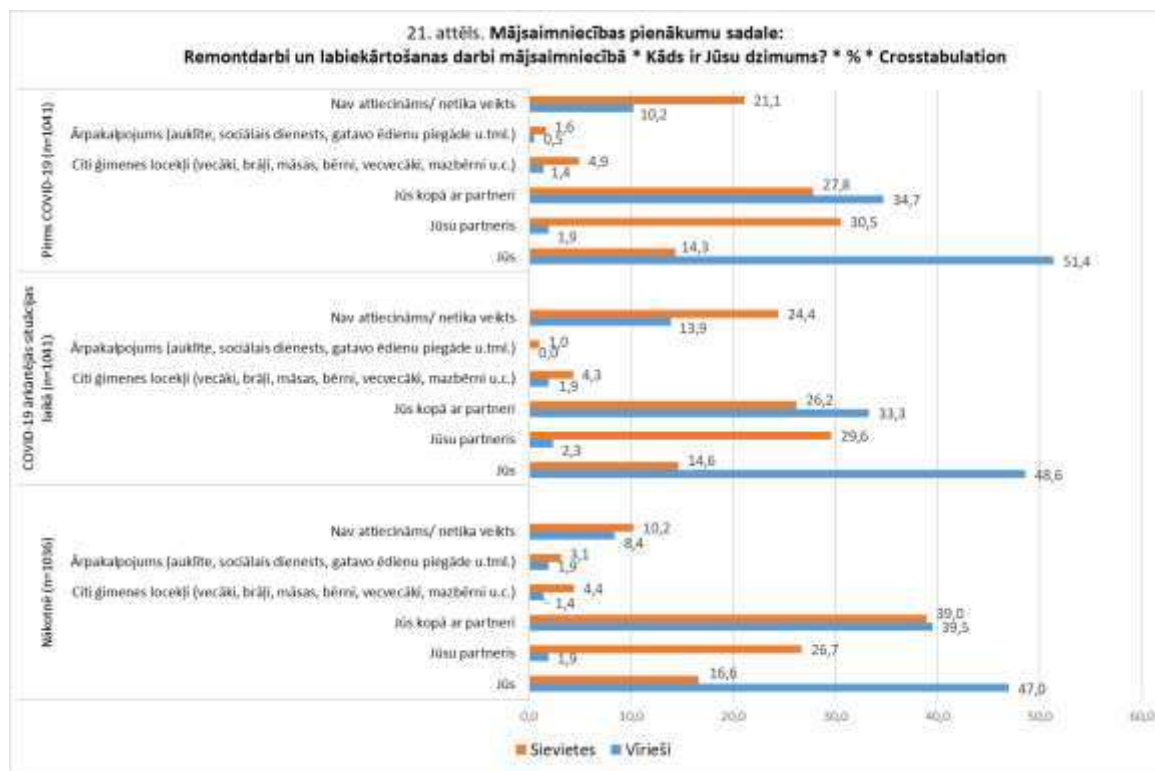
- Rūpes par mājdzīvniekiem: analizējot respondentu atbildes par rūpēm par mājdzīvniekiem, ir jāatzīmē, ka trešdaļai respondentu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī nākotnē. Skatoties uz respondentu atbildēm, kam šis jautājums ir saistošs, un analizējot tās dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā par mājdzīvniekiem pamatā rūpējās sievietes - sieviešu īpatsvars abos periodos nemainījās un sastādīja 27,9%, vīriešu īpatsvars nedaudz samazinājās un sastādīja attiecīgi 10,2% un 9,3% - var secināt, ka sieviešu īpatsvars, kas rūpējās par mājdzīvniekiem vairāk kā 2,5-3 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Analizējot respondentu atbildi par to, ka viņi kopā ar partneri rūpējās par mājdzīvniekiem, ir redzams, ka sieviešu īpatsvars COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nedaudz samazinājās, salīdzinot ar īpatsvaru laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - attiecīgi no 23,6% uz 22,5%, taču vīriešu īpatsvars nedaudz pieauga - no 36,1% uz 38,4%, tas nozīmē, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā šī pienākuma veikšanā nedaudz vairāk iesaistījās vīrieši. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību vai ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā arī būtiski nemainījās. Analizējot, kā sievietes un vīrieši plāno rūpēties par mājdzīvniekiem nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk sieviešu, t.i. 24,1% plāno, ka tās būs viņas, kas rūpēsies par mājdzīvniekiem, rādītājam samazinoties par 3,8% punktiem, salīdzinot ar 27,9% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Vīriešu gadījumā šis rādītājs samazinājās par 1,4% punktiem, sasniedzot 8,8%, salīdzinot ar rādītāju 10,2% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. 29,4% sieviešu un 42,8% vīriešu nākotnē plāno rūpēties par mājdzīvniekiem kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs par 5,8% punktiem pārsniedz rādītāju 23,6%, kas

tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 6,7% punktiem pārsniedz 36,1% rādītāju periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Var secināt, ka uz partnera palīdzību nākotnē, rūpējoties par mājdzīvniekiem cer abu dzimumu pārstāvj, toties vīrieši cer vairāk kā sievietes (skat. 20.att.).



- Remontdarbi un labiekārtošanas darbi mājsaimniecībā: analizējot respondentu atbildes par remontdarbiem un labiekārtošanas darbiem mājsaimniecībā, ir jāatzīmē, ka ceturtdaļai sieviešu un desmitdaļai vīriešu šis jautājums nav saistošs ne pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, ne arī COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Toties, analizējot šī pienākuma sadali nākotnē, ir redzams, ka respondentu īpatsvars, kam šis jautājums nav saistošs, samazinās. Skatoties uz respondentu atbildēm, kam šis jautājums ir saistošs, un analizējot tās dzimumu griezumā, ir redzams, ka būtiskas atšķirības dzimumu griezumā starp pienākuma sadali pirms COVID-19 un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā netiek novērotas - gan pirms, gan COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā pamatā veica vīrieši - sieviešu īpatsvars attiecīgi ir 14,3% un 14,6%, vīriešu īpatsvars nedaudz samazinājās un sastādīja attiecīgi 51,4% un 48,6% - var secināt, ka vīriešu īpatsvars, kas veica remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā vairāk kā 3,5 reizes pārsniedz sieviešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda! Analizējot respondentu atbildi par to, ka viņi kopā ar partneri veica remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā, ir redzams, ka gan sieviešu, gan vīriešu īpatsvars COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nedaudz samazinājās, salīdzinot ar īpatsvaru laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas - attiecīgi sievietēm no 27,8% uz 26,2%, vīriešiem - no 34,7% uz 33,3%. Attiecībā uz citu ģimenes locekļu palīdzību vai ārpakalpojumu izmantošanu situācija dzimumu griezumā pirms COVID-19 un

COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā arī būtiski nemainījās, toties, ir redzams, ka nākotnē gan sievietes, gan vīrieši nedaudz vairāk plāno izmantot ārpakalpojumus remontdarbu un labiekārtošanas darbu nodrošināšanā mājsaimniecībā. Analizējot, kā sievietes un vīrieši savā starpā plāno veikt remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā nākotnē, ir redzams, ka turpmāk mazāk vīriešu, t.i. 47,0% plāno, ka tie būs viņi, kas veiks remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā, rādītājam samazinoties par 4,4% punktiem, salīdzinot ar 51,4% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Sieviešu gadījumā šis rādītājs nedaudz palielinājās par 2,3% punktiem, sasniedzot 49,6%, salīdzinot ar rādītāju 14,3% periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. 39,0% sieviešu un 39,5% vīriešu nākotnē plāno veikt remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā kopā ar partneriem, sieviešu gadījumā šis rādītājs par 11,2% punktiem pārsniedz rādītāju 27,8%, kas tika novērots laikā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, vīriešu gadījumā rādītājs par 4,8% punktiem pārsniedz 34,7% rādītāju periodā pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas. Var secināt, ka uz partnera palīdzību nākotnē, veicot remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājsaimniecībā cer abu dzimumu pārstāvji, toties sievietes cer vairāk nekā vīrieši (skat. 21.att.).



Kopumā analizējot iegūtos rezultātus par mājsaimniecības pienākumu sadali dzimumu griezumā, ir jāatzīmē, ka lielākais slogs mājsaimniecību pienākumu veikšanā ir sievietēm: salīdzinot viena un tā paša pienākuma sadali starp partneriem, rādītāji būtiski atšķiras no 2,5 līdz pat 10 reizēm. Sieviešu nākotnes plāni pārsvarā ir saistīti ar lielāku partneru atbalstu mājsaimniecības pienākumu veikšanā, toties, sieviešu īpatsvars, kas plāno, ka tieši viņas būs tās, kas veiks attiecīgo pienākumu arī nākotnē, joprojām pārsniedz vīriešu īpatsvaru, izņemot tikai vienu remontdarbu un labiekārtošanas darbu veikšanas pienākumu mājsaimniecībā.



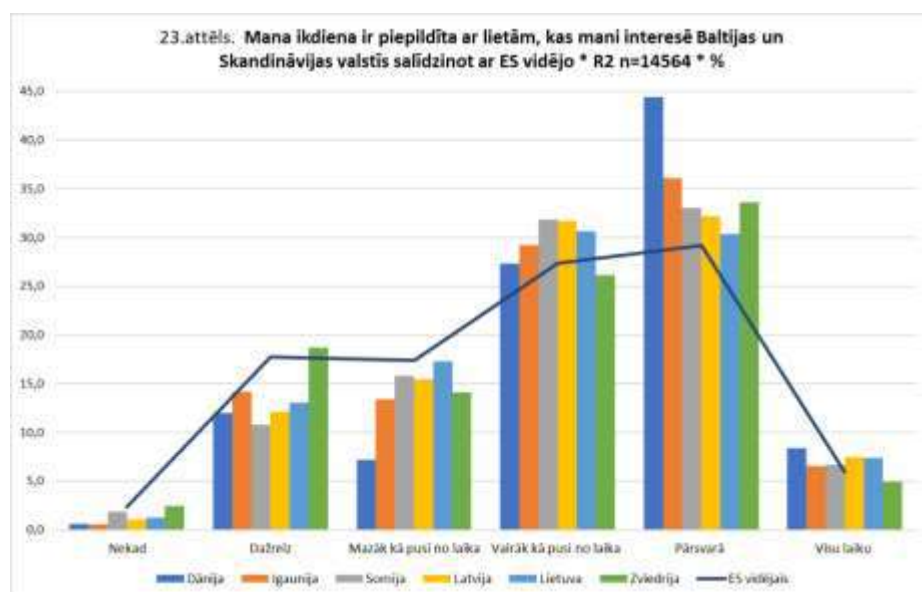
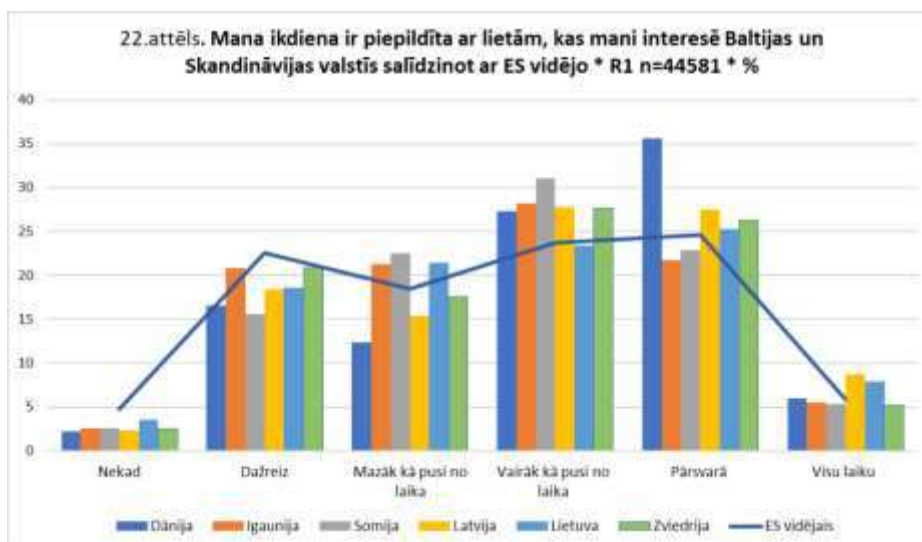
## **Eurofound datu analīze**

Eurofound aptauja tika organizēta 2 reizes (1.aptauja - 09.04.-11.06.2020., 2.aptauja - 22.06.-27.07.2020.) visās 27 ES dalībvalstīs. Aptaujas datu analīzē tika ņemtas vērā tikai nodarbināto respondentu atbildes. Tekstā 1.aptaujas vilnis tiek apzīmēts ar R1 un 2.aptaujas vilnis ar R2. Aptaujā respondentiem bija iespējams atbildēt uz jautājumiem attiecībā uz viņu darba laika izmaiņām, ikdienas lietām, par darba pienākumu un ģimenes pienākumu apvienošanu pēdējo divu nedēļu laikā, kas kopumā ļauj novērtēt respondentu līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi izmaiņas, salīdzinot to COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā un laikā pēc ārkārtējās situācijas.

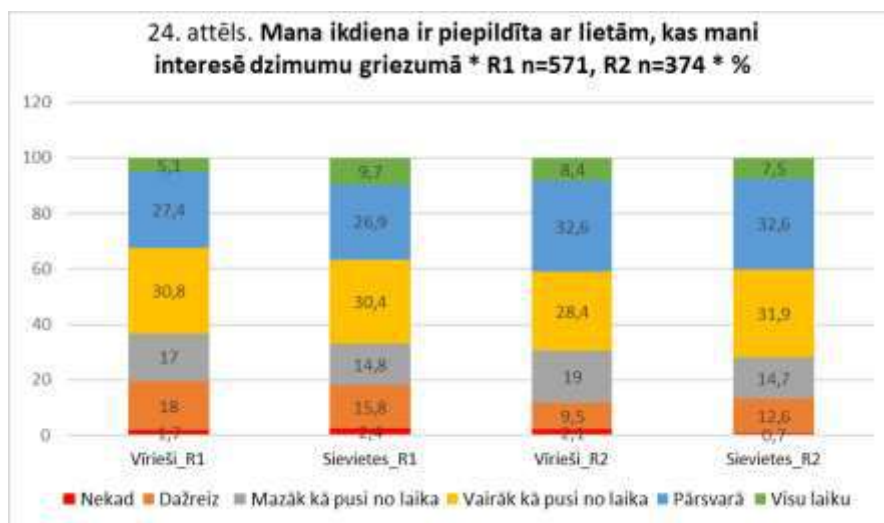
### ***1) Mana ikdiena ir piepildīta ar lietām, kas mani interesē***

Privātā un darba dzīves līdzsvaru raksturo respondentu atbildes uz jautājumu par to, cik viņu ikdiena ir piepildīta ar lietām, kas tos interesē (skat. 22.att.). Šis jautājums tika uzdots respondentiem gan R1, gan R2 aptaujā. Salīdzinot R1 aptaujas ES vidējos rādītājus ar Skandināvijas un Baltijas valstīm, varam secināt, ka situācija ir atšķirīga katrā no valstīm. Pieņemot, ka atbildes “nekad”, “dažreiz” un “mazāk kā pusi laika” raksturo situāciju, kad netiek ievērots privātās un darba dzīves līdzsvars, tad jāatzīmē, ka kopumā ES vidējais rādītājs ir 44,8%, kas ir salīdzinoši augstāks nekā Baltijas un Skandināvijas valstīs. Vistuvāk ES vidējam rādītājam R1 aptaujā ir Lietuva - 43% un Igaunija - 42,1%. Tad seko Zviedrija - 39%, Somija - 38,7%, Latvija - 33,7% un Dānija - 26,9%. Viszemākais rādītājs ir Dānijai, kas liecina, ka strādājošajiem šajā valstī ir visvairāk iespēju ikdienā veltīt laiku savām interesēm. Salīdzinoši R2 aptaujā (skat. 23.att.), vidējais rādītājs ES valstīs ir 37,6%, kas ir augstāks nekā Skandināvijas un Baltijas valstīs. Vistuvāk ES vidējam rādītājam ir Zviedrija - 35,3%, tad seko Lietuva - 31,6%, Latvija - 28,6%, Somija - 28,5%, Igaunija - 28,1% un ievērojami zemāks rādītājs ir Dānijā - 19,8%.

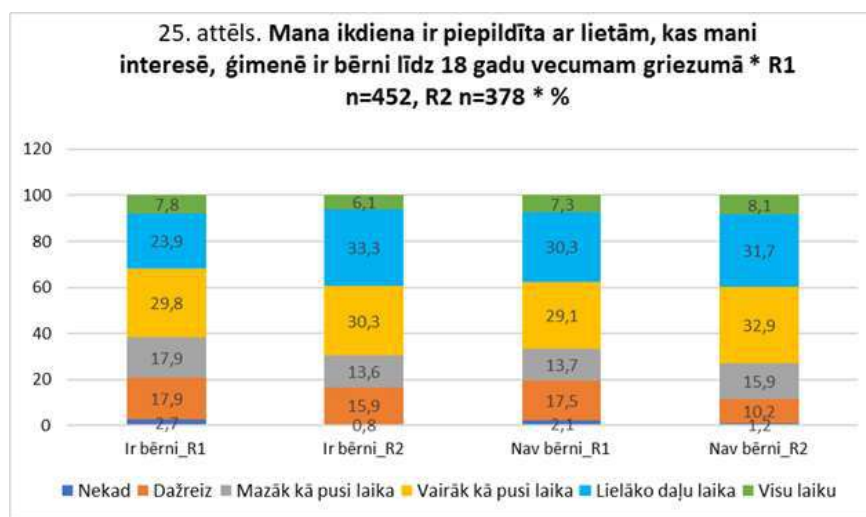
Vērtējot respondentu atbildes uz jautājumiem “vairāk kā pusi laika”, “pārsvarā” un “visu laiku”, R1 aptaujā ES vidējais rādītājs uz šīm atbildēm ir attiecīgi - 24,7%, 24,9% un 5,7% (kopā 55,3%). R2 aptaujā attiecīgi respondentu atbildes sadalās 27,3%, 29,2% un 5,9% (kopā 62,4%). Iestājoties vasarai, lielai daļai respondentu sākas atvaļinājums, kas attiecīgi dod iespēju vairāk veltīt laiku savām interesēm. Salīdzinot rezultātus pa valstīm, tad Lietuvā R1 aptaujā - 56,5%, R2 - 68,4%, Dānijā R1 - 68,9% un R2 - 80,1%, Zviedrijā R1 - 59% un R2 - 64,6%, Latvijā R1 - 63,9% un R2 - 71,4%, Igaunijā R1 - 55,3% un R2 - 71,9%, Somijā R1 - 59,3% un R2 - 71,4%. Padziļināta nodarbināto aptaujas rezultātu analīze, ļauj secināt, ka būtiska ietekme ir respondentu sociālajam statusam, piemēram, pašnodarbinātajiem ir vairāk laika ikdienā, ko veltīt savām interesēm, salīdzinot ar tiem, kas strādā algotu darbu. Bieži vien pašnodarbinātie ir personas, kas savu hobiju vai intereses ir pārvērtuši par ienākumu gūšanas avotu (dzīvesstila uzņēmumi) (Dembovska, Litavniece, Silicka, 2019).



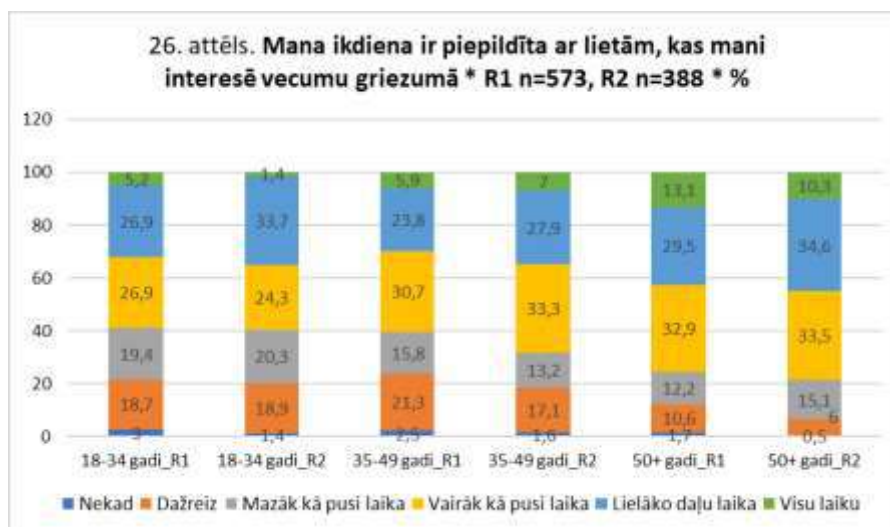
Analizējot respondentu atbildes uz šo jautājumu R1 aptaujā (skat. 24.att.) varam secināt, ka Latvijā lielākā daļa 63,3% vīriešu un 67,0% sieviešu uzskata, ka “vairāk kā pusi no laika”, “pārsvārā” un “visu laiku” ikdienā var veltīt lietām, kas viņus interesē. R2 aptaujā attiecīgi 69,4% vīriešu un 72,0% sieviešu sniedza atbildes “vairāk kā pusi no laika”, “pārsvārā” un “visu laiku”. Kopumā R2 aptaujā par 5,2%vīriešu un 5,7% sieviešu pieauga to respondentu skaits, kuri “pusi un vairāk laika” no savas ikdienas var veltīt savām interesēm.



