

Giczi Johanna

Az eltűnt idő nyomában
Az időhiány megítélésének társadalmi aspektusai

Eötvös Loránd Tudományegyetem

Témavezető

Prof. Székelyi Mária DSc

egyetemi tanár Professor Emerita ELTE TÁTK

Prof. Sik Endre DSc

egyetemi tanár Professor Emeritus ELTE TÁTK

© Giczi Johanna, 2018

**Eötvös Lorand Tudományegyetem
Szociológia Doktori Iskola**

**Az eltűnt idő nyomában
Az időhiány megítélésének társadalmi aspektusai**

**Ph.D. értekezés
Giczi Johanna**

Budapest, 2018

TARTALOMJEGYZÉK

1. PROBLÉMAFELVETÉS ÉS KUTATÁSI CÉL	6
2. ELMÉLETI HÁTTÉR ÉS KORÁBBI KUTATÁSOK EREDMÉNYEI	12
2.1. Idő és társadalom, az idő fogalma	13
2.2. Az idő szociológiai megközelítése	14
2.3. Privát idő, nyilvános idő	16
2.4. Az időhiány és a társadalom összefonódása	17
2.5. Időhiány és szabadidő-felhasználási stratégiák	22
2.6. Gyorsuló idő, hatékonyság, produktivitás, gyorsaság, stressz	24
2.7. Az időszükének elméleti szociológiai megközelítése	30
2.8. Az idő, mint áru, avagy az idő szükösségének gazdasági alapú megközelítése	31
2.8.1. <i>A rugalmasság-elmélet</i>	32
2.8.2 <i>Időszűke vagy a yuppie nyűge, a hasznosság elmélet</i>	39
2.9. Időhiány és párhuzamos élet	44
3. MUNKADIDŐ ÉS SZABADIDŐ	47
3.1. Munkaidő-szabadidő és időhiány elméletek	47
3.1.1. <i>Elméleti modellek</i>	49
3.1.2. <i>Szabadidő és munkaerőpiaci jellemzők</i>	50
3.2. A háztartás, mint időhiány generáló entitás	53
4. HIPOTÉZISEK	64
5. MÓDSZERTAN, AVAGY MÉRLEGEN AZ IDŐ	68
5.1. Az időmérleg vizsgálatok módszertana	69
5.1.1. <i>A hazai időmérleg felvételek jellemzői</i>	71

<i>5.1.2. Elemzési módszerek</i>	75
5.2. Az időhiány operacionalizálása	77
6. AZ IDŐHIÁNY MÉRÉSE	82
6.1. A magyar társadalom stressz-térképe	83
<i>6.1.1. A stresszesek szociodemográfiai jellemzői</i>	85
<i>6.1.2. Többváltozós számítások</i>	90
6.2. Az időtöltési mintázatok egyenlőtlenségének mérése	94
<i>6.2.1. Az időhiány T_{WAD}-indexe</i>	96
<i>6.2.2. Az időhiány szerkezet-eltérési mutatója szociodemográfiai jellemzők szerint</i>	98
6.3. Időhiány csökkentő stratégiák: multitasking	102
<i>6.3.1. Az élet sűrűje</i>	104
<i>6.3.2. A gyertya két vége</i>	106
<i>6.3.3. Párhuzamos stratégiák</i>	108
6.4. Időhiány csökkentő stratégiák: az időmennyiség növelése	116
<i>6.4.1. Az éjszaka határai</i>	118
<i>6.4.2. Stresszes nappalok, rövid éjszakák</i>	120
<i>6.4.3. Az időhiány a társadalom és az idő egyes metszeteiben</i>	124
6.5. A tevékenységek rugalmassága és az időhiány	130
<i>6.5.1. Szórásvizsgálatok</i>	132
<i>6.5.2. Többváltozós elemzések</i>	134
6.6. Jövedelem és időhiány	140
7. ÖSSZEFOGLALÁS	146
MELLÉKLET	154

ÁBRAJEGYZÉK

1. ábra: Az időhiány blakelocki modellje	38
2. ábra: Az adott időintervallum rugalmasságát befolyásoló tényezők	45
3. ábra: A házimunkával töltött idő egy átlagos napon nemeként, perc	55
4. ábra: Az időmérleg napló szerkezete	71
5. ábra: Az érzékelt időhiány vagy stressz 1987-ben, 2000-ben és 2010-ben	84
6. ábra: Az idegi-, szellemi- és fizikai terhelés érzékelése 1986-ban	85
7. ábra: Az időhiányosak és nem időhiányosak időfelhasználási különbségeinek összetevői, 2010	97
8. ábra: Az időhiány TWAD-indexe nemek szerint, 2010	98
9. ábra: A szerkezet-eltérés különbségei nemek szerint, 2010	99
10. ábra: Az időhiány TWAD-indexe, korcsoportok szerint, 2010	100
11. ábra: A szerkezet-eltérés különbségei, korcsoport szerint, 2010	101
12. ábra: A főtevékenységekkel töltött átlagos idő, 2010	110
13. ábra: A párhuzamos tevékenységekre fordított átlagos idő naponta, azok körében, akik végezték is az adott napon az adott tevékenységet, 2010	112
14. ábra: A stresszes és nem stresszes emberek napi időhasználatának különbségei, 2010	113
15. ábra: A stresszes és nem stresszes emberek beszélgetéssel töltött idejének ritmusa a párhuzamos életben, 2010	115
16. ábra: A stresszes és nem stresszes emberek olvasással, tévézéssel és zenehallgatással töltött ideje a párhuzamos életben, 2010	116
17. ábra: A stresszesek és nem stresszesek napi alvásritmusa, 2010	122