Salīdzinot R1 un R2 aptaujas datus to respondentu grupā, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam (skat. 25.att.), varam secināt, ka R2 aptaujas laikā par 8,2% pieauga kopējais respondentu skaits, kuri sniedza atbildes “vairāk kā pusi laika”, “lielāko daļu laika” un “visu laiku”. Arī respondentu grupā, kuriem nav bērnu līdz 18 gadu vecumam, R2 aptaujā palielinājās par 6,0%, kas sniedza atbildes “vairāk kā pusi laika”, “lielāko daļu laika” un “visu laiku”.



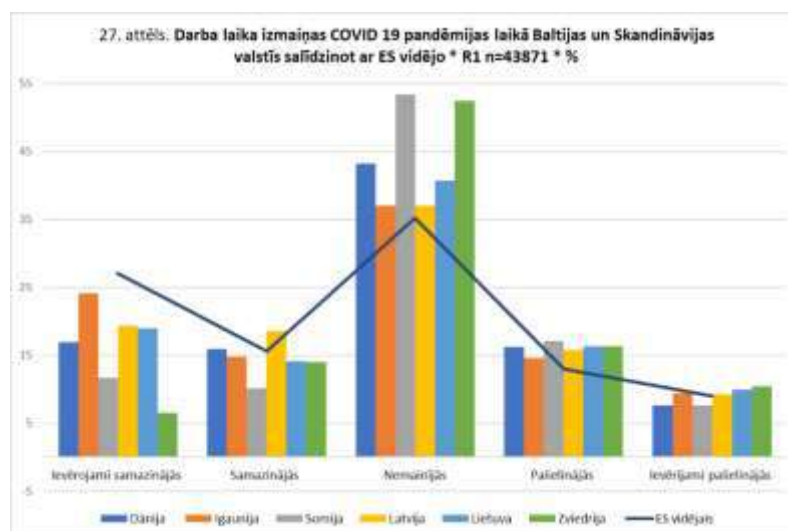
Analizējot šīs atbildes pa vecuma grupām (skat. 26.att.), tad kopumā atbildēm “vairāk kā pusi laika”, “lielāko daļu laika” un “visu laiku” gan R1, gan R2 aptaujās lielākais īpatsvars ir vecuma grupā 50+ gadi, kas attiecīgi R1 aptaujā ir 75,5% un R2 aptaujā 78,4%. Salīdzinoši vecuma grupā 18-34 gadi R1 aptaujā ir tikai 59,0% un R2 – 59,4%, bet vecuma grupā 35-49 gadi – R1 – 60,4% un R2 – 68,2%.



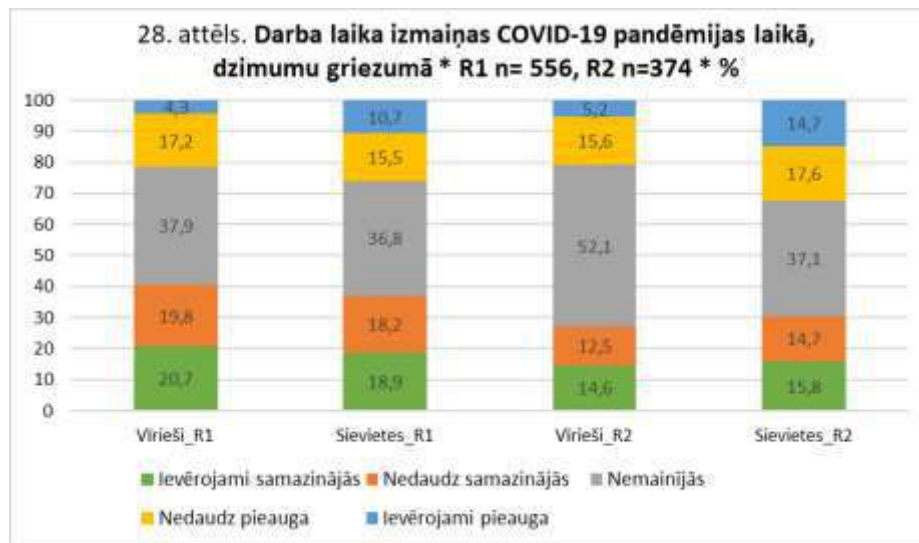
Analizējot respondentu atbildes uz iespēju ikdienā darīt lietas, kas interesē, lielākais īpatsvars ir respondentiem vecumā virs 50 gadiem, tajā pašā laika izteiktas atšķirības nav vērojamas dzimumu aspektā un to vai ģimenē ir bērni līdz 18 gadu vecumam.

## 2) Darba laika izmaiņas COVID-19 pandēmijas laikā

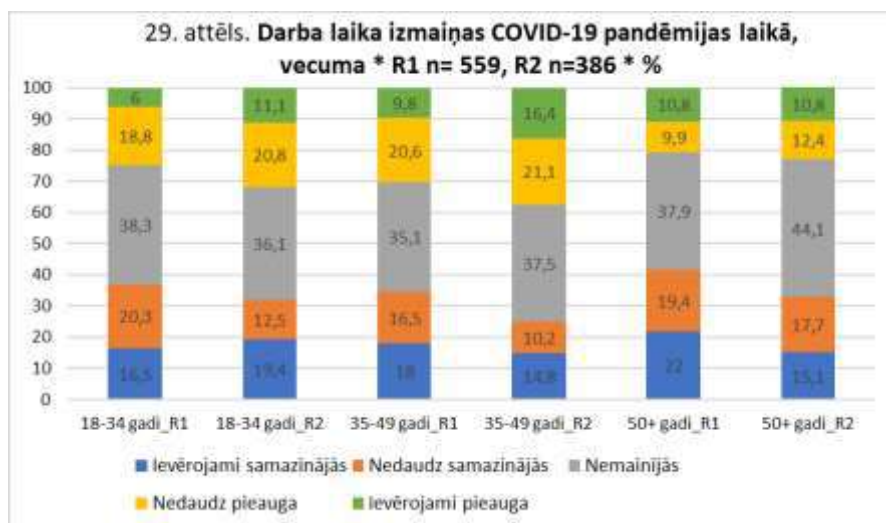
Šis jautājums tiek analizēts tikai R1 aptaujā (skat. 27.att.), iegūtie dati liecina, ka ES vidējais rādītājs atbildēs “ievērojami samazinājās” un “samazinājās” ir 42,8%, kas ir augstāks nekā vērtējot atsevišķi Skandināvijas un Baltijas valstis. Visaugstākais rādītājs ir Igaunijā - 38,9%, tad seko Latvija - 37,9%, Lietuva - 33,1%, Dānija - 32,8%, Somija - 21,8% un Zviedrija - 20,6%. Ja vērtējam darba un privātās dzīves līdzsvaru, tad 35,2% gadījumos vidēji ES valstīs darba laiks pieauga. Baltijas un Skandināvijas valstīs šis rādītājs ir augstāks. Vislielākais darba laika pieaugums bija vērojams Somijā - 53,4% un Zviedrijā - 52,4%, tad seko Dānija - 43,2% un Lietuva - 40,7%. Vismazākais darba laika pieaugums bija Latvijā un Igaunijā - 37%. Kopumā darba laika izmaiņas ārkārtējās situācijas laikā liecina, ka tas ietekmē nodarbināto personu darba un privātās dzīves līdzsvaru.



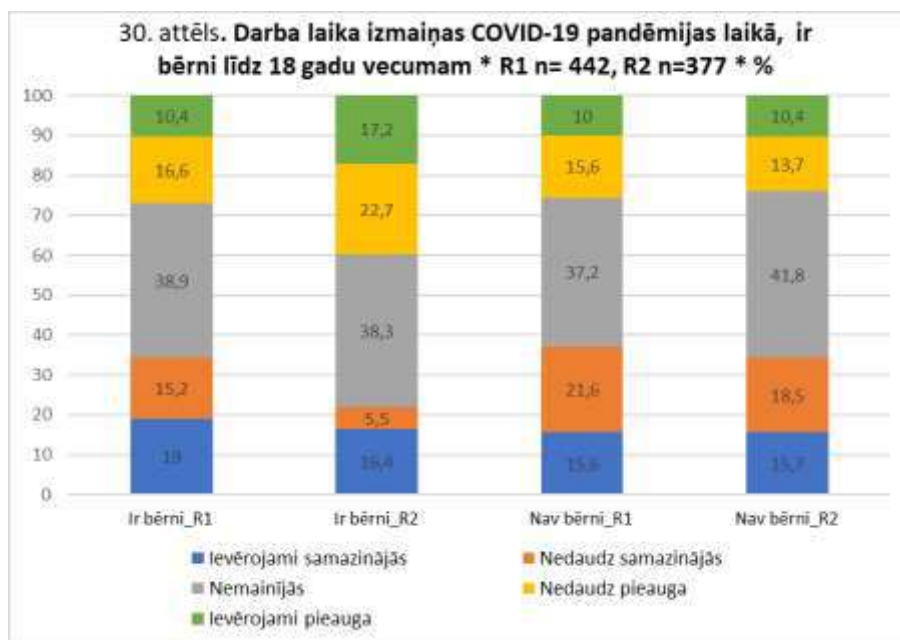
Vērtējot darba laika izmaiņas ārkārtējās situācijas laikā, vērojamas atšķirības gan starp R1 un R2 aptaujas rezultātiem, gan arī starp vīriešu un sieviešu sniegtajām atbildēm (skat. 28.att.). R1 aptaujā 37,9% vīriešu un 36,8% sieviešu norādīja, ka nebija darba laika izmaiņu. R2 aptaujā attiecīgi 52,1% vīriešu un 37,1% sieviešu atzīmēja, ka nebija izmaiņas darba laikā. R1 aptaujā gan vīrieši, gan sievietes norādīja, ka darba laiks “ievērojami samazinājās” vai “nedaudz samazinājās”, jo ārkārtējās situācijas laikā, tika ieviesti dažādi ierobežojumi, rezultātā daudzu nozaru uzņēmumiem bija saīsināti darba laiki (piemēram, tirdzniecība u.c.) vai tie tika slēgti vai daļēji slēgti (piemēram, ēdināšanas nozare), tajā pašā laikā bija nozares, kuru darbinieki saskārās ar darba laika pieaugumu (piemēram, izglītība). R2 aptaujā par 6,3% vairāk vīrieši saskārās ar darba laika samazinājumu, turpretī, sievietes vairāk saskārās ar darba laika pieaugumu.



Vērtējot pa vecuma grupām, var secināt, ka R1 aptaujas rezultāti liecina (skat. 29.att.), ka visās vecuma grupās gandrīz vienāds respondentu skaits norādīja, ka nav saskārušies ar izmaiņām darba laikā. Salīdzinoši R2 aptaujā krasa atšķirība ir vērojama respondentu vecuma grupā 50+ gadi, kur 44,1% norādīja, ka nav bijušas izmaiņas, kas ir salīdzinoši par 6,6% vairāk nekā vecuma grupā 35-49 gadi un par 8,0% vairāk nekā vecuma grupā 18-34 gadi. Salīdzinoši R1 aptaujā, tieši vecuma grupā 50+ bija vislielākais respondentu skaits (41,4%), kuri saskārās ar darba laika samazinājumu.



Salīdzinot, kā mainījās darba laiks respondentiem, kuriem ir bērni līdz 18 g.v. ar tiem, kuriem nav (skat. 30.att.), varam secināt, ka R1 aptaujā būtiskas atšķirības nav novērojamas starp dažādām sociālajām grupām. Tomēr ir vērojamas būtiskas atšķirības to respondentu atbildēs, kuriem ir bērni līdz 18 g.v., jo R1 aptaujā 34,2% norādīja, ka darba laiks “ievērojami samazinājās” vai “nedaudz samazinājās”, bet R2 aptaujā samazinājums bija par 12,3% mazākam respondentu skaitam. Būtiskas atšķirības R1 un R2 aptaujā respondentiem, kuriem nav bērnu līdz 18 g.v., nebija novērojamas.



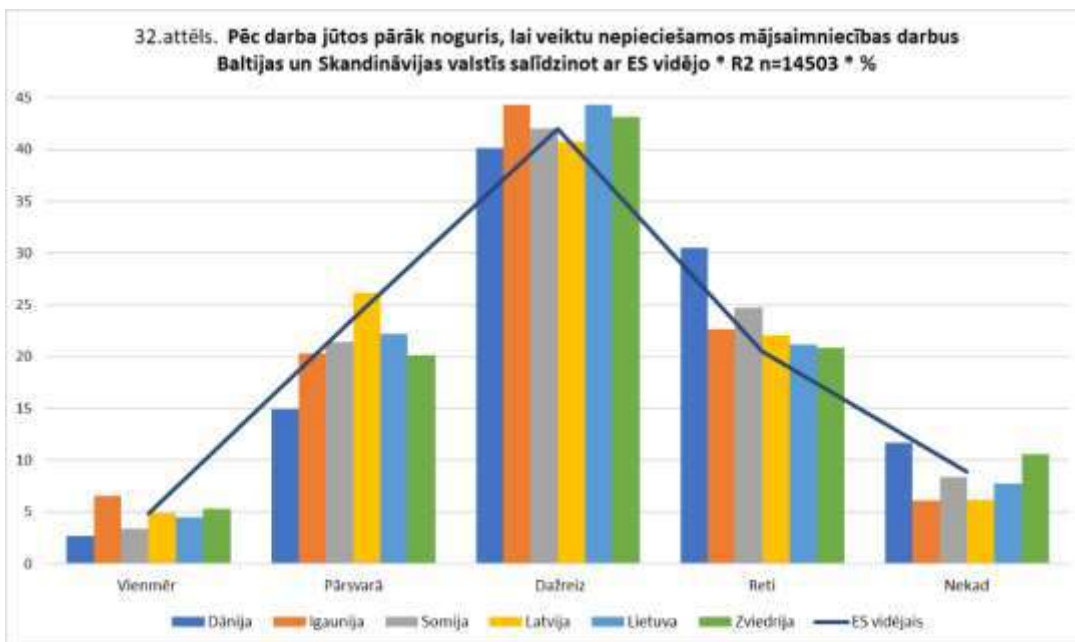
Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par darba laika izmaiņām COVID-19 pandēmijas laikā, vismazāk ar izmaiņām R2 aptaujā saskārās vīrieši. Vērtējot vecumu griezumā, vismazākās darba laika izmaiņas bija respondentiem vecākiem par 50 gadiem. Kā arī R2 aptaujā šīs izmaiņas vismazāk skāra respondentus, kuriem ir bērni līdz 18 g.v.

Kopumā vērtējot šī jautājuma ietekmi uz darba un privātās dzīves līdzsvaru, var secināt, ka darba laikā bija vērojamas izmaiņas, gan samazinājuma, gan palielinājuma virzienā, kas rada attiecīgas izmaiņas arī respondentu ikdienā.

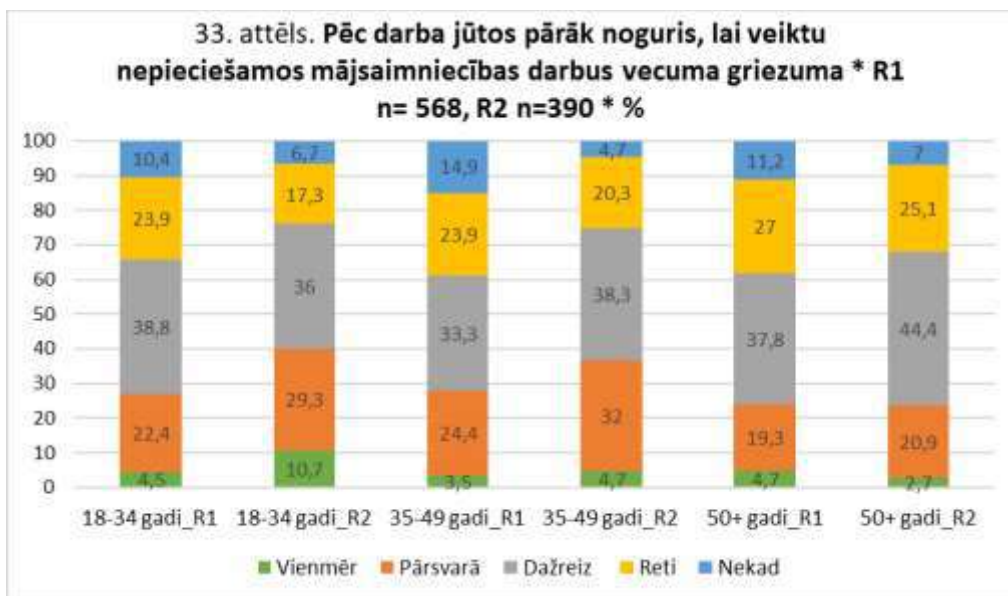
### 3) Pēc darba jūtos pārāk noguris, lai veiktu nepieciešamos mājsaimniecības darbus

Privātās un darba līdzsvara izvērtēšanā svarīgs rādītājs ir spēja pēc darba paveikt arī nepieciešamos mājsaimniecības darbus. Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu vai pēc darba jūtas pārāk noguruši, lai veiktu nepieciešamos mājas darbus. R1 aptaujas rezultāti liecina (skat. 31.att.), ka visvairāk respondenti ir norādījuši atbildi “dažreiz”, gan vidēji ES valstīs - 37,1%, gan atsevišķi pa valstīm - Dānijā, Igaunijā un Somijā - 39,8%, Zviedrijā - 38,1% un Lietuvā 36,7%, Latvijā - 36,4%. Analoga situācija ir arī R2 aptaujā (skat. 32.att.), ES valstīs vidēji 42% ir izvēlējušies šo atbildi. Vērtējot atsevišķi pa valstīm, var secināt, ka Igaunijā un Lietuvā - 44,3%, Zviedrijā - 43,1% un Somijā - 42% šis rādītājs ir lielāks vai vienāds ar vidējo ES līmeni. Tikai Dānijā (40,1%) un Latvijā (40,8%) tas ir nedaudz zemāks. Ja ņem vērā respondentu atbildes “vienmēr” un “pārsvārā”, kur attiecīgi ES vidējais R1 aptaujā ir 23,3% un R2 aptaujā 28,6%, kas kopā ar atbildi “dažreiz”, liecina, ka lielākajai daļai respondentu darbs ir intensīvs, nogurdinošs, kas būtiski ietekmē privāto dzīvi.



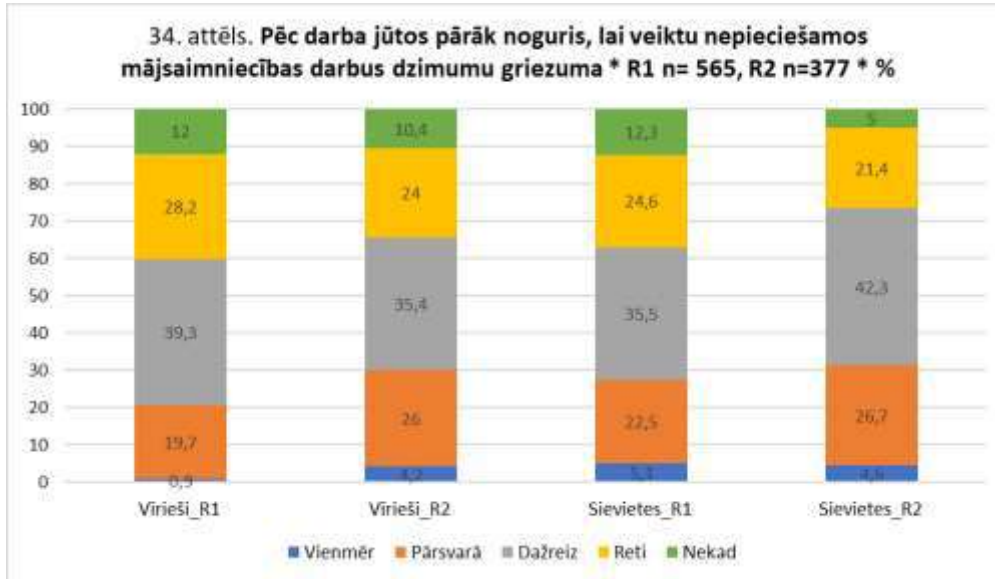


Vērtējot Latvijas situāciju šajā jautājumā, ir vērojamas atšķirības starp R1 un R2 aptaujas rezultātiem pa vecuma grupām. R1 aptaujas rezultāti norāda, ka vismazāk nogurumu jūt respondenti vecuma grupā 35-49 gadi un vecāki par 50 gadiem, bet jau R2 aptaujā par 13,8% pieauga to respondentu skaits, kuri jūtas noguruši pēc darba, lai veiktu nepieciešamos mājsaimniecības pienākumus vecuma grupā 35-49 gadi. Pēc R2 aptaujas rezultātiem, var secināt, ka kopumā ir pieaudzis respondentu skaits visās vecuma grupās, kuri jūtas pēc darba “vienmēr”, “pārvarā” un “dažreiz” noguruši (vecuma grupā 18-34 gadi par 10,3%, 35-49 gadi - 13,8%, vecāki par 50 gadiem - 6,2%). Tajā pašā laikā vecuma grupā 50+ ir mazāks respondentu skaits, salīdzinot ar pārējām grupām, kuri jūtas “vienmēr” vai “pārvarā” noguruši. Šīs atbildes apliecina arī iegūtos rezultātus jautājumā “Mana ikdiena ir papildīta ar lietām, kas mani interesē” (skat. 33.att.).





Analizējot pa dzimumiem (skat. 34.att.), var secināt, ka R1 aptaujā 59,9% vīriešu norādīja, ka pēc darba jūtas “vienmēr”, “pārsvārā” vai “dažreiz” noguruši, salīdzinoši sievietēm tie ir 63,1%. R2 aptaujā 65,6% vīriešu norādīja, ka pēc darba jūtas vienmēr, pārsvārā vai dažreiz noguruši, salīdzinoši sievietēm tie ir 73,6%. Šādas respondentu atbildes var liecināt par privātā un darba dzīves līdzsvara trūkumu, jo īpaši R2 aptaujas laikā, kas tika organizēta pēc ārkārtējās situācijas.



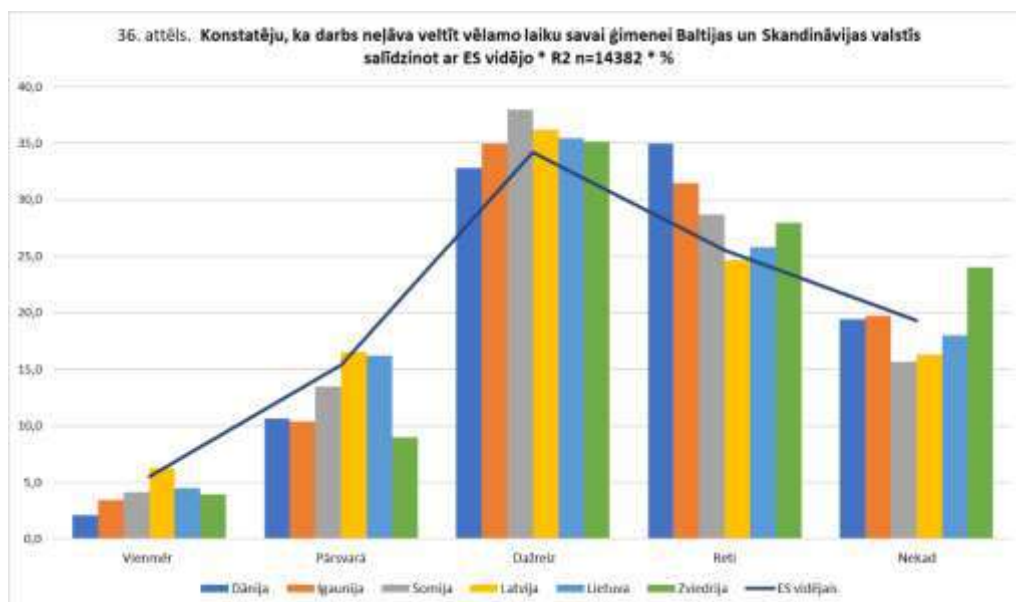
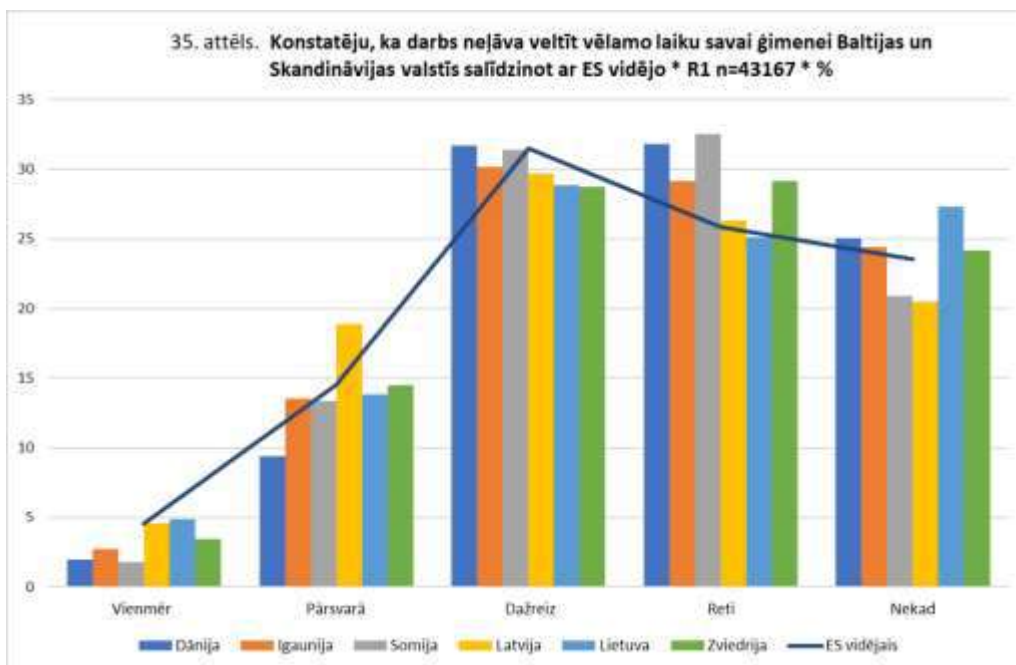
Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par to cik lielā mērā pēc darba jūtas noguruši, lai veiktu nepieciešamos mājas darbus, vecuma griezumā, nevar viennozīmīgi secināt, jo iegūtās atbildes ir atšķirīgas starp abām aptaujām. Vērtējot pēc dzimumiem, var secināt, ka R2 aptaujā lielākais īpatsvars ir sievietēm, kuras pēc darba jūtas nogurušas, lai veiktu nepieciešamos mājas darbus.

Kopumā vērtējot atbildes uz šo jautājumu, jāsecina, ka ikdienas darbs/-i rada lielu nogurumu, kas liedz iespēju pilnvērtīgi veikt nepieciešamos mājsaimniecības darbus. Šādu situāciju rada gan apstākļi, ka Latvijā ir salīdzinoši zemas darba algas, kas rada nepieciešamību iespēju robežās strādāt vairākās darba vietās, kā arī lielā noslodze darba vietā. Rezultātā, ievērojami pasliktinās nodarbināto dzīves kvalitāte, jo nogurums traucē gan paveikt mājsaimniecības darbus, piemēram, gatavot vakariņas, tiek iegādāti pusfabrikāti, kas, savukārt, neveicina veselīgu uzturu.

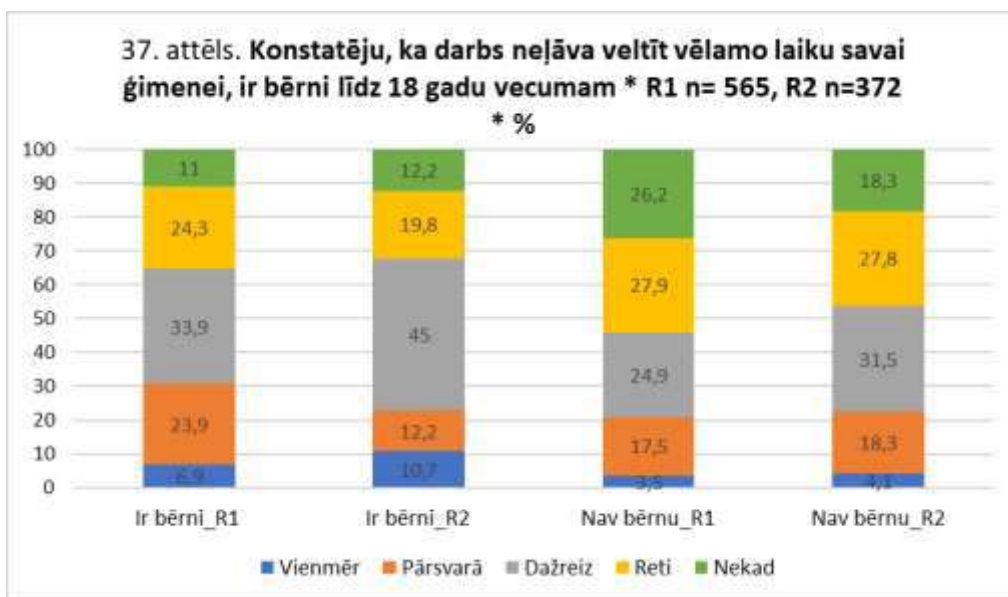
#### 4) Konstatēju, ka darbs neļāva veltīt vēlamo laiku savai ģimenei

Darba un privātās dzīves līdzsvara izvērtēšanā būtiska loma ir ģimenei. Nodarbinātie aptaujā vērtēja situācijas, kad darbs neļauj veltīt vēlamo laiku ģimenei. R1 aptaujā vidēji ES 23,6 % un R2 aptaujā 19% gadījumu respondenti nebija saskārušies ar šādu situāciju. Vērtējot atsevišķi pa valstīm, var secināt, ka Latvijā R1 aptaujā 20,5% un R2 - 16,0% respondentu norādīja, ka nekad nav saskārušies ar šādu situāciju. Salīdzinoši visaugstākais rādītājs R1 aptaujā ir Lietuvā - 27,3% (R2 ir 18,0%) un R2 aptaujā ir Zviedrijā - 24,0% (R1 24,2%). Pārējās valstīs - Dānijā - R1 - 25,1% un R2 -19,0%, Igaunijā - R1 - 24,4% un R2 - 20,0%, Somijā - R1 - 20,9% un R2 - 16,0%. Lielākais īpatsvars R1 un R2 aptaujās ir atbildei

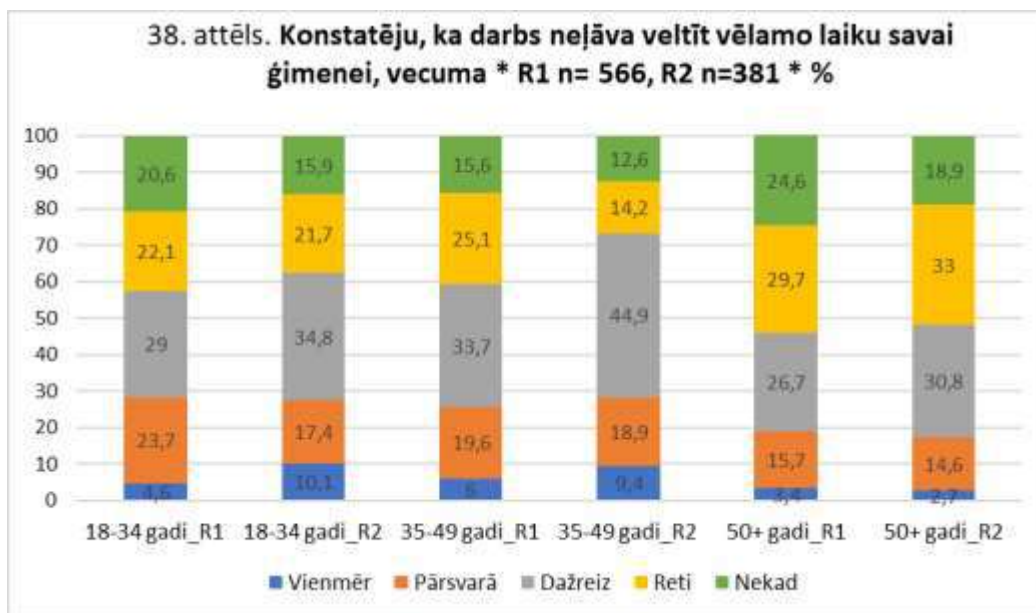
“dažreiz” (skat. 35. un 36.att.). Tas liecina par nepieciešamību ES līmenī turpināt aizsākto diskusiju par darba laika ilgumu, lai nodrošinātu, ka nodarbinātie var veltīt laiku savai ģimenei.



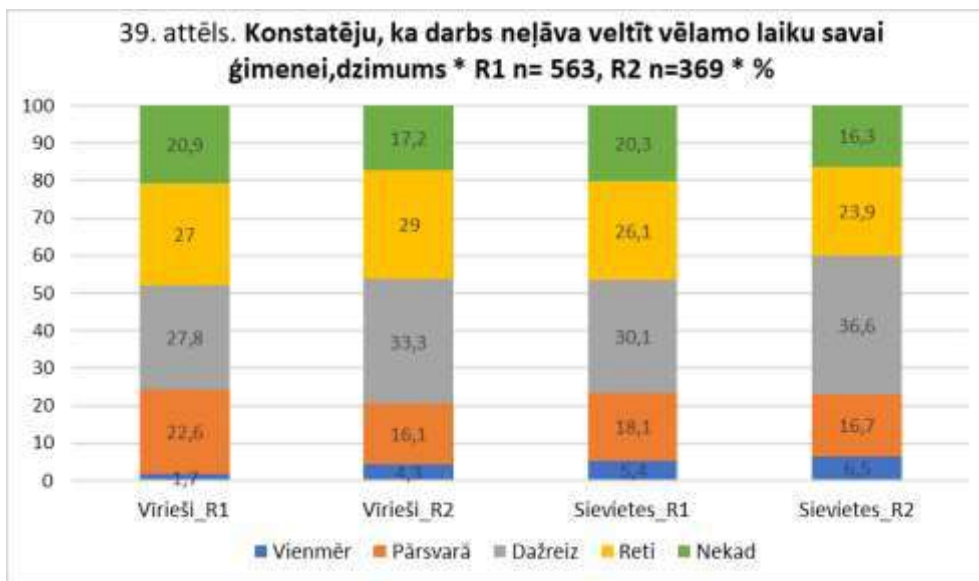
Vērtējot Latvijas situāciju R1 un R2 aptaujās var secināt, ka šo problēmu visvairāk izjūt ģimenes, kurās ir bērni līdz 18 g.v. (skat. 37.att.). Atbildi “nekad” R1 aptaujā ir norādījuši 11,0 % un R2 - 12,2% no respondentiem, kuriem ir bērni līdz 18 g.v., bet R1 aptaujā - 26,2% un R2 aptaujā - 18,3% no tiem, kam nav bērnu līdz 18 g.v. Ģimenēs, kurās nav bērnu šajā vecuma posmā, attiecīgi daudz mazāk saskārās ar šo problēmu.



Respondenti 50+ vecuma grupā vismazāk izjūt, ka darbs neļauj veltīt vēlamo laiku ģimenei, t.i., R1 aptaujā - 24,6% un R2 aptaujā - 18,9%. Vecuma grupā 35-49 gadi liels respondentu īpatsvars to uzskata par problēmu, t.i., R1 aptaujā - 84,4% respondentu un R2 aptaujā - 87,4% respondentu (skat. 38.att.).



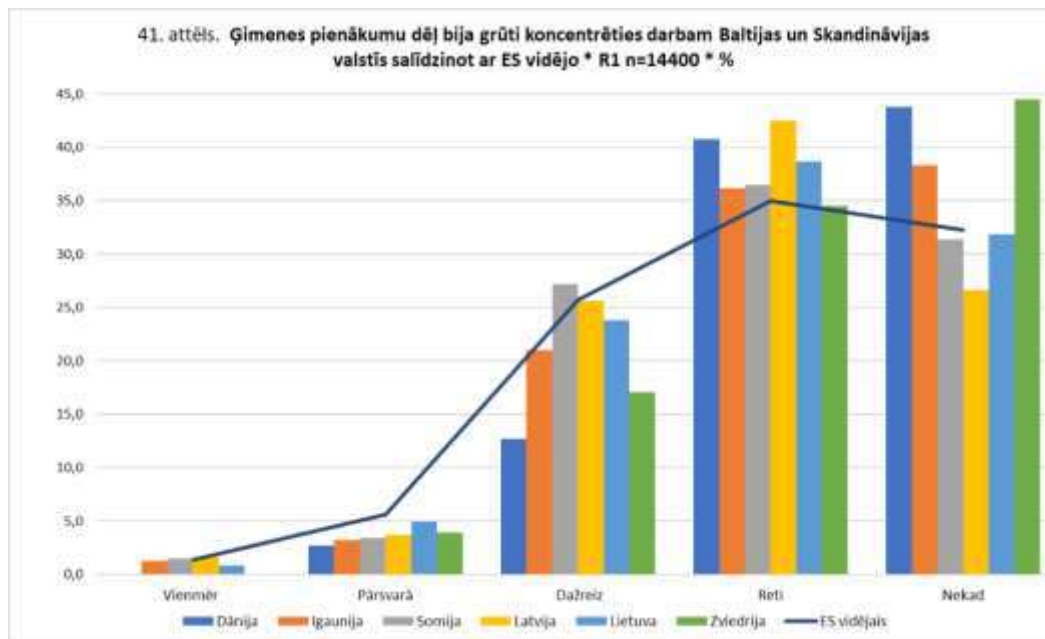
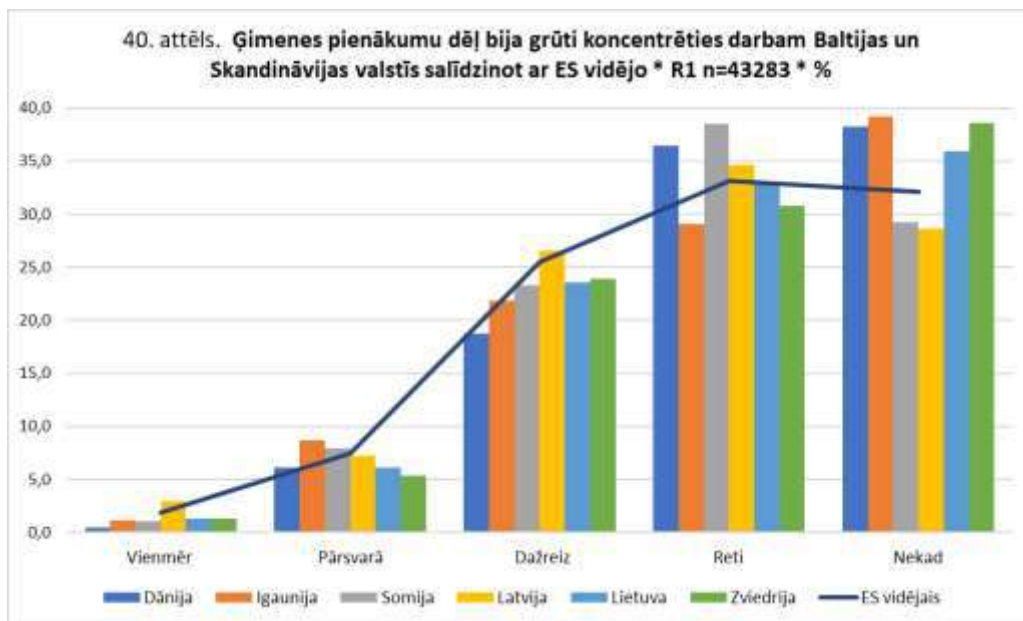
39.attēlā ir redzams, ka nav būtiskas atšķirības starp R1 aptauju, kur tikai 20,9% vīriešu un 20,3% sievietes ir norādījuši, ka nav konstatējuši, ka darbs neļauj veltīt vēlamo laiku savai ģimenei. Analoga situācija dzimumu griezumā ir arī R2 aptaujā, kur attiecīgi 17,2% vīriešu un 16,3% sieviešu ir norādījušas atbildi "nekad". Salīdzinot R1 un R2 aptaujas rezultātus var secināt, ka situācija kļūst sliktāka, jo palielinās to respondentu īpatsvars, kuri saskāras ar problēmu, ka nav pietiekami daudz laika, ko veltīt ģimenei.



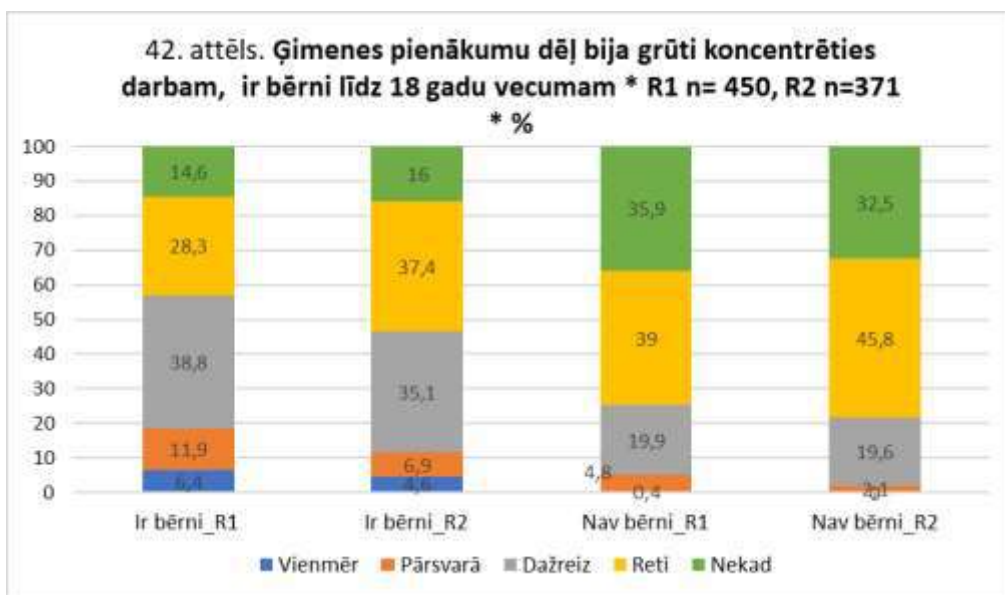
Analizējot respondentu atbildes jautājumā par apstākļiem, ka darbs neļauj veltīt vēlamo laiku ģimenei, apstiprinoša atbilde galvenokārt norādīja respondenti, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Kopumā vērtējot šo jautājumu no darba un privātās dzīves līdzsvara viedokļa, jāsecina, ka situācija nav labvēlīga nodarbinātajiem. Šī jautājuma rezultāti apstiprina arī iepriekšējā jautājumā secināto, ka respondenti ir noguruši, lai veltītu laiku mājsaimniecības darbu veikšanai un pievērštos savai ģimenei.

##### **5) Ģimenes pienākumu dēļ bija grūti koncentrēties darbam**

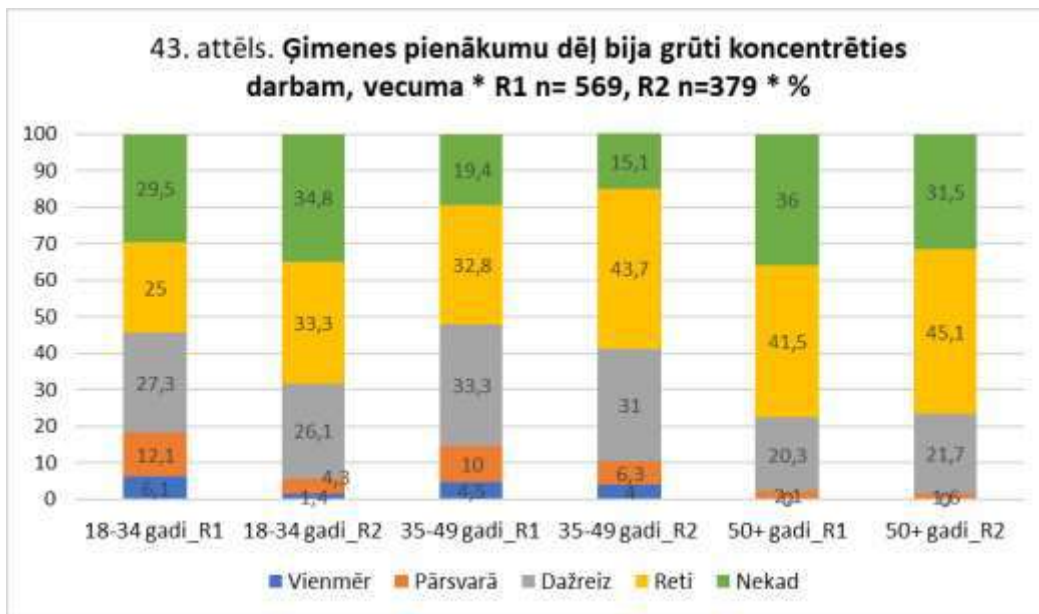
Darba un privātās dzīves līdzsvara nodrošināšanā būtiski, lai ne tikai darbs negatīvi neietekmē privāto dzīvi, bet arī privātā dzīve netraucē pilnvērtīgi pildīt savus darba pienākumus. R1 aptaujā (skat. 40.att.) atbildē "nekad" ES vidējais rādītājs ir 32,1%, bet R2 aptaujā (skat. 41.att.) 32,3%. R1 aptaujā Dānijā 38,2% (R2 - 43,8%), Igaunijā - 39,2% (R2 - 38,3%), Lietuvā - 36,0% (R2- 31,9%) un Zviedrijā 38,3% (R2- 44,5%) šis rādītājs ir lielāks nekā vidēji ES valstīs. Savukārt, Somijā R1 aptaujā 29,2% (R2-31,4%) un Latvijā - 28,6% (R2 - 26,6%) tas ir zemāks nekā vidēji ES.



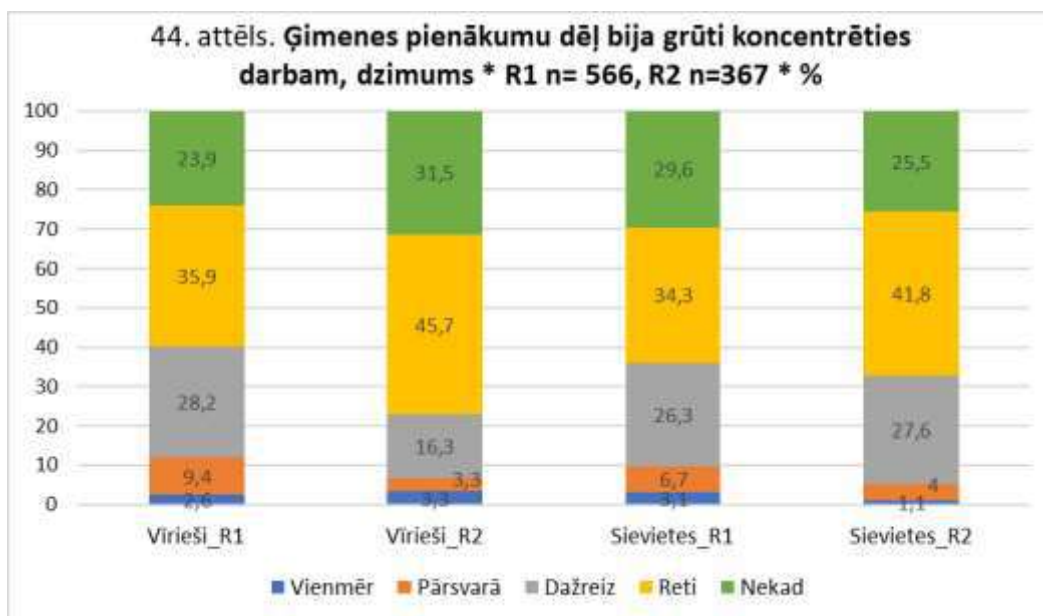
Analizējot situāciju Latvijā, R1 aptaujas laikā iespēju robežās daudzi uzņēmumi un iestādes pārgāja uz attālināto darbu. Skolēniem tika nodrošināts attālinātais mācību process. R2 aptaujas laikā skolēniem jau bija sācies vasaras brīvlaiks. 42.attēlā ir redzams, ka respondenti, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam, R1 aptaujā 57,1% un R2 aptaujā 46,6% norādīja, ka “vienmēr”, “pārsvārā” vai “dažreiz” ģimenes pienākumu dēļ ir grūti koncentrēties darbam. Respondenti, kuriem nav bērni līdz 18 gadu vecumam, šādas atbildes norādīja 25,1% R1 aptaujā un 21,7% R2 aptaujā.



Analizējot pēc vecuma posmiem (skat. 43.att.), var secināt, ka tieši respondenti vecumā 35-49 gadi gan R1 (80,6%), gan R2 aptaujā (84,9%) ģimenes pienākumus norādīja kā apstākli, kas “vienmēr”, “pārsvarā”, “dažreiz” vai “reti” traucē koncentrēties darbam. Vērtējot respondentu atbildes “vienmēr”, “pārsvarā” un “dažreiz”, vismazāk ir respondentu vecumā virs 50 gadiem (R1 aptaujā 22,5% un R2 aptaujā 23,4%).



Analizējot pēc dzimuma (skat. 44.att.), nevar izteikt viennozīmīgus secinājumus, jo vairāk kā 50,0% vīriešu un sieviešu R1 un R2 aptaujās ir norādījuši, ka ģimenes pienākumi traucē koncentrēties darbam. R2 aptaujā ir pieaudzis to respondentu skaits gan starp vīriešiem (45,7%), gan sievietēm (41,8%), kas norādīja atbildi “reti”. Salīdzinot vīriešu sniegtās atbildes R1 aptaujā ar R2 aptaujas rezultātiem, var secināt, ka par 17,4% ir samazinājies respondentu skaits, kuriem “vienmēr”, “pārsvarā” un “dažreiz” ģimenes pienākumi traucē koncentrēties darbam.

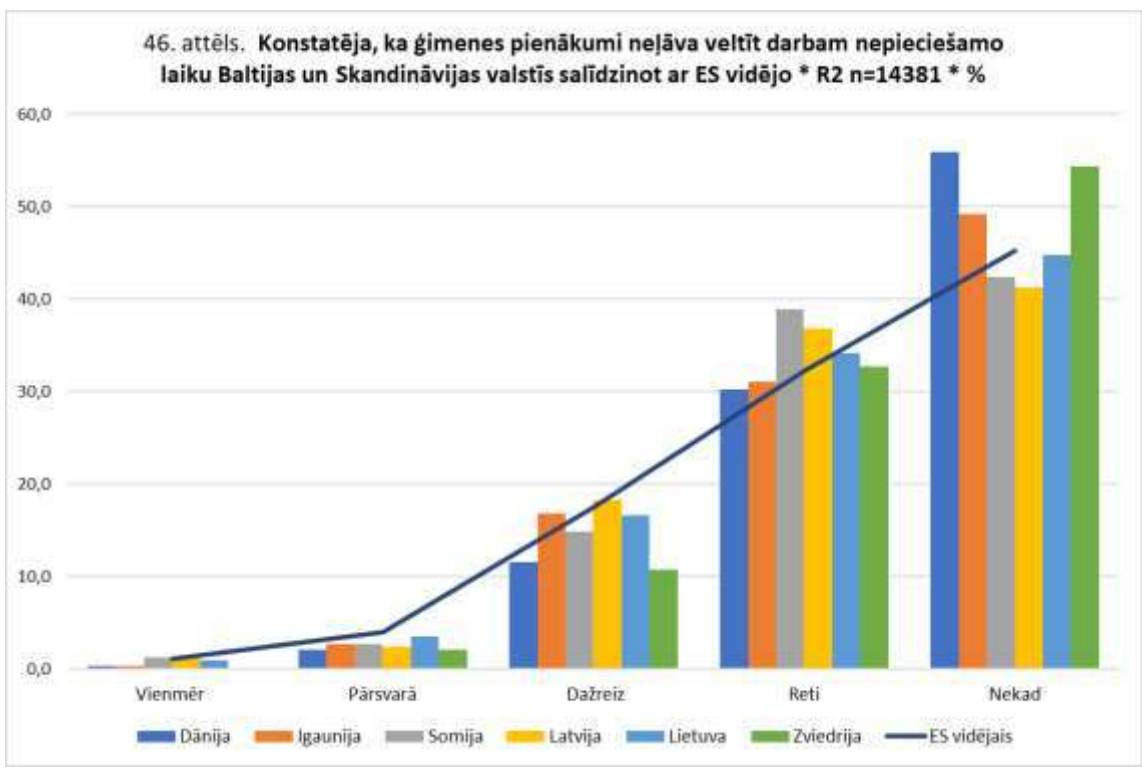
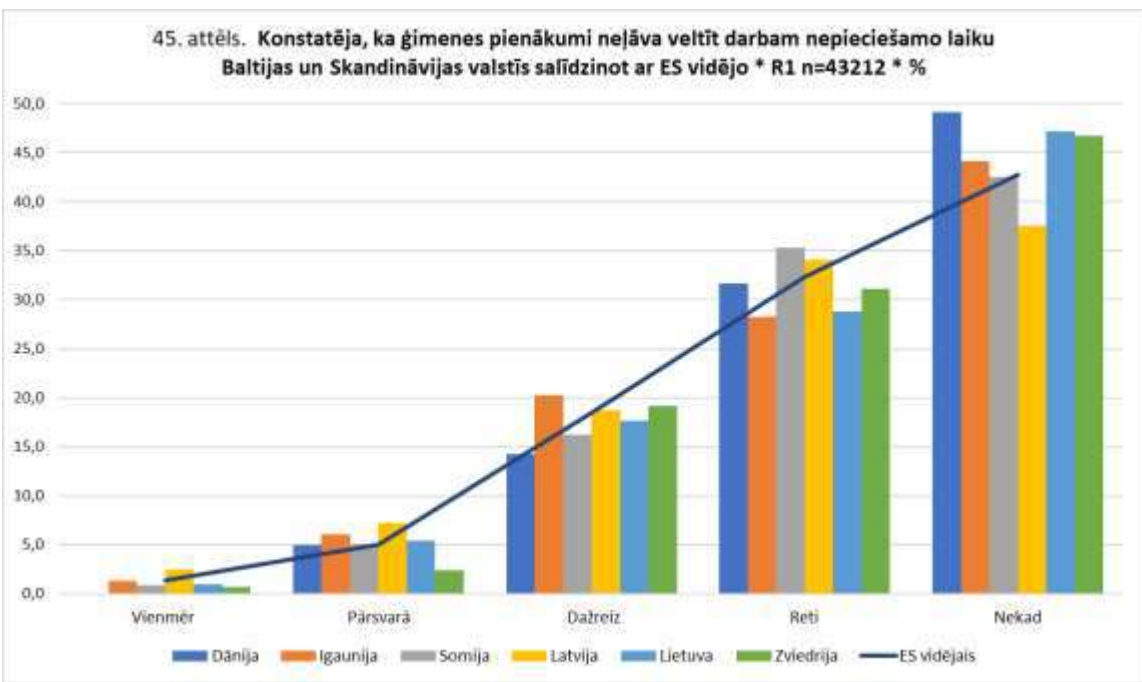


Tā kā ārkārtējās situācijas laikā, daudzos uzņēmumos, iespēju robežās, darbs tika organizēts attālināti, kad darbinieki fiziski atradās savā dzīves vietā, bet pildīja darba pienākumus. Šajā laikā arī visi skolēni no 1.- 12.klasei atradās mājās, jo arī izglītības process tika organizēts attālināti. Jo īpaši jaunāko klašu skolēniem, bija nepieciešama vecāku palīdzība, lai tie spētu tikt galā ar mācību procesu, kas attiecīgi ietekmēja spēju vecākiem pilnvērtīgi koncentrēties darba pienākumiem.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par ģimenes pienākumu ietekmi uz spēju koncentrēties darbam, tieši ģimenēs, kurās ir bērni līdz 18 gadu vecumam, to izdarīt ir visgrūtāk. Vismazāk ģimenes pienākumi ietekmēja spēju koncentrēties darbam respondentus, kas vecāki par 50 gadiem

#### **6) Konstatēja, ka ģimenes pienākumi neļāva veltīt darbam nepieciešamo laiku**

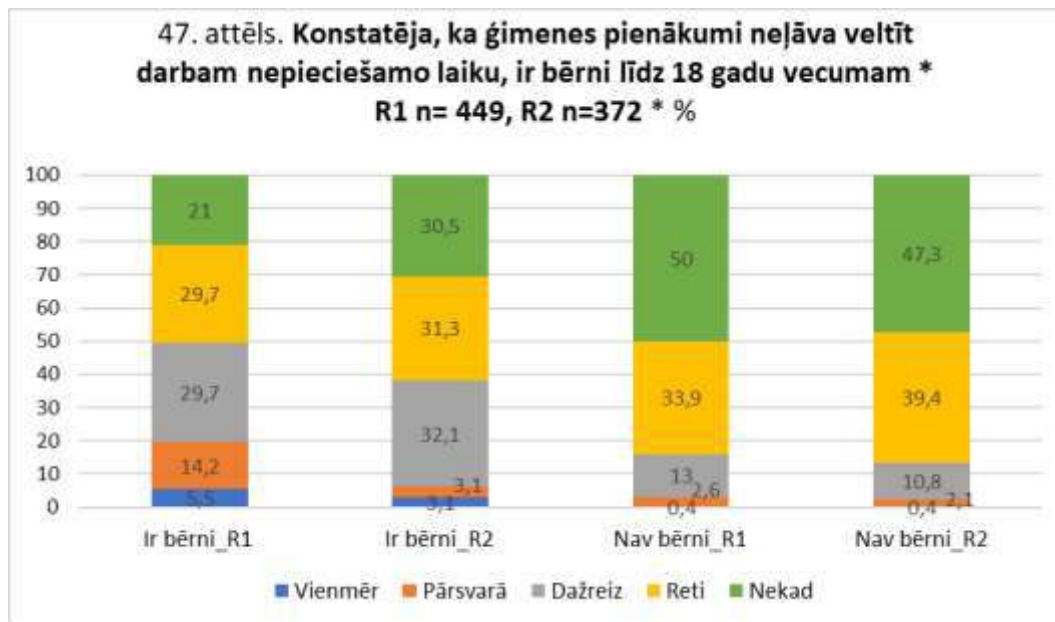
Ja iepriekšējā jautājumā respondenti sniedza savu vērtējumu par spēju koncentrēties, tad šajā jautājumā tie vērtēja vai ģimenes pienākumi ļāva veltīt darbam nepieciešamo laiku. R1 aptaujā (skat. 45.att.) ES vidējais rādītājs ir 42,8% atbildei "nekad" un R2 aptaujā (skat. 46.att.) 45,2%. R1 aptaujā Dānijā 49,2% (R2 - 55,9%), Igaunijā 44,1% (R2 - 49,2%), Lietuvā 47,2% (R2 - 44,8%), Zviedrijā 46,7% (R2 - 54,4%) atbildi "nekad" izvēlējās lielāks respondentu skaits nekā vidēji ES, izņemot Somiju 42,5% (R2 - 42,4%) un Latviju 37,6% (R2 - 41,3%) , kur tas ir zemāks.



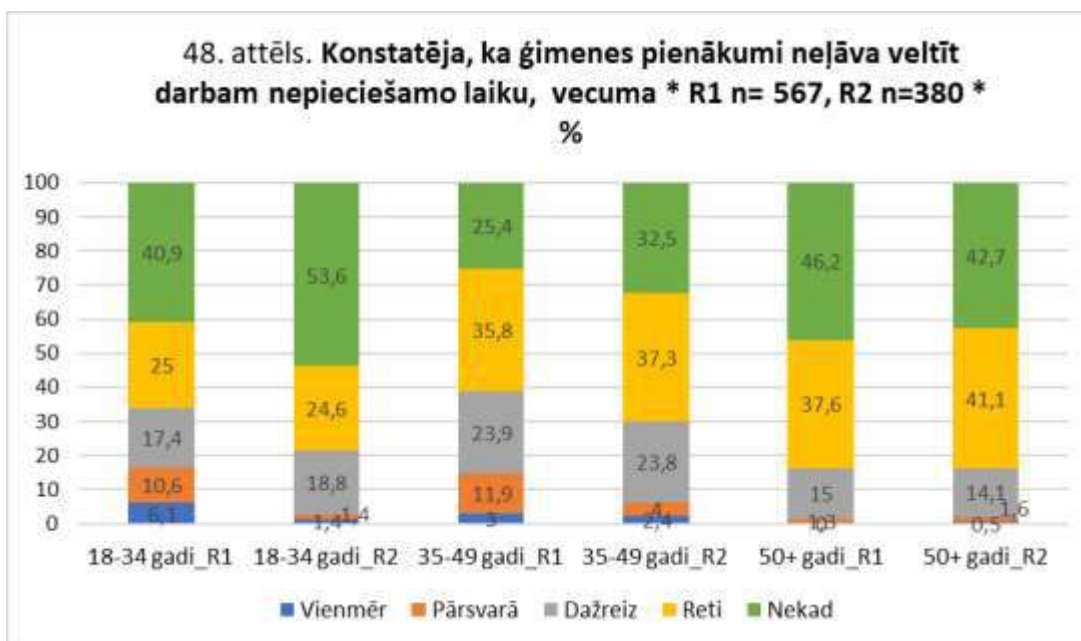
Analizējot Latvijas situāciju dažādos griezumus, varam secināt, ka iegūstam apstiprinājumu jau iepriekšējos jautājumos secinātajam. Respondentiem, kuriem nav bērnu līdz 18 gadu vecumam (skat. 47.att.), attiecīgi arī ģimenes pienākumi daudz mazākā mērā ietekmē spēju veltīt darbam nepieciešamo laiku. R1 aptaujā tie ir pat 50,0% un R2 aptaujā 47,3%, salīdzinoši tie respondenti, kuriem ir bērni, R1 aptaujā tikai 21,0% gadījumu ir norādījuši, ka “nekad” nav bijusi situācija, ka ģimenes pienākumi neļauj veltīt darbam nepieciešamo laiku un R2 aptaujā attiecīgi 30,5%. Būtiskāka atšķirība ir vērojama, ja salīdzina atbildes “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz”, kur respondenti, kuriem



ir bērni līdz 18 gadu vecumam, R1 aptaujā par 33,4% un R2 aptaujā par 25,0% vairāk norādīja, ka ģimenes pienākumi neļauj veltīt darbam nepieciešamo laiku.

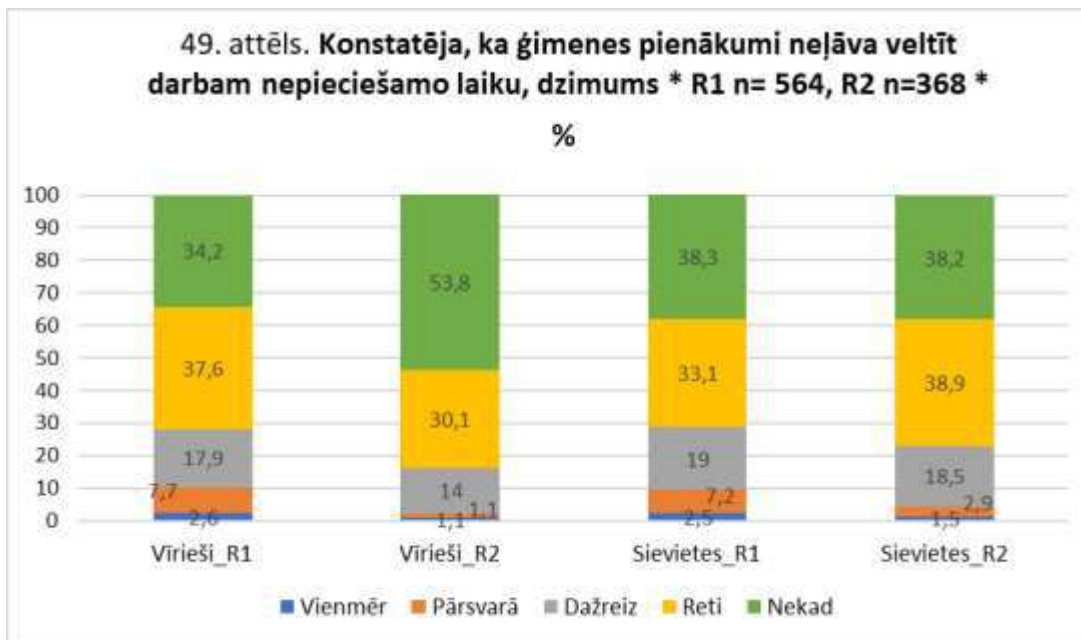


Analizējot pēc vecuma posmiem (skat. 48.att.), var secināt, ka tieši respondenti vecuma grupā 35-49 gadi gan R1, gan R2 aptaujā ģimenes pienākumus norādīja kā apstākli, kas neļauj veltīt darbam nepieciešamo laiku, t.i., R1 - 74,6% un R2 - 67,5%. Iegūtie rezultāti šajā jautājumā, apliecina, arī iepriekšējo jautājumos sniegtās atbildes. Vismazāk ģimenes pienākumi veltīt darbam nepieciešamo laiku, ietekmē respondentus vecākus par 50 gadiem - 16,2% abās aptaujās.



Analizējot rezultātus pa dzimumiem (skat. 49.att.), var secināt, ka kopumā īpašas atšķirības dzimumu griezumā nav vērojamas, līdz ar to nevar izteikt viennozīmīgus secinājumus, jo gan vīrieši R1 aptaujā, gan sievietes R1 un R2 aptaujās sniedza līdzvērtīgas atbildes. Tikai R2 aptaujā vīriešu sniegtajās

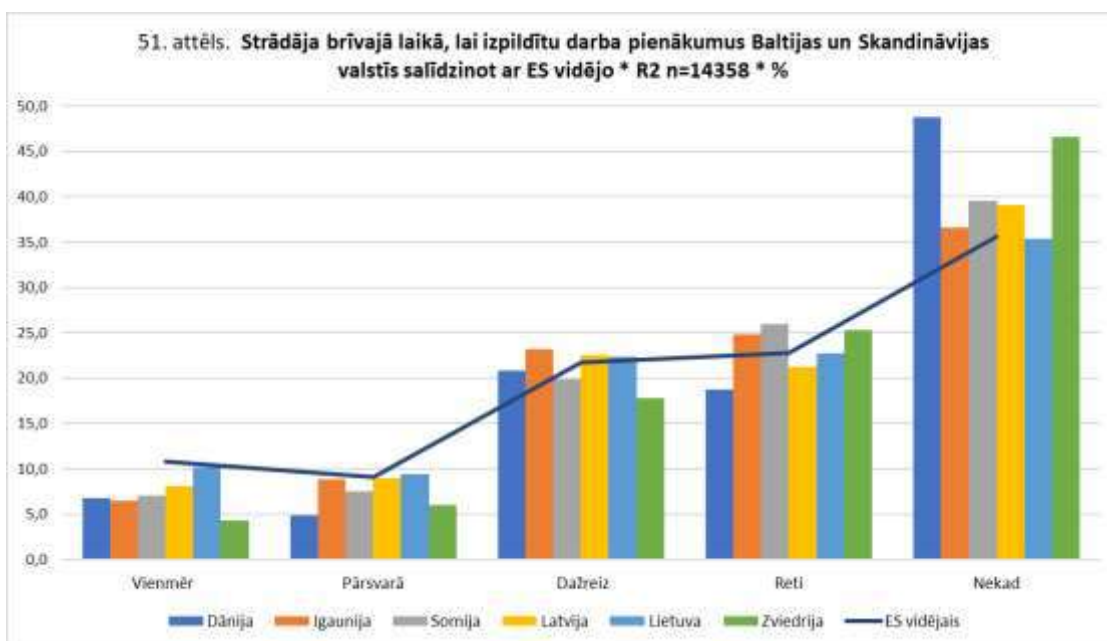
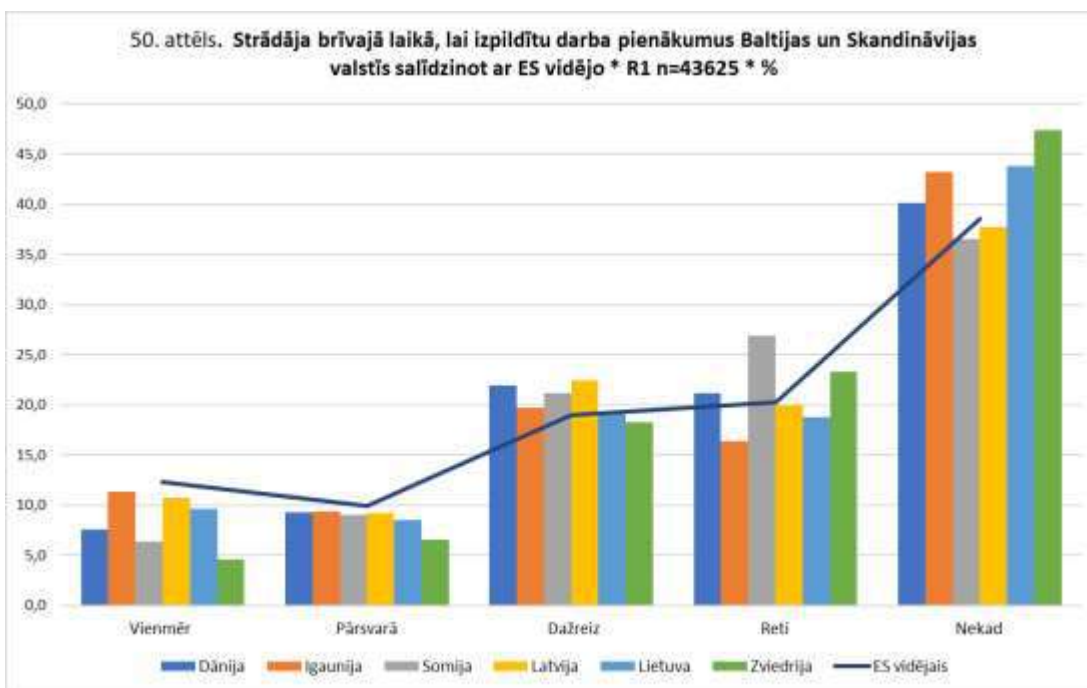
atbildēs ir vērojama būtiska atšķirība, jo 16,2% vīriešu norādīja, ka “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz” ģimenes pienākumi neļauj veltīt darbam nepieciešamo laiku, salīdzinoši R1 aptaujā tie bija 28,2%.



Analizējot respondentu atbildes, ka ir konstatēts, ka ģimenes pienākumi neļauj veltīt darbam nepieciešamo laiku, visvairāk tas ietekmē ģimenes, kurās ir bērni līdz 18 gadu vecumam, bet vismazāk respondentus vecākus par 50 gadiem. Šī jautājuma izpēte dzimuma griezumā, neļauj izteikt viennozīmīgus secinājumus.

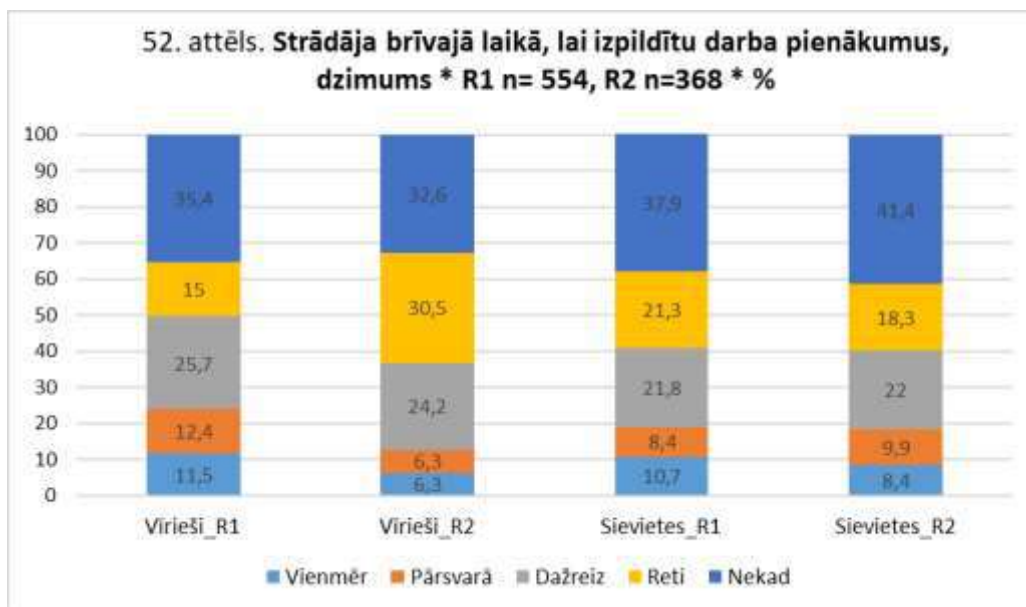
### **7) Strādāja brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus**

Viens no būtiskākajiem jautājumiem, kurš tiešā veidā norāda uz darba un privātās dzīves līdzsvara ievērošanu ir nepieciešamība strādāt brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus. ES vidējais rādītājs R1 aptaujā atbildei “nekad” ir 38,5% (skat. 50.att.), bet R2 aptaujā ir 35,6% (skat. 51.att.). R1 aptaujā krietni virs ES vidējā ir Zviedrija - 47,4% (R2 - 46,6%), Lietuva - 43,8% (R2 -35,4%), Igaunija - 43,2% (R2- 36,7%), un Dānija - 40,1% (R2-48,8%), bet Latvijā 3,7% (R2-39,1%) un Somijā 36,6% (R2- 39,6%) šie rādītāji ir ievērojami zemāki nekā ES vidēji.

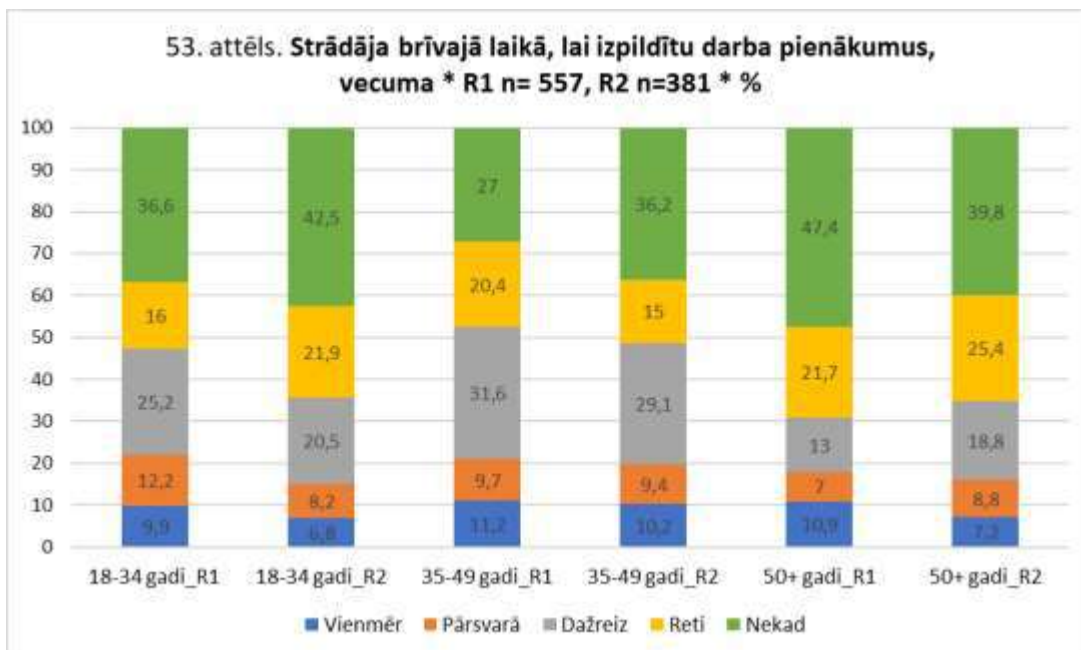


Analizējot pa dzimumiem (skat. 52.att.), ir redzams, ka R1 un R2 aptaujā, vērtējot sieviešu sniegtās atbildes, nav vērojamas būtiskas atšķirības, kas liecina, ka aptuveni 40,0% respondentu sieviešu arī brīvajā laikā “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz” pilda darba pienākumus. Salīdzinoši R1 aptaujā brīvajā laikā 49,6% respondentu vīriešu “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz” pilda darba pienākumus, bet R2 aptaujā tie ir tikai 36,8%. Būtiskākās atšķirības starp dzimumu sniegtajām atbildēm ir vērojamas atbildēs “reti” un “nekad”. R2 aptaujā par 15,5% ir pieaudzis respondentu vīriešu skaits, kuri “reti” strādā brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus, bet ir samazinājies par 2,4% respondentu skaits, kuri sniedza atbildi “nekad”. Analizējot sieviešu sniegtās atbildes, situācija ir pretēja – par 3,5%

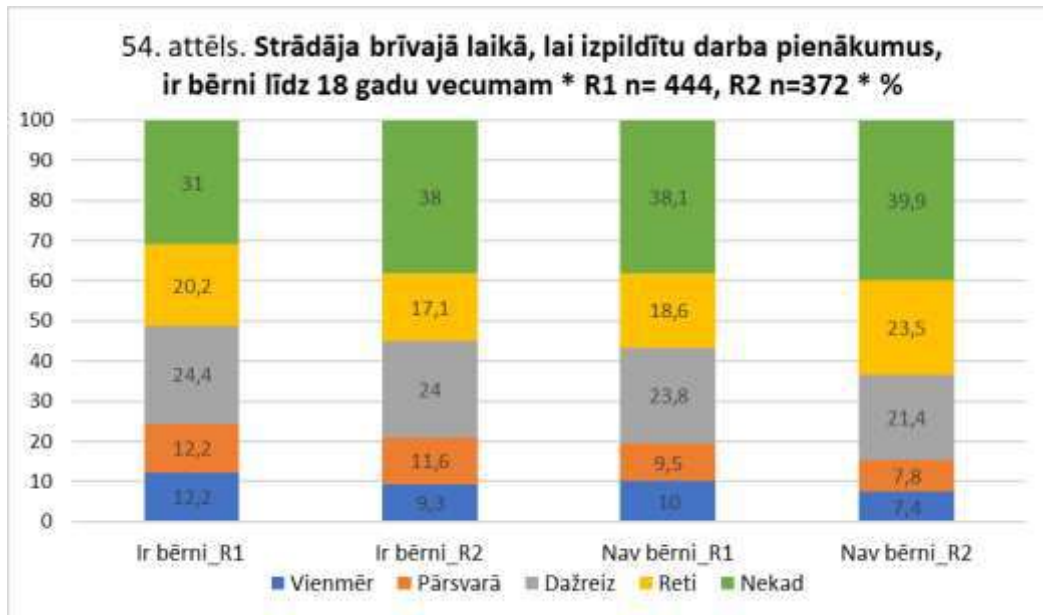
pieauga to respondentu skaits, kuri “nekad” nestrādā brīvajā laikā, bet par 3% samazinājās to respondentu skaits, kuri “reti” strādā brīvajā laikā.



Vērtējot pēc vecuma grupām, ir vērojamas atšķirības starp R1 un R2 aptaujas rezultātiem. Atbildi “nekad” R1 aptaujā visvairāk ir norādījuši respondenti vecāki par 50 gadiem - 47,4%, kas ir par 10,8% vairāk nekā vecuma grupā 18-34 gadi un par 20,4% vairāk nekā vecuma grupā 35-49 gadi. R2 aptaujā vecuma grupās 18-34 gadi par 5,9% un vecuma grupā 35-49 gadi par 9,2% pieauga respondentu skaits, kuri “nekad” nestrādā brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus. Atbildes “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz” R1 aptaujā vismazāk norādīja respondenti vecāki par 50 gadiem - 30,9%. R2 aptaujā vismazāk arī norādīja šajā pašā vecuma grupā 34,8%, bet salīdzinoši nedaudz vairāk - respondenti vecuma grupā 18-34 gadi - 35,7% (skat. 53.att.).



Kopumā uz atbildēm “vienmēr”, “pārsvārā” un “dažreiz” R1 aptaujā norādīja 48,8% respondentu, kuriem ir bērni līdz 18 gadiem, un 43,3% respondentu, kuriem bērnu līdz 18 gadu vecumam nav. R2 aptaujā par 7,0% pieauga to respondentu skaits, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam, kuri “nekad” nestrādā brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus. Bet tie respondenti, kuriem nav bērnu līdz 18 gadu vecumam, atbildi “nekad” atzīmēja par 1,8% vairāk, bet atbildi “reti” par 4,9% vairāk (skat. 54.att.).



Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par strādāšanu brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus, vērtējot respondentu atbildes pa dzimumiem, nevar sniegt viennozīmīgu atbildi, jo rezultāti ir atšķirīgi starp R1 un R2 aptaujām. Respondenti vecāki par 50 gadiem vismazāk strādā brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus. Viennozīmīgi nevar atbildēt uz šo jautājumu, vērtējot pēc bērnu līdz 18 gadu vecumam esamības ģimenē.

## Kopsavilkums

### Teorētiski zinātniskās literatūras un iepriekš veikto pētījumu apskats

Līdzšinējos pētījumos nereti attiecībā uz darba un privātās dzīves līdzsvara jēdzienu tiek pētīts tieši līdzsvars starp ģimenes un profesionālo dzīvi (Ramakrishnan, 2020). Paplašinot izpratni par to, kuras dzīves jomas ir jāapvieno un jāsaskaņo, plaši tiek izmantoti jēdzieni “darba un dzīves līdzsvarošana” (*work-life balance*) vai arī “darba un personīgās dzīves saskaņošana” (*work-personal life reconciliation*), tādējādi veidojot darba un ārpusdarba dzīves sadalījumu, un uzsverot, ka jāsaskaņo nav tikai darbs un ģimenes dzīve, bet arī reliģiskās aktivitātes, iesaiste kopienas dzīvē, izglītošanās un citas aktivitātes (Korpa, 2012).

Pašreizējā darba un privātās dzīves līdzsvara koncepcija ir plašāka, kur līdzsvars tiek “meklēts” starp darba laiku un ārpus darba pavadīto laiku. Tas sastāv no sevis, laika, stresa, pārmaiņu, tehnoloģiju un atpūtas pārvaldīšanas. Viens no risinājumiem ir elastīgs darba laiks un darbs mājās, lai mazinātu stresu un nodrošinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru (Ramakrishnan, 2020a, 2020b).

Darba un privātās dzīves līdzsvaru var skatīt daudz plašāk, ņemot vērā tā pozitīvo ietekmi uz sabiedrības un ekonomikas ilgtspēju. Darba un privātās dzīves līdzsvara uzlabošana ir saistīta ar augstāka līmeņa mērķiem, tostarp: palielināt nodarbinātību darba tirgū, nodrošināt vienlīdzīgas iespējas dažādiem dzimumiem, demogrāfisko problēmu risināšana (Parent-Thirion, 2016).

Attālinātais darbs COVID-19 pandēmijas laikā bija sarežģītāks nekā attālinātais darbs normālos apstākļos, jo tas bija obligāts, nevis brīvprātīgs, nereti pilnas slodzes darbs, nevis nepilna laika vai gadījuma rakstura darbs. Tāpat atsevišķu pētījumu ietvaros veiktās aptaujas uzrāda, ka ir arī pozitīva pieredze, strādājot attālināti no mājām (Cartmill, 2020). Atbalstāma pieeja, kas sekmētu nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, ir organizēt un vērtēt attālināto darbu pēc rezultātiem, nevis koncentrēties uz stundu skaitu vai konkrētajiem darba laika grafikiem. Nosakot skaidri definētas prasības attiecībā uz konkrētajiem sasniedzamajiem rezultātiem, darbinieki ir labāk sagatavoti, lai pārvaldītu savu laiku un veicamos uzdevumus, tādējādi efektīvi līdzsvarotu savus darba pienākumus ar personīgo dzīvi, t.sk., ģimenes pienākumiem.

Saskaņā ar OECD datiem Latvijā pilnas slodzes darbinieki vidēji 58% no diennakts laika jeb 13,8 stundas velta personīgai aprūpei jeb pamatvajadzībām (ēšanai, gulēšanai utt.) un atpūtai (socializēšanās ar draugiem un ģimeni, vaļaspriekiem, spēlēm, datora un televīzijas lietošanai utt.), kas ir mazāk, salīdzinot ar OECD vidējo rādītāju - 15 stundām, un tas ir 6. zemākais rādītājs OECD valstu vidū (OECD, 2020).

Analizējot Eurofound datus par darba nedēļas garumu dzimumu griezumā, var secināt, ka Latvijā vīrieši vidēji strādā 40,1 stundas nedēļā, savukārt sievietes - 37,3 stundas nedēļā. Kopumā statistiskā informācija liecina, ka darba nedēļas garums gan sievietēm, gan vīriešiem ir ilgāks tieši Austrumeiropas valstīs (Eurofound, 2017).

Jaunākie pētījumi liecina, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā neapmaksāto aprūpes darbu apjoms mājsaimniecībās (ikdienas sadzīves nodrošināšana, t.sk., ēdiena gatavošana, bērnu audzināšana u.c.) būtiski palielinājies tieši sievietēm (Power, 2020).

Pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas veiktie Eurofound pētījumi liecina par apmaksāta un neapmaksāta darba nevienlīdzīgu sadalījumu starp vīriešiem un sievietēm Eiropas valstīs, tai skaitā arī Latvijā. Īpaši tas attiecas uz ģimenēm ar bērniem pirmskolas vecumā. Tika secināts, ka ilgam darba laikam ir negatīva ietekme uz darba un privātās dzīves līdzsvaru, un gan vīrieši, gan sievietes norāda, ka ilgas darba stundas samazina viņu iespējas apvienot darbu un ģimenes pienākumus (Eurofound, 2017).

Eurofound dati liecina, ka jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas Latvijā sievietes vidēji par 9 stundām nedēļā ilgāk nekā vīrieši veica neapmaksātos pienākumus mājsaimniecībās – attiecīgi sievietes to darīja 22 stundas un vīrieši 13 stundas. Savukārt apmaksātā darba laika atšķirība sastādīja tikai 4 stundas, t.i., vidēji 37 stundas nedēļā apmaksātajā darbā bija nodarbinātas sievietes un 41 stundu - vīrieši. Tas nozīmē, ka sievietes vidēji par 5 stundām nedēļā vairāk veica apmaksātos darba un neapmaksātos mājas pienākumus, salīdzinot ar vīriešiem (Eurofound, 2018).

2018.gadā pētījumu kompānijas Kantar veiktajā “Flash Eurobarometer 47” aptaujā piedalījās 1000 Latvijas iedzīvotāji vecumā no 15 gadiem. Aptaujas rezultāti atklāj, ka vairākums jeb 73% Latvijas strādājošo (pašnodarbinātie, algoti darbinieki un fiziska darba veicēji) kopumā bija apmierināti ar savu darba un privātās dzīves līdzsvaru, tomēr vidējais kopējais apmierinātības līmenis Eiropas Savienības (ES) strādājošo vidū bija būtiski augstāks – 79% (Kantar, 2018).

Savukārt, šīs aģentūras 2020. gada augustā veiktā pētījuma rezultāti rāda, ka COVID-19 ierobežojumu laikā pavasarī strādājošajiem Latvijā salīdzinoši grūtāk bija salāgot darba un privāto dzīvi, kā arī rūpes par ģimeni. Uz to biežāk norādīja sievietes, strādājošie ar zemiem ģimenes vidējiem ienākumiem (līdz 300 EUR mēnesī) un tie, kuriem ģimenē ir bērni (it īpaši, ja vairāk nekā četri) (Kantar, 2020).

Ir jāatzīmē arī virkne attālinātā darba negatīvo iezīmju, kas potenciāli var ietekmēt darba un privātās dzīves līdzsvaru, kā arī nodarbināto psihoemocionālo stāvokli, un attiecīgi arī darba efektivitāti. Attālinātā darba laikā darbiniekiem ir grūtāk ievērot ES direktīvās (Direktīva 2003/88/EK..., 2003; Direktīva (ES) 2019/1152..., 2019; Direktīva (ES) 2019/1158..., 2019) un valsts normatīvajā regulējumā noteiktos termiņus, kas saistīti ar atpūtu un maksimālo nedēļas darba laiku, īpaši saistībā ar neapmaksātu virsstundu darbu. Eurofound pētījumi liecina, ka, kaut arī attālinātā un elastīgā darba izmantošana ļauj darbiniekiem labāk līdzsvarot darba laiku un brīvo laiku, tas var arī negatīvi ietekmēt darba un privātās dzīves līdzsvaru, jo teledarba vai elastīgā darba veicēji biežāk strādā garākas stundas un virsstundas, viņiem ir īsāki atpūtas periodi un ir neregulārāki grafiki (izņemot nakts darbu) (Eurofound, 2017; Eurofound, 2019).

“ERDA Group” 2020.gada vasarā veiktajā pētījumā par attālināto darbu, piedaloties vairāk nekā 100 dažādu nozaru Latvijas un Baltijas uzņēmumu pārstāvjiem, tika secināts, ka vairāk kā 60% uzņēmumu pārstāvju viennozīmīgi atzina, ka darbiniekiem ir kļuvis daudz grūtāk nošķirt darba un privātās dzīves jomas. Katrs ceturtais atzīst, ka darbiniekiem konstatētas mentāla rakstura veselības problēmas, ko

radījies attālināts darbs un sociālā izolētība. 61% aptaujāto norādījuši, ka, strādājot attālināti, darbinieki saskaras ar grūtībām uzturēt darba un privātās dzīves līdzsvaru (Apollo, 2020).

Lai veicinātu nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, darba devējiem ir jāpielieto tādas darba laika formas, kas novērš negatīvu ietekmi uz darbinieku veselību un labjūtību, ģimenei draudzīgu iniciatīvu iekļaušanu uzņēmumu personāla politikā, slēdzot koplīgumus nozaru vai uzņēmuma līmenī. Latvijā līdz šim tiek pasīvi izmantotas elastīgā darba laika formas, kuras varētu pielietot ilgtermiņā, un, kuras neatstātu negatīvu ietekmi uz nākotnes pensijas ienākumiem, kā arī uz karjeras iespējām, īpaši sievietēm. Balstoties uz citu valstu labās prakses piemēriem un COVID-19 pandēmijas laikā iegūto pieredzi, elastīgu darba laika formu piemērošana būtu veicināma un popularizējama darba devējiem. Viens no risinājumiem, kas varētu sekmēt situācijas uzlabošanos Latvijā, varētu būt “darba laika banku sistēmas” integrēšana darba laika uzskaites normatīvajā regulējumā. Šāda prakse veiksmīgi tiek pielietota Somijā, Vācijā, Lielbritānijā u.c. Ziemeļeiropas un Rietumeiropas valstīs, sniedzot darbiniekiem iespēju elastīgi plānot laiku darbam un ģimenei (ILO, 2004; Lehti Tek, 2020).

Darba un privātās dzīves līdzsvarošanas grūtības nevar atrisināt tikai ar darba laika politikas pasākumiem un/vai apmaksājamu un elastīgu ar ģimeni saistītu atvaļinājumu sistēmu. Paralēli ir jādomā arī par kvalitatīvu, pieejamu, ģimenes atbalstošu aprūpes infrastruktūru (t.i., bērnu aprūpe, vecāka gadagājuma cilvēku aprūpe, cilvēku ar speciālajām vajadzībām aprūpe un citi sabiedriskie pakalpojumi). Īpaši tas kļūst aktuāli, ņemot vērā pašreizējo pensionēšanās vecuma atlikšanu un paredzamā dzīves ilguma pieaugumu, kas nozīmē, ka nākotnē kļūs aktuāli nodrošināt līdzsvaru starp darbu un ģimenes locekļu ilgtermiņa aprūpi. Tāpēc ir svarīgi veicināt pieejamās, augstas kvalitātes bērnu, slimnieku, personu ar invaliditāti, vecāka gadagājuma cilvēku un citu apgādājamo cilvēku aprūpes pakalpojumu attīstību, īpaši dzīvesvietā, ņemot vērā sociālo pakalpojumu politikas attīstības prioritātes un principus (deinstitutionalizācija un pakalpojuma sniegšana primāri personas dzīves vietā vai tuvu tai), lai pēc iespējas vairāk nodarbināto cilvēku varētu apvienot profesionālo darbību ar ģimeni un privāto dzīvi.

### **ES un LR normatīvo aktu apskats**

Skandināvijas valstis jau kādu laiku ir pievērsušās darba un privātās dzīves līdzsvara elastīgumam, galvenokārt izmantojot koplīgumus nozaru un/vai uzņēmuma līmenī. Valstis Eiropas dienvidos un rietumos (Beļģija, Francija, Itālija un Spānija) nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru veicina, slēdzot koplīgumus nozaru vai uzņēmumu līmenī, kas ietver arī tiesības atvienoties no digitālajām ierīcēm. Centrāleiropas valstīs (piemēram, Vācijā) šo jautājumu galvenokārt regulē nozaru līmenī, Austrumeiropas valstis paļaujas uz tiesību aktiem. Kopumā var secināt, ka Eiropā pastāv normatīvo aktu atšķirība attiecībā uz attālinātā darba izmantošanu un darba ņēmēju aizsardzību pret tā negatīvajām sekām (Eurofound, 2020). Esošie Eiropas līmeņa dažādi dokumenti palīdz regulēt darba apstākļus attālinātā darba gadījumā, piemēram, Darba laika direktīva nosaka maksimālos darba laika ierobežojumus un pieprasa noteiktus atpūtas periodus. Darba un privātās dzīves līdzsvara direktīva ir paredzēta, lai nodrošinātu tiesības īpašām vecāku un aprūpētāju grupām pieprasīt attālinātu darbu. Tomēr, izmantojot attālināto darbu, ir sarežģīti īstenot tos noteikumus, kas saistīti ar darba laiku, atpūtas periodiem un darba laika uzskaiti. Arī Latvijā Darba likums paredz noteiktus ierobežojumus un



akcentē darba laika uzskaites nozīmi. Darba laika uzskaitē ir cieši saistīta arī ar tiesībām atvienoties no digitālajām ierīcēm, kas arī ir diskusiju objekts un prasa zināmu tiesisku regulējumu (Direktīva 2003/88/EK..., 2003; Direktīva (ES) 2019/1158..., 2019; Saeima, 2002).

Attiecībā uz elastīgā darba laika režīma izmantošanas iespējām Latvijā ir jāatzīmē, ka LR Darba likumā nav atrunāta elastīgā darba režīma kārtība. Elastīgā darba laika ieviešana ir iespējama, izmantojot summētā darba laika uzskaites sistēmu, aprakstot šo procedūru uzņēmuma iekšējās darba kārtības noteikumos, un ievērojot, lai darba līgumā paredzētie nosacījumi nebūtu pretrunā šiem dokumentam (Saeima, 2002; iFinances, 2018).

Attiecībā uz attālināto darbu Latvijā, kopš 2020. gada 01. jūlija tika veikti grozījumi "Darba aizsardzības likumā", papildinot 1. pantu ar jēdzienu "attālinātais darbs" (Saeima, 2020b). Savukārt LR Darba likumā šī darba forma joprojām nav atrunāta (ir sagatavots likumprojekts "Par grozījumiem Darba likumā", kas joprojām nav akceptēts) (LR Labklājības ministrija, 2020). Darba likuma 53.pants nosaka, ka darbiniekam ir pienākums veikt darbu uzņēmumā, ja darbinieks un darba devējs nav vienojušies citādi. Tas nozīmē, ka attālinātais darbs ir iespējams, pusēm vienojoties. Šajā gadījumā darba devējam ir jāapzinās un jānovērš ar darba drošību saistītie riski, kā arī ir jāatrunā visi jautājumi par darbinieka izdevumu segšanu, kas radušies, veicot darba pienākumus attālināti (Saeima, 2002).

### **DAS fokusgrupu diskusijas rezultāti**

Pētījuma ietvaros organizēto darba aizsardzības speciālistu diskusiju laikā tika norādīts, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laiks būtiski ietekmēja nodarbināto darba un privātās dzīves līdzsvaru, īpaši tiem nodarbinātajiem, kuriem ir bērni pirmsskolas vecumā. Strādājot attālināti, darbinieki mēdza neievērot darba grafiku, jo bija sarežģīti nodalīt darba stundas no sava brīvā laika.

### **Darba devēju fokusgrupu diskusijas rezultāti**

Pētījuma ietvaros organizēto darba devēju fokusgrupu diskusijas rezultāti apliecina, ka Latvijā darba devēji apzinās to, ka ģimenēm ar bērniem ir svarīga iespēja izmantot elastīgo darba laiku. Diskusijās izteiktie viedokļi apliecina, ka darba devēji bija pretimnākoši tieši šai darbinieku kategorijai COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā. Ir jāatzīmē, ka darba devēji saprot riskus, kas ir saistīti ar attālināto darbu, īpaši gadījumos, kad darba pienākumi ir jāapvieno ar rūpēm par ģimeni. Šajos apstākļos liela nozīme ir arī darbinieku psiho emocionālajam stāvoklim, kas mēdz pasliktināties, mēģinot sabalansēt darbu un privāto dzīvi COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas apstākļos.

### **Nodarbināto respondentu aptauja**

Analizējot nodarbināto aptaujas rezultātus par to, cik darba stundas dienā viņi tika nodarbināti pirms COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas, var secināt, ka 46,8% tika nodarbināti 8-10 stundas dienā, 39,8% - 6-8 stundas dienā, 7,7% - vairāk kā 10 stundas dienā, savukārt 3,9% strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Salīdzinot šos datus ar darba stundu skaitu dienā, ko strādāja respondenti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka lielākai daļai respondentu darba stundu apjoms dienā nemainījās. Daļa respondentu norādīja, ka bija ievērojamas nobīdes darba laikā, t.i., COVID-19

izraisītās ārkārtējās situācijas ietekmē respondentu darba stundu apjoms dienā samazinājās, tādējādi palielinoties nepilna laika nodarbināto īpatsvaram ekonomikā kopumā, savukārt daļai respondentu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā darba stundu skaits dienā palielinājās - vai nu sakarā ar apmaksāto vīrsstundu skaita pieaugumu, vai arī, strādājot attālināti, viņi bija spiesti pielāgoties jaunajiem darba apstākļiem, savienojot darba pienākumus ar mājsaimniecības pienākumiem, līdz ar to tas varēja ietekmēt savlaicīgu darba pienākumu izpildi.

Tendence liecina, ka COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā gados jaunie vīrieši (18-24 gadu vecuma grupā) visvairāk tika nodarbināti 8-10 vai vairāk kā 10 darba stundas dienā, un vīrieši 63+ vecuma grupā vairumā gadījumu tika nodarbināti mazāk par 6 stundām dienā. 6 līdz 8 vai 8 līdz 10 darba stundas dienā pārsvarā tika nodarbinātas sievietes vecumā no 55 līdz 63 gadiem, mazāk par 6 stundas dienā pārsvarā strādāja gados jaunas sievietes no 18 līdz 24 gadiem, un vairāk kā 10 darba stundas dienā lielākoties tika nodarbinātas sievietes no 45 līdz 54 gadiem.

Vislielākais nodarbināto īpatsvara samazinājums, kas līdz COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja normālo darba laiku (t.i. 6-8 vai 8-10 stundas dienā), ir novērojams izglītības nozarē - par 23,0% punktiem. Lielākoties laika nobīde izveidojās tāpēc, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ievērojamā daļa, t.i. 16,6% izglītības nozarē nodarbināto sāka strādāt vairāk kā 10 stundas dienā, un tikai 4,3% - mazāk par 6 stundām dienā.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par darba stundu skaitu dienā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka tie respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā pārsvarā bija sievietes 18-24 vecuma grupā, kurām mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir seši un vairāk, kas dzīvo Latgales vai Zemgales reģionā un ir nodarbinātas kā nekvalificēti darbinieki. Respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 un 8-10 stundas dienā pārsvarā ir sievietes 55-63 un 63+ vecuma grupās, kuras dzīvo vienas vai divatā (ar partneri, pieaugušo bērnu, vecāku u.c.), no Pierīgas vai Latgales reģioniem, un ir nodarbinātas kā nekvalificēti darbinieki vai kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieces. Savukārt tie respondenti, kas COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā, pārsvarā ir abu dzimumu nodarbinātie 45-54 gadu vecumā, dzīvojošie Rīgā vai Kurzemē, kas ir augstākā līmeņa vadītāji vai augstākā līmeņa speciālisti izglītības nozarē, un kam mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir pieci. Ir jāatzīmē, ka būtiskas atšķirības darba stundu sadalē COVID-19 izraisītās ārkārtējās situācijas laikā atkarībā no tā, vai mājsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v. netika novērotas.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par to, vai izsludinātās ārkārtējās situācijas laikā viņi ir saskārušies ar neprognozējamām izmaiņām darba grafikā, ir secināts, ka neprognozējamās izmaiņas nodarbināto darba grafikos nav atkarīgas no tā, vai nodarbināto mājsaimniecībās ir/nav bērni līdz 18 g. v., vai no cilvēku skaita, kas dzīvo nodarbināto mājsaimniecībās. Toties analizējot datus dzimumu griezumā, ir redzams, ka šis rādītājs atšķiras 3,5 reizes, t.i., 27,1% sieviešu un tikai 7,6% vīriešu norādīja, ka viņu darba grafikā tika veiktas neprognozējamās izmaiņas saistībā ar COVID-19 ārkārtējo situāciju. Attiecībā uz tiem nodarbinātājiem, kam tika veiktas neprognozējamās izmaiņas darba grafikā izsludinātās ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā tās bija gados jaunas (t.i. 18-24, 25-34 gadi) sievietes,

kas dzīvo Rīgā vai Latgales reģionā un strādā izglītības vai veselības un sociālās aprūpes nozarēs kā augstākā līmeņa speciālisti. Savukārt, tie respondenti, kuriem netika veiktas neprognozējamas izmaiņas darba grafikā, pārsvarā ir vīrieši vecumā 45-54 gadi vai 63+, kas dzīvo Kurzemes reģionā, un ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par to, vai uzņēmumā, kur viņi strādāja COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija iespējams ieviest nodarbināto darba laika izmaiņas (piemēram, elastīgs darba laika sākums, beigas, pusdienu pārtraukums), ir secināts, ka tie respondenti, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešamas un tika nodrošinātas darba laika izmaiņas visos gadījumos pārsvarā bija sievietes, kurām māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., 35-44 vai 63+ vecuma grupā, kas dzīvo Rīgas vai Pierīgas reģionā un ir nodarbinātas valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē vai izglītības nozarē kā iestādes, uzņēmuma augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai 10 un vairāk stundas dienā. Savukārt, tie respondenti, kas norādīja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nebija nepieciešamas un līdz ar to arī netika nodrošinātas darba laika izmaiņas, pārsvarā ir vīrieši vecuma grupās 18-24 un 45-54 gadi, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojošie Latgalē vai Kurzemē un ir nodarbināti kā nekvalificēti, kvalificēti strādnieki, pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā. Ir jāatzīmē, ka nepastāv būtisku atšķirību starp respondentu atbildēm, ka darba laika izmaiņas bija nepieciešamas un tās tika nodrošinātas, atkarībā no dzīvojošo cilvēku skaita respondentu māsaimniecībās.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par to, vai viņu darba vietā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā tika ņemta vērā nepieciešamība paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni (piemēram, bērnu audzināšanu, izglītošanu), var secināt, ka tie nodarbinātie, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un šī iespēja viņu darba vietā tika nodrošināta visos gadījumos, pārsvarā ir abu dzimumu pārstāvji (gan sievietes, gan vīrieši), vecumā no 35 līdz 44 gadiem vai vecāki par 63 gadiem, kuriem māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un dzīvo pieci un vairāk cilvēku, dzīvojošie Zemgales vai Pierīgas reģionā un ir nodarbināti kā augstākā līmeņa vadītāji valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas vai izglītības nozarēs, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai 6-8 stundas dienā. Ir jāatzīmē, ka 11,5% sieviešu bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni, bet darba vieta viņām šo iespēju nenodrošināja, un šis rādītājs 2,5 reizes pārsniedz vīriešu 4,1% īpatsvaru šajā atbilžu kategorijā. Savukārt, tie nodarbinātie, kam nebija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni un šī iespēja attiecīgi viņiem netika nodrošināta viņu darba vietā, pārsvarā ir vīrieši vecumā no 18 līdz 24 gadiem vai no 45 līdz 54 gadiem, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v. un māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir viens vai divi, dzīvojošie Latgalē vai Kurzemē, un ir nodarbināti kā nekvalificēti strādnieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā vai vairāk kā 10 stundas dienā. Tas fakts, ka uzņēmumā darbojas arodbiedrība vai ir noslēgts koplīgums, nesekmēja to, ka respondentiem tika nodrošināta iespēja vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni: aptaujā iegūtie dati par abu veidu uzņēmumiem būtiski neatšķiras.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par to, vai viņi izjuta trauksmi (nemieru), kas bija saistīta ar jauno darba un dzīves vidi, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, tika secināts, ka

sievietes divreiz vairāk kā vīrieši izjuta trauksmi (nemieru). Kopumā trauksmi (nemieru) visvairāk izjuta gados jaunas vai vidējā vecuma (līdz 44 gadiem) sievietes, kurām māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., pie tam māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir četri un vairāk, dzīvojošas Rīgas vai Pierīgas reģionā un ir nodarbinātas kā vidējā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā attālināti strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, nejuta trauksmi (nemieru) pārsvarā ir vīrieši vecumā no 55 gadiem no Kurzemes vai Zemgales reģiona, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vieni vai divatā ar kādu (partneri, pieaugušo bērnu u.c.), un kas ir iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītāji vai pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā attālināti strādāja 6-8 stundas dienā.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu, vai strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, viņi izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē spēju veikt darba pienākumus, ir secināts, ka vairāk kā puse attālinātā darba veicēju ir norādījuši, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus. Ir redzama skaidra tendence, ka visbiežāk respondenti izjūt, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti līdz ar cilvēku skaita pieaugumu māsaimniecībā, maksimālo rādītāju sasniedzot pie māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaita - pieci, kā arī ja māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. Kopumā tika secināts, ka tie attālinātā darba veicēji, kas izjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, pārsvarā ir sievietes vecumā no 35 līdz 44 gadiem, kuru māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un māsaimniecības locekļu skaits ir pieci, dzīvojošas Vidzemes vai Latgales reģionā, ir nodarbinātas kā vidējā līmeņa vadītājas (nodaļas vadītājas) veselības un sociālās aprūpes nozarē, un, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas neizjuta, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus attālināti, pārsvarā ir vīrieši vecumā 18-24 gadi vai 63+ gadi, dzīvojošie vieni, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas strādā un dzīvo Kurzemes vai Zemgales reģionā, ir nodarbināti kā pakalpojumu un tirdzniecības amata grupas pārstāvji vai speciālisti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.

Apkopojot respondentu atbildes uz jautājumu par līdzsvaru starp darbu uz privāto dzīvi, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, tika secināts, ka trešdaļa attālinātā darba veicēju atzīmēja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā nemainījās, trešdaļa - norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos, turpretim gandrīz trešdaļa attālinātā darba veicēju atbildēja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi uzlabojās. Ir jāatzīmē, ka abu dzimumu pārstāvji uzrādīja vienādus rezultātus attiecībā uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanas, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Taču sievietes par 13,4% punktiem vairāk kā vīrieši norādīja uz līdzsvara pasliktināšanos, Savukārt vīrieši par 15,4% punktiem vairāk kā sievietes norādīja uz līdzsvara nemainīgumu. Likumsakarīgi, ka tie attālinātā darba veicēji, kam māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., par 15,6% punktiem vairāk atzīmēja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā pasliktinājās, sasniedzot rādītāju 39,7%, salīdzinot ar attālinātā darba veicējiem, kam māsaimniecībā bērnu līdz 18 g.v. nav.

Kopumā tika secināts, ka attālinātā darba veicēji, kas norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi uzlabošanas, pārsvarā ir abu dzimumu pārstāvji vecumu grupās 25-34 un 45-54 gadi, neatkarīgi no tā,

vai māsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v., kam māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir seši un vairāk, dzīvojošie Pierīgas vai Zemgales reģionā, ir nodarbināti kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki (pārdevēji, klientu apkalpošanas speciālisti, policisti, ugunsdzēsēji) un speciālisti, nodarbinātie valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē, un, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām dienā. Savukārt, tie attālinātā darba veicēji, kas norādīja uz līdzsvara starp darbu un privātās dzīves pasliktināšanos, pārsvarā ir sievietes vecumu grupās 18-24 vai 35-44 gadi, kurām māsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un māsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir vai nu trīs cilvēki, vai nu seši un vairāk, dzīvojošas Rīgas un Latgales reģionā, ir augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes, kas ir nodarbinātas izglītības un veselības un sociālās aprūpes nozarēs, un, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Tie attālinātā darba veicēji, kas norādīja, ka viņu līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās, pārsvarā ir vīrieši vecumā 63+, kam māsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojošie vieni, ir Kurzemes reģiona iedzīvotāji, ir nodarbināti kā iestāžu, uzņēmumu augstākā līmeņa vadītāji, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 stundas dienā.

Ir jāatzīmē, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā respondentiem, kas strādāja vidējā lieluma vai lielajos uzņēmumos, līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi mēdz gan uzlaboties, gan pasliktināties. Savukārt, mazo uzņēmumu darbinieki visbiežāk norādīja, ka līdzsvars starp darbu un privāto dzīvi nemainījās. Fakts, ka uzņēmumā darbojas arodbiedrība vai ir noslēgts darba koplīgums, būtiski nesekmēja nodarbināto līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā.

Aptaujā kopumā piedalījās 626 respondenti, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja attālināti. Attālinātā darba veicējiem, atbildot uz jautājumu par ieguvumiem/zaudējumiem, ko viņi izjuta, strādājot attālināti, bija iespējams izvēlēties vairākus atbilžu variantus. Kopumā tika saņemtas 3071 atbildes par ieguvumiem un 1267 atbildes par zaudējumiem, strādājot attālināti.

Kopumā 12 no aptaujā minētajiem ieguvumiem un 5 no aptaujā minētajiem zaudējumiem tika norādīti vairāk nekā 100 reizes.

Minētie ieguvumi un attālinātā darba veicēju īpatsvars, kas norādīja uz attiecīgo ieguvumu, ir sekojošs (dilstošā secībā): (1) ceļam atvēlētā laika ekonomija – 67,1%, (2) iespēja plānot savu dienas režīmu, sabalansējot darbu un privāto dzīvi – 56,5%, (3) transporta izmaksu (benzīns, stāvvietas, sabiedriskais transports) samazināšana – 52,6%, (4) līdzekļu ekonomija māsaimniecības budžetā (piemēram, izdevumi transportam, apģērbam, izklaidēm u.c.) – 48,7%, (5) līdzekļu ietaupījuma no pusdienām kafejnīcās – 45,2%, (6) iespēja veikt ikdienas māsaimniecības pienākumus (piemēram, ēdiena gatavošana, mājas uzkopšana u.c.) darba pārtraukumos – 44,6%, (7) jaunu datorprasmju apgūšana/pilnveidošana – 36,3%, (8) vairāk laika, ko veltīt ģimenei, t.sk., bērniem palīdzot mācībās – 25,7%, (9) iespēja apgūt jaunas zināšanas un pilnveidoties – 24,3%, (10) vairāk laika, ko veltīt hobiem un izklaidēm (piemēram, sportošana, pastaigas, TV, kino, galda spēles u.c.) – 19,0%, (11) bija vieglāk koncentrēties darbam – 18,7%, (12) samazinājās darba rutīna – 16,9%.

Minētie zaudējumi un attālinātā darba veicēju īpatsvars, kas norādīja uz attiecīgo zaudējumu, ir sekojošs (dilstošā secībā): (1) komunikācijas un socializācijas trūkums – 47,1%, (2) neregulēts darba

režīms, darba un privātās dzīves balansa izzušana – 35,8%, (3) izdevumu pieaugums mājsaimniecības budžetā (piemēram, pārtikai, sakaru pakalpojumiem, ārpakalpojumiem, izdevumi elektrībai, u.c.) – 24,4%, (4) komandējumu un darba braucienu ierobežojums – 21,9%, (5) pašdisciplīnas trūkums – 21,4%.

Analizējot attālinātā darba veicēju atbildes par ieguvumiem un zaudējumiem no attālinātā darba, var secināt, ka to respondentu īpatsvars, kas ir atzīmējuši attālinātā darba ieguvumus ir lielāks, salīdzinot ar respondentiem, kas, atbildot uz jautājumu, norādīja uz zaudējumiem attālinātā darba gadījumā. Attālinātā darba ieguvumus biežāk norādīja sievietes vecuma grupā 35-44 gadi, kuru mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., dzīvojošas Pierīgas reģionā, kuras ir nodarbinātas kā augstākā līmeņa speciālistes valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, par attālinātā darba zaudējumiem lielākoties ziņoja sievietes vecuma grupā 35-44 gadi, kuru mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v., dzīvojošas Pierīgas reģionā, kuras ir nodarbinātas kā augstākā līmeņa speciālistes izglītības nozarē, un, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 stundas dienā. Ir redzams, ka kopumā sabiedrības nodarbinātā daļa vairāk atzīmē ieguvumus, ko sniedz attālinātais darbs. Tas ir būtisks pamatojums tam, lai sekmētu attālinātā darba kā vienas no oficiāli izmantojamām darba formām ieviešanu Latvijas ekonomikā arī turpmāk.

Atbildot uz jautājumu par to, vai attālinātā darba veicējiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika/ pēc tam, kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi, kopumā 384 no 563 jeb 68,2% no attālinātā darba veicējiem ir norādījuši, ka viņiem ir šī iespēja ir svarīga. Tika secināts, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā par 5,8% punktiem pieaudzis to attālinātā darba veicēju īpatsvars, kas strādāja mazāk par 6 stundām dienā un, kuriem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika. Līdzīga tendence ir raksturīga attālinātā darba veicējiem, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vairāk kā 10 darba stundas dienā - to īpatsvars pieauga par 10,7% punktiem. Abos gadījumos pieaugums tika nodrošināts uz to attālinātā darba veicēju rēķina, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas strādāja vai nu 6-8, vai nu 8-10 stundas dienā, kur COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā ir novērots īpatsvara samazinājums, attiecīgi par 6,7% punktiem un 9,6% punktiem, sasniedzot rādītājus 35,2% un 40,9%. Tas liecina par to, ka tie respondenti, kas pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas laika strādāja 6-8 stundas, attālināti strādājot COVID-19 situācijas laikā bija spējīgi paveikt savu darbu ātrāk un līdz ar to strādāja mazāk par 6 stundām, kā arī tie respondenti, kas pirms COVID-19 strādāja 8-10 stundas dienā, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā sāka strādāt vēl ilgāk (vairāk kā 10 stundas dienā).

Apkopojot attālinātā darba veicēju atbildes uz jautājumu par to, vai viņiem ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika/ pēc tam, kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi, tika secināts, ka iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika (kad ir paveikti uzdotie darba uzdevumi) lielākoties ir svarīga gados jaunām sievietēm, neatkarīgi no tā, vai viņu mājsaimniecībā ir/nav bērni līdz 18 g.v., ar mājsaimniecībās dzīvojošo cilvēku skaitu divi vai četri, kas dzīvo Vidzemē, Zemgalē vai Pierīgas reģionā, strādā par vidējā līmeņa vadītājiem (nodaļas vadītājiem), augstākā līmeņa speciālistēm vai speciālistēm veselības un sociālās aprūpes nozarē, valsts pārvaldes

un aizsardzības; obligātās sociālās apdrošināšanas nozarē vai izglītības nozarē, un kuras COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām vai 8-10 stundas dienā.

Uz jautājumu par to, cik svarīgi respondentiem, izvēloties darbu, ir iespēja brīvi plānot savu darba laiku (piem., uzsākt darbu 7.00 un pabeigt 16.00 vai uzsākt 10.00 un pabeigt 19.00), varēja atbildēt visi respondenti, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti, vai nē. Iespēju brīvi plānot savu laiku kā ļoti svarīgu atzīmēja 43,8% aptaujāto respondentu un kā drīzāk svarīgu - 36,6%. Interesanti rezultāti tika iegūti, atsevišķi analizējot attālinātā darba veicēju un pārējo respondentu atbildes: 68,2% attālinātā darba veicēju, kas attālināti strādāja jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un 49,0% attālinātā darba veicēju, kas sāka strādāt attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas rezultātā, norādīja, ka viņiem ir ļoti svarīga iespēja brīvi plānot savu darba laiku. Ir jāatzīmē, ka uz šo iespēju kā ļoti svarīgu norādīja arī 51,1% respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo to neļāva darba devējs. Savukārt, 38,8% respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo strādāja tādu darbu, ko nevar veikt attālināti, un 38,2% respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo negribēja, iespēju brīvi plānot savu darba laiku atzīmēja kā drīzāk svarīgu.

Aptaujā tika secināts, ka kā ļoti svarīgu iespēju brīvi plānot savu darba laiku pārsvarā atzīmē sievietes, kas gan pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, gan ārkārtējās situācijas laikā strādāja attālināti, vecumā no 35 līdz 44 gadiem vai vecākas par 63 gadiem, neatkarīgi no tā, vai viņām ir/nav bērni, kas dzīvo vienas vai viņu mājsaimniecībā dzīvo trīs cilvēki, no Pierīgas reģiona, kas ir nodarbinātas kā iestādes, uzņēmuma augstākā līmeņa vadītājas vai augstākā līmeņa speciālistes izglītības, valsts pārvaldes un aizsardzības, obligātās sociālās apdrošināšanas vai veselības un sociālās aprūpes nozarēs, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām vai vairāk kā 10 stundas dienā. Kā drīzāk svarīgu šo iespēju lielākoties uzskata attālināti nestrādājošie vīrieši, neatkarīgi no tā, vai viņiem ir vai nav bērni, kas dzīvo divatā vai viņu mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir pieci, gados jauni no 18 līdz 34 gadiem, dzīvojošie Rīgas reģionā vai Vidzemē, strādājošie kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki vai speciālisti, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 8-10 stundas dienā.

Uz jautājumu par papildus pienākumu mājsaimniecībā rašanos COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā bija iespējams atbildēt visiem respondentiem, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti, vai nē. 62,5% respondentu atzīmēja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem neradās papildus pienākumi mājsaimniecībā, savukārt, 29,2% respondentu uz šo jautājumu atbildēja apstiprinoši.

Analizējot respondentu atbildes atkarībā no tā, vai viņi ir attālinātā darba veicēji vai nē, tika secināts, ka uz papildus pienākumu mājsaimniecībā rašanos COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā norādīja 32,6% attālinātā darba veicēju, kas attālināti strādāja jau pirms ārkārtējās situācijas un 31,7%, kas attālināti sāka strādāt ārkārtējās situācijas laikā, salīdzinot ar 23,8% to respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo strādāja tādu darbu, ko nevar veikt attālināti, 16,7% respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo negribēja un 33,3% respondentu, kam strādāt attālināti neļāva darba devējs.

Apkopojot respondentu atbildes par papildus pienākumiem mājsaimniecībā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka tie nodarbinātie, kas atzīmēja, ka viņiem COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā radās papildus pienākumi mājsaimniecībā pārsvarā ir sievietes 35-44 gadu vecumā, kurām

mājsaimniecībā dzīvo bērni līdz 18 g.v. un mājsaimniecības cilvēku skaits ir četri, pieci, seši un vairāk, kuras dzīvo Pierīgas vai Rīgas reģionā, ir iestādes, uzņēmuma augstākā vai vidējā līmeņa vadītājas, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 stundām, vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie nodarbinātie, kam COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā neradās papildus pienākumi mājsaimniecībā, lielākoties ir vīrieši no 55 līdz 63 vai 63+ gadu vecumā, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vieni vai divatā, strādā Latgales vai Vidzemes reģionā kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieki vai speciālisti, un kuri COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.

Uz jautājumu par to, kā mainījās nodarbināto slodze, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, bija iespējams atbildēt visiem respondentiem, neatkarīgi no tā, vai COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņi strādāja attālināti vai nē. Atbilžu sadalījums liecina, ka 43,8% respondentu slodze palielinājās, pie tam 17,6% no respondentiem atzīmēja, ka slodzes palielinājums bija būtisks. Savukārt 47,8% respondentu atbildēja, ka viņu slodze nemainījās. Tikai 4,7% respondentu norādīja par slodzes samazināšanu, no tiem 1,1% respondentu tā samazinājās būtiski. 3,7% respondentu nevarēja sniegt atbildi uz šo jautājumu.

Apkopojot respondentu atbildes uz šo jautājumu, tika secināts, ka tie respondenti, kas norādīja uz slodzes pieaugumu, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā ir sievietes vecumā no 18 līdz 44 gadiem, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un kurām mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir vismaz četri, kas dzīvo Zemgales vai Pierīgas reģionā, ir iestādes, uzņēmuma vidējā vai augstākā līmeņa vadītājas izglītības vai veselības un sociālās aprūpes nozarē, kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja vai nu mazāk par 6 stundām, vai vairāk kā 10 stundas dienā. Savukārt, tie respondenti, kas norādīja, ka viņu slodze nemainījās, lielākoties ir vīrieši vecumā 45 un vairāk, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., kas dzīvo vai nu vieni, vai divatā, strādā Kurzemes vai Latgales reģionā kā nekvalificēti strādnieki vai kā kvalificēti strādnieki un amatnieki, un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja 6-8 vai 8-10 stundas dienā.

Respondentiem jautājot par izmaiņām, kas tika veiktas mājsaimniecības dienas režīmā COVID-19 laikā, lai veicinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru, 38,0% respondentiem bija grūti atbildēt uz šo jautājumu (pārsvarā tie ir vīrieši 18-24 gadu vecumā, kam mājsaimniecībā nav bērnu līdz 18 g.v., dzīvojošie vieni), 26,0% respondentu atzīmēja, ka mainīja darba režīmu (piemēram, saskaņojot to ar citiem ģimenes locekļiem), 15,9% respondentu norādīja, ka tika pārdalīti mājsaimniecības pienākumi starp mājsaimniecības locekļiem, 7,1% respondentu izmantoja ārpakalpojumus (piemēram, pārtikas un gatavo ēdienu piegādi), 4,3% respondentu mainīja dzīves vietu (piemēram, pārcēlās dzīvot uz laukiem), 2,9% respondentu mājsaimniecības uzturēšanā iesaistīja palīgus. 5,7% respondentu atzīmēja variantu "citas izmaiņas", lielākoties norādot, ka viņiem mājsaimniecības dienas režīmā nekas nemainījās, taču starp atbildēm bija tādi komentāri, kas norāda uz to, ka grūtības ar mājsaimniecības dienas režīmu sakārtošanu pārsvarā bija mājsaimniecībās ar bērniem. Šeit ir jāatzīmē, ka no līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi viedokļa ir pozitīvi, ka 2020.gada rudens ārkārtējās situācijas laikā Latvijas valdība mēģināja pēc iespējas ilgāk nodrošināt klātienē piekļuvi izglītības iestādēm. Kā arī būtisks valdības atbalsts ģimenēm ar bērniem bija grozījumu iniciēšana



likumā "Par maternitātes un slimības apdrošināšanu", kas paredz pabalsta bērnu pieskatīšanai izmaksu Covid-19 pandēmijas laikā.

Apkopojot informāciju par visvairāk veiktajām izmaiņām respondentu mājsaimniecībās, kuru mērķis bija veicināt līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, var secināt, ka darba režīma izmaiņās un mājsaimniecības pienākumu pārdalē visbiežāk iesaistījās sievietes vecuma grupā 35-44, kuru mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 g.v. un mājsaimniecībā dzīvo vairāki cilvēki, strādā Zemgales vai Pierīgas reģionā kā augstākā līmeņa vadītājas un augstākā līmeņa speciālistes (attiecībā uz darba režīma izmaiņām), vai kā pakalpojumu un tirdzniecības darbinieces un vidējā līmeņa vadītājas (attiecībā uz mājsaimniecības pienākumu pārdali), un kas COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā strādāja mazāk par 6 vai vairāk kā 10 stundas dienā.

Analizējot nodarbināto respondentu aptaujas datus par mājsaimniecības pienākumu sadali starp ģimenes locekļiem pirms COVID-19 pandēmijas, pandēmijas laikā, un šo pienākumu turpmāko sadali nākotnē, var novērot, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā samazinājās respondentu slogs tādu mājsaimniecību pienākumu veikšanā, kā pārtikas iegāde tradicionāli veikalā/tirgū, palīdzība bērniem mācību procesā, ģimenes atpūtas un izklaides organizēšana un rūpes par mājdzīvniekiem, salīdzinot ar situāciju pirms COVID-19 pandēmijas. Jautājumos par turpmākiem plāniem, tika norādīts, ka tādos pienākumos, kā pārtikas iegāde attālināti internetā, remontdarbus un labiekārtošanas darbus, respondenti nākotnē vēl vairāk plāno veikt paši. Tendence liecina, ka kopumā respondenti cer uz partneru atbalstu, lai šie pienākumi nākotnē tiktu veikti kopā.

Analizējot respondentu atbildes par mājsaimniecības pienākumu sadali pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas, COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā respondentu dzimumu griezumā, var izdarīt sekojošus secinājumus:

- sieviešu īpatsvars, kas veica mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšanu, vairāk kā 2,5 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas iegādājās pārtiku tradicionāli veikalā/tirgū, 1,5 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- ka sieviešu īpatsvars, kas veica pārtikas iegādi internetā, vairāk kā 2,5 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas veica ēdiena gatavošanu, vairāk kā 4 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas ikdienā rūpējās par bērniem, vairāk kā 10 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas nodrošināja palīdzību bērniem mācību procesā, vairāk kā 5-6 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas organizēja ģimenes atpūtu un izklaides, vairāk kā 2,5-3 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;
- sieviešu īpatsvars, kas rūpējās par mājdzīvniekiem, vairāk kā 2,5-3 reizes pārsniedz vīriešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda;

- vīriešu īpatsvars, kas veica remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājāsaimniecībā, vairāk kā 3,5 reizes pārsniedz sieviešu īpatsvaru, neatkarīgi no analizējamā perioda.

Tika secināts, ka nākotnē uz partnera palīdzību mājokļa un piemājas teritorijas uzkopšanā, pārtikas iegādē tradicionāli veikalā/tirgū, organizējot ģimenes atpūtu un izklaides vairāk, cer sievietes, nekā vīrieši. Uz partnera palīdzību nākotnē, iegādājoties pārtiku attālināti internetā, cer gan sievietes, gan vīrieši. Uz partnera palīdzību nākotnē gatavojot ēdienu, rūpējoties par bērniem ikdienā, veicot remontdarbus un labiekārtošanas darbus mājāsaimniecībā, cer abu dzimumu pārstāvji, toties sievietes cer vairāk kā vīrieši. Savukārt, uz partnera palīdzību nākotnē, rūpējoties par mājdzīvniekiem, cer abu dzimumu pārstāvji, toties vīrieši cer vairāk kā sievietes. Kopumā analizējot iegūtos rezultātus par mājāsaimniecības pienākumu sadali pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dzimumu griezumā, tika atzīmēts, ka lielākais slogs mājāsaimniecību pienākumu veikšanā ir sievietēm: salīdzinot viena un tā paša pienākuma sadali starp partneriem, rādītāji būtiski atšķiras no 2,5 līdz pat 10 reizēm. Sieviešu nākotnes plāni pārsvarā ir saistīti ar lielāku partneru atbalstu mājāsaimniecības pienākumu veikšanā, toties sieviešu īpatsvars, kas plāno, ka tieši viņas būs tās, kas veiks attiecīgo pienākumu arī nākotnē, joprojām pārsniedz vīriešu īpatsvaru, izņemot tikai remontdarbu un labiekārtošanas darbu veikšanu mājāsaimniecībā.

### **Eurofound aptauja**

Eurofound aptauja tika organizēta 2 reizes (1.aptauja - 09.04.2020.-11.06.2020., 2.aptauja - 22.06.2020.-27.07.2020.) visās 27 ES dalībvalstīs. Aptaujas datu analīzē tika ņemtas vērā tikai nodarbināto respondentu atbildes. Tekstā 1.aptaujas vilnis tiek apzīmēts ar R1 un 2.aptaujas vilnis ar R2.

Analizējot respondentu atbildes uz iespēju ikdienā darīt lietas, kas interesē, tika secināts, ka lielākais īpatsvars ir respondentiem vecumā virs 50 gadiem, tajā pašā laikā nav vērojamas izteiktas atšķirības dzimumu aspektā un to, vai ģimenē ir bērni līdz 18 gadu vecumam.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par darba laika izmaiņām COVID 19 pandēmijas laikā, vismazāk ar izmaiņām saskārās R2 aptaujas respondenti - vīrieši. Vērtējot vecumu griezumā, vismazākās darba laika izmaiņas bija respondentiem vecākiem par 50 gadiem. Kā arī šīs izmaiņas vismazāk skāra R2 respondentus, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Kopumā vērtējot šī jautājuma ietekmi uz darba un privātās dzīves līdzsvaru, tika secināts, ka darba laikā bija vērojamas izmaiņas, gan samazinājuma, gan palielinājuma virzienā, kas rada attiecīgas izmaiņas arī respondentu ikdienā.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par to cik lielā mērā pēc darba jūtas noguruši, lai veiktu nepieciešamos mājas darbus, vecuma griezumā, nevar veikt viennozīmīgus secinājumus, jo iegūtās atbildes ir atšķirīgas starp abām aptaujām. Vērtējot pēc dzimumiem, tika secināts, ka R2 aptaujas rezultātos ā lielākais īpatsvars ir sievietēm, kuras pēc darba jūtas nogurušas, lai veiktu nepieciešamos mājas darbus. Kopumā vērtējot atbildes uz šo jautājumu, jāsecina, ka ikdienas darbs/-i rada lielu nogurumu, kas liedz iespēju pilnvērtīgi veikt nepieciešamos mājāsaimniecības darbus. Šādu situāciju rada gan apstākļi, ka Latvijā ir salīdzinoši zemas darba algas, kas rada nepieciešamību iespēju robežās strādāt vairākās darba vietās, kā arī liela noslodze darba vietā. Rezultātā ievērojami pasliktinās

nodarbināto dzīves kvalitāte, jo nogurums traucē kvalitatīvi paveikt mājsaimniecības darbus, piemēram, gatavot vakariņas, tiek iegādāti pusfabrikāti, kas rezultātā neveicina veselīgu uzturu.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par fakta konstatāciju, ka darbs neļauj veltīt vēlamo laiku savai ģimenei, tika secināts, ka lielāko īpatsvaru veido respondenti, kuriem ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Kopumā vērtējot šo jautājumu no darba un privātās dzīves līdzsvara viedokļa, jāsecina, ka situācija nav labvēlīga nodarbinātajiem. Šī jautājuma rezultāti apstiprina arī iepriekšējā jautājumā secināto, ka respondenti ir pārāk noguruši, lai veltītu laiku mājsaimniecības darbu veikšanai un vairāk pievērstos savai ģimenei.

COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā Latvijā daudzos uzņēmumos iespēju robežās darbs tika organizēts attālināti, kad darbinieki fiziski atradās savā dzīves vietā, bet pildīja darba pienākumus. Šajā laikā visi skolēni no 1.- 12.klasei atradās mājās, jo arī izglītības process tika organizēts attālināti. Jo īpaši jaunāko klašu skolēniem bija nepieciešama vecāku palīdzība, lai tie spētu tikt galā ar mācību procesu, kas attiecīgi ietekmēja vecāku spēju pilnvērtīgi koncentrēties darba pienākumiem.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par ģimenes pienākumu ietekmi uz spēju koncentrēties darbam, tika secināts, ka ģimenēs, kurās ir bērni līdz 18 gadu vecumam, to izdarīt ir visgrūtāk. Vismazāk ģimenes pienākumi ietekmēja spēju koncentrēties darbam respondentiem, kuri vecāki par 50 gadiem. Kā arī tieši vīriešiem spēju koncentrēties darbam ģimene ietekmēja vismazāk.

Analizējot respondentu atbildes uz jautājumu par strādāšanu brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus, vērtējot respondentu atbildes pa dzimumiem, tika secināts, ka nav iespējams sniegt viennozīmīgu atbildi, jo rezultāti ir atšķirīgi starp R1 un R2 aptaujām. Respondenti vecāki par 50 gadiem vismazāk strādāja brīvajā laikā, lai izpildītu darba pienākumus. Viennozīmīgi nevar atbildēt uz šo jautājumu arī vērtējot pēc bērnu līdz 18 gadu vecumam esamības ģimenē.

## Secinājumi

Izvērtējot pētījuma rezultātus, secināms, ka COVID-19 ārkārtējā situācija Latvijā neveicināja nodarbināto, īpaši attālinātā darba veicēju, darba un privātās dzīves līdzsvaru, īpaši gadījumos, kad mājsaimniecībās ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Attālinātais darbs zinātniskajos un praktiskajos pētījumos tiek minēts kā viens no rīkiem darba un privātās dzīves līdzsvara nodrošināšanai, tomēr jāņem vērā, ka COVID-19 ārkārtējās situācijā nodarbinātajiem, kuru ģimenēs ir nepilngadīgi bērni, mainījās privātās dzīves ikdiens, pienākumi un laika sadalījums. Ņemot vērā, ka ārkārtējā situācija ir veicinājusi attālinātā darba izmantošanu, kam ir tendence pieaugt, ir būtiski sekmēt/nodrošināt darba un privātās dzīves līdzsvaru nodarbinātajiem, neatkarīgi no nodarbinātības veida un darba laika formas.

Pašreizējās tendences liecina, ka nodarbināto riska grupa, kuru visvairāk negatīvi ietekmēja COVID-19 ārkārtējās situācija, ir jaunas (līdz 34 gadiem) vai vidējā vecuma (35-44 gadi) sievietes, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Pētījumā tika konstatēts, ka 1/3 daļai nodarbināto, pārsvarā sievietēm COVID-19 ārkārtējā situācijā bija nepieciešams veikt darba laika izmaiņas, kas attiecīgi viņām tika nodrošināts visos gadījumos. Taču ir jāatzīmē, ka neprognozējamās izmaiņas darba grafikā COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā visbiežāk tika veiktas gados jaunām (līdz 34 gadiem) sievietēm, pie tam dzimumu griezumā šis rādītājs atšķiras 3,5 reizes. Sievietes 2,5 reizes biežāk kā vīrieši norādīja, ka viņām bija nepieciešams paveikt gan darbu, gan rūpēties par ģimeni COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, bet darba vieta viņām šo iespēju nenodrošināja. Jaunas un vidējā vecuma (līdz 44 gadiem) sievietes, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam, divreiz vairāk kā vīrieši izjuta trauksmi (nemieru) COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā. Tie respondenti, kas norādīja uz papildus pienākumu mājsaimniecībā parādīšanos COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā ir sievietes vecuma grupā no 35 līdz 44 gadiem, kuru mājsaimniecībā dzīvo bērni līdz 18 gadu vecumam un cilvēku skaits mājsaimniecībā ir četri un vairāk. Nedaudz mazāk par pusi aptaujāto respondentu norādīja uz slodzes palielinājumu, veicot mājsaimniecības pienākumus COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, pārsvarā tās ir sievietes vecuma grupā no 18 līdz 44 gadiem, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam un kurām mājsaimniecībā dzīvojošo cilvēku skaits ir vismaz četri. Lai veicinātu darba un privātās dzīves līdzsvaru COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, 1/4 respondentu daļa atzīmēja, ka mainīja darba režīmu, savukārt 1/6 respondentu daļa atbildēja, ka tika pārdalīti mājsaimniecības pienākumi starp mājsaimniecības locekļiem – šajās izmaiņās visbiežāk iesaistījās sievietes 35-44 gadu vecumā, kurām mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam un mājsaimniecībā dzīvo vairāki cilvēki. Sievietes vairāk kā vīrieši norādīja uz līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos, strādājot attālināti, īpaši gadījumos, ja mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam. Nedaudz vairāk kā puse attālinātā darba veicēju ir norādījuši, ka ģimenes dzīve ietekmē viņu spēju veikt darba pienākumus, īpaši līdz ar cilvēku skaita pieaugumu mājsaimniecībā, kā arī ja mājsaimniecībā ir bērni līdz 18 gadu vecumam, uz to pārsvarā norādīja sievietes vecumā no 35 līdz 44 gadiem (šeit ir jāatzīmē, ka rādītājs būtiski neatšķiras pa dzimumiem).

Analizējot iegūtos rezultātus par mājsaimniecības pienākumu sadali pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā dzimumu griezumā, ir jāatzīmē, ka lielākais slogs

**mājsaimniecību pienākumu veikšanā bija sievietēm: salīdzinot viena un tā paša pienākuma sadali starp partneriem, rādītāji būtiski atšķiras no 2,5 līdz pat 10 reizēm.** Sieviešu nākotnes plāni mājsaimniecības pienākumu sadalē pārsvarā ir saistīti ar lielāku partneru atbalstu, toties sieviešu īpatsvars, kas plāno, ka tieši viņas būs tās, kas veiks attiecīgo pienākumu arī nākotnē, joprojām pārsniedz vīriešu īpatsvaru.

**Kopumā sabiedrības nodarbinātā daļa vairāk atzīmē ieguvumus, ko sniedz attālinātais darbs. Tas ir būtisks pamatojums tam, lai sekmētu attālinātā darba kā vienas no oficiāli izmantojamām darba formām ieviešanu Latvijas tautsaimniecībā arī turpmāk.** Taču ir jāņem vērā, ka 2/3 attālinātā darba veicēju ir svarīga iespēja atvienoties no digitālajām ierīcēm ārpus darba laika. Tikai 1/3 attālinātā darba veicēju atzīmēja līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi pasliktināšanos, 2/3 visu aptaujāto respondentu atzīmēja, ka COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā viņiem neradās papildus pienākumi mājsaimniecībā. Iespēju brīvi plānot savu laiku kā ļoti svarīgu atzīmēja 2/5 aptaujāto respondentu, no tiem 2/3 ir attālinātā darba veicēju, kas attālināti strādāja jau pirms COVID-19 ārkārtējās situācijas un puse attālinātā darba veicēju, kas sāka strādāt attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas rezultātā. Ir jāatzīmē, ka uz šo iespēju kā ļoti svarīgu norādīja arī puse respondentu, kas nestrādāja attālināti, jo to neļāva darba devējs.

**Analizējot uzņēmumu lomu nodarbināto līdzsvara starp darbu un privāto dzīvi veicināšanā, ir jāatzīmē, ka uz līdzsvara nemainīgumu COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā visvairāk norādīja mazo uzņēmumu darbinieki.** Savukārt fakts, ka uzņēmumā darbojas arodbiedrība vai ir noslēgts darba koplīgums, būtiski nesekmēja nodarbināto līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi, strādājot attālināti COVID-19 ārkārtējās situācijas laikā, kā arī nesekmēja to, ka respondentiem tika nodrošināta iespēja vienlaicīgi veikt gan darba pienākumus, gan rūpēties par ģimeni: aptaujā iegūtie dati par uzņēmumiem, kuros ir/nav arodbiedrības un/vai ir/nav noslēgts koplīgums būtiski neatšķiras.

## Izmantotās literatūras un avotu saraksts

- Apollo (2020). *Pētījums: Noskaidroti galvenie mīnusi darbam no mājām*. Pieejams: <https://www.apollo.lv/7020581/petijums-noskaidroti-galvenie-minusi-darbam-no-majam>
- Cartmill, C. (2020). *New survey shows 87% of staff wish to work from home in post lockdown world*. Pieejams: <https://www.newsletter.co.uk/business/new-survey-shows-87-staff-wish-work-home-post-lockdown-world-2864590>
- Commission of the European communities (2008). Commission staff working paper - Report on the implementation of the European social partners' - Framework Agreement on Telework {COM(2008) 412 final} Pieejams: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:52008SC2178>
- Dembovska, I., Litavniece, L., Silicka, I. (2019). Lifestyle Businesses in Rezekne Municipality. *Environment. Technology. Resources*. Rezekne, Latvia Proceedings of the 12th International Scientific and Practical Conference. Volume I, 44-47. DOI: <http://dx.doi.org/10.17770/etr2019vol1.4111>
- Direktīva 2003/88/EK par konkrētiem darba laika organizēšanas aspektiem (2003). *Eiropas Parlamenta un Padomes direktīva 2003/88/EK (2003. gada 4. novembris) par konkrētiem darba laika organizēšanas aspektiem*. Pieejams: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/PDF/?uri=CELEX:32003L0088&from=EN>
- Direktīva (ES) 2019/1152 par pārredzamiem un paredzamiem darba apstākļiem Eiropas Savienībā (2019). *Eiropas Parlamenta un Padomes direktīva 2019/1152 par pārredzamiem un paredzamiem darba apstākļiem Eiropas Savienībā*. Pieejams: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/PDF/?uri=CELEX:32019L1152&from=EN>
- Direktīva (ES) 2019/1158 par darba un privātās dzīves līdzsvaru vecākiem un aprūpētājiem (2019). *Eiropas Parlamenta un Padomes direktīva (ES) 2019/1158 (2019. gada 20. jūnijs) par darba un privātās dzīves līdzsvaru vecākiem un aprūpētājiem un ar ko atceļ Padomes Direktīvu 2010/18/ES*. Pieejams: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/PDF/?uri=CELEX:32019L1158&from=EN>
- Eurofound (2017). *Working time patterns for sustainable work*. Publications Office of the European Union, Luxembourg. Pieejams: [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef1720en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef1720en.pdf)
- Eurofound (2018). *Working time patterns for work life balance and sustainable work*. Contributing elements from Eurofound's research. Pieejams: <http://adm.lm.gov.lv/upload/projekts/1.pp.pdf>
- Eurofound (2019). *Further exploring the working conditions of ICT-based mobile workers and home-based teleworkers*. Pieejams: <https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/wpef18007.pdf>
- Eurofound (2020). *Regulations to address work-life balance in digital flexible working arrangements*, New forms of employment series, Publications Office of the European Union, Luxembourg. Pieejams: [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef19046en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef19046en.pdf)
- Eurofound and ILO (2017). *Working Anytime, Anywhere: The Effects on the World of Work*. Joint ILO–Eurofound report. Pieejams: [https://ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms\\_544138.pdf](https://ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_544138.pdf)
- Eurostat (2019). *Hours of work - annual statistics*. Pieejams: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Hours\\_of\\_work\\_-\\_annual\\_statistics](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Hours_of_work_-_annual_statistics)
- LR Labklājības ministrija (2020). *Likumprojekts "Grozījumi Darba likumā"*. Pieejams: <http://tap.mk.gov.lv/lv/mk/tap/?pid=40482752>
- Hein, C. (2005). *Reconciling Work and Family Responsibilities. Practical Ideas from Global Experience*. International Labor Office.

- iFinances (2018). *Rāmju noteikšana elastīgam darba laikam*. Pieejams: [https://www.cobalt.legal/files/bundleNewsPost/3582/lvo\\_elastigam\\_darba\\_laikam\\_iTiesibas\\_14\\_12\\_2018.pdf](https://www.cobalt.legal/files/bundleNewsPost/3582/lvo_elastigam_darba_laikam_iTiesibas_14_12_2018.pdf)
- ILO (2004). *Flexitime and "time banking" schemes*. Pieejams: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms\\_170705.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_170705.pdf)
- ILO (2020). *Practical Guide on Teleworking during the COVID-19 pandemic and beyond*. International Labour Office. Pieejams: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---travail/documents/instructionalmaterial/wcms\\_751232.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/instructionalmaterial/wcms_751232.pdf)
- Kantar (2018). *Darba un privātās dzīves līdzsvars Latvijā un Eiropas Savienībā*. Pieejams: <https://www.kantar.lv/darba-un-privatas-dzives-lidzsvars-latvija-un-eiropas-savieniba/>
- Kantar (2020). *41% strādājošo atzīst, ka Covid-19 pandēmijas apstākļi ir ietekmējuši viņu emocionālo labsajūtu*. Pieejams: <https://www.kantar.lv/41-stradajoso-atzist-ka-covid-19-pandemijas-apstakli-ir-ietekmejusi-vinu-emocionalo-labsajutu/>
- Korpa, V. (2012). *Darba un ģimenes dzīves saskaņošana privātā sektora organizācijās*. Promocijas darbs. Pieejams: [https://www.szf.lu.lv/fileadmin/user\\_upload/szf\\_faili/Petnieciba/promocijas\\_darbi/Viola\\_Korpa\\_2012.pdf](https://www.szf.lu.lv/fileadmin/user_upload/szf_faili/Petnieciba/promocijas_darbi/Viola_Korpa_2012.pdf)
- Lehti Tek (2020). *New working time legislation introduces a working time bank*. Pieejams: <https://lehti.tek.fi/english/new-working-time-legislation-introduces-working-time-bank>
- Microsoft (2020). *A pulse on employees' wellbeing, six months into the pandemic*. Pieejams: <https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-365/blog/2020/09/22/pulse-employees-wellbeing-six-months-pandemic/>
- OECD (2020). *Work-Life Balance. Latvia*. Pieejams: <http://www.oecdbetterlifeindex.org/topics/work-life-balance/>
- Parent-Thirion, A. (2016). *Working hours are decreasing, so does work-life balance still matter?* Pieejams: [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef1649en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef1649en.pdf)
- Power, K. (2020). The COVID-19 pandemic has increased the care burden of women and families. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, 16:1. DOI: 10.1080/15487733.2020.1776561.
- Ramakrishnan, R. (2020a). *Work Life Balance during Lockdown*. Pieejams: [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3717067](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3717067)
- Ramakrishnan, R. (2020b). *Work Life Balance post COVID-19*. SSRN *Electronic Journal*. DOI: DOI: [10.2139/ssrn.3717081](https://doi.org/10.2139/ssrn.3717081)
- Saeima (1995). *LR Publiskas personas finanšu līdzekļu un mantas izšķērdēšanas novēršanas likums*. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/36190-par-valsts-un-pasvaldibu-finansu-lidzeklu-un-mantas-izskerdesanas-noversanu>
- Saeima (2002). *Darba likums*. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/26019-darba-likums>
- Saeima (2020a). *Grozījums likumā "Par maternitātes un slimības apdrošināšanu"*. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/313377-grozijums-likuma-par-maternitates-un-slimibas-apdrosinasanu->
- Saeima (2020b). *Grozījumi "Darba aizsardzības likumā"*. Pieejams: <https://likumi.lv/ta/id/310068-grozijumi-darba-aizsardzibas-likuma>
- Sanfilippo, M. (2020). *How to Improve Your Work-Life Balance Today*. Pieejams: <https://www.businessnewsdaily.com/5244-improve-work-life-balance-today.html>