TÁBLAJEGYZÉK

1.	tábla: A házimunkával töltött idő egy átlagos napon nemeként	56
2.	tábla: Az Időmérleg felvételek legfőbb jellemzői	73
3.	tábla: A függőváltozó a különböző felvételekben	79
4.	tábla: A függőváltozó (az érzékelt időhiányra vonatkozó kérdés) attribútumai a különböző felvételekben	80
5.	tábla: Az időszükében lévők szociodemográfiai jellemzők szerint	88
6.	tábla: A stressz magyarázóváltozóinak esélyhányadosai 1986/1987, 1999/2000, 2009/2010 logisztikus regresszió, Exp(B) értékek	92
7.	tábla: A napi tevékenységek átlagos száma, 2010	105
8.	tábla: A főtevékenységek, a párhuzamos tevékenységek és a teljes nap hossza egy átlagos napon, megterheltség szerint, 2010	106
9.	tábla: Hány év a világ?	107
10.	tábla: A főtevékenységekkel töltött napi átlagos idő, 2010	109
11.	tábla: A párhuzamos tevékenységekkel töltött napi átlagos idő, 2010	111
12.	tábla: A párhuzamos tevékenységekre fordított átlagos idő naponta, azok körében, akik végezték is az adott napon az adott tevékenységet, 2010	112
13.	tábla: A főtevékenységek melletti párhuzamos tevékenységek aránya, 2010	114
	%	114
14.	tábla: Az éjszaka terjedelmének változása, 1986 és 2010 között	119
15.	tábla: Az éjszaka terjedelme az időhiány jellemzője szerint, 1999/2000 és 2010	121
16.	tábla: Az éjszaka terjedelme az időhiány jellemzője szerint, 1986/1987	122
17.	tábla: Az alvásidő hossza	124
18.	tábla: Az éjszaka terjedelme gazdasági aktivitás szerint	125
19.	tábla: A stressz magyarázóváltozóinak esélyhányadosai, bővített modell	128
20.	tábla: A stressz és az idő hatása az éjszaka határaitra	129
21.	tábla: Az adott tevékenységre fordított idő és annak szórása	132
22.	tábla: A kereső tevékenységre fordított idő hatása a házimunkára, a szabadidőre és az alvásra	136

23. tábla: A kereső tevékenységre fordított idő hatása a házimunkára, a szabadidőre és az alvásra (log-log modell)	139
24. tábla: A fizetett munkát végző férfiak és feleségek aránya, stressz szerint	141
25. tábla: Logisztikus regressziós modellek a háztartásban lévő keresők és a stressz összefüggésére, 2009/2010	143

1. PROBLÉMAFELVETÉS ÉS KUTATÁSI CÉL

„Kubrick klasszikus sci-fije, a „2001 Űrodüsszeia” a maga merész snittjeivel megjelenésének évében 1968-ban a végsőkig igénybe vette a nézők látásérzékelését. Ma, amikor ugyanezeket a beállításokat nézzük, ahogy az űrhajók, klasszikus zene (a Kék-Duna keringő) kíséretében a világűrben siklanak, szinte elveszítjük a türelmünket. Amikor 2003-ban a három évtizeddel korábban forgatott német tévéklasszikus az „Orion űrhajó” néhány epizódját mozifilmmé vágta össze, a filmkészítők majdnem kétszeresére gyorsították azt a sebességet, amellyel az Orion elhagyja a bázist. A kultuszszorozat rajongóinak ez fel sem tűnt” (Klein, 2006:10). A huszonegyedik század emberének a gyorsabb tempó szinte észrevétlenül vált az élete természetes részévé. Egy 1991-ben végzett németországi kutatás szerint azzal az állítással, hogy „a munkában és a magánéletben gyakran érzik-e úgy, hogy sietniük kell”, a megkérdezettek negyede értett egyet. 2001-ben egy hasonló felmérés során a német polgárok 35 százaléka válaszolt igennel (Hamermesh és Lee, 2003). Noha a két felvétel módszertanát tekintve eltér egymástól ezért az összehasonlítást némi óvatossággal kell kezelnünk, a trend vitathatatlan.

Az 1970-es évek óta fejlődő network és/vagy tudás alapú társadalom - megnövelve a stratégiai döntések, valamint az egyén szerepét - illetve a globalizált és virtualizált világ kialakulása - felgyorsítva a folyamatokat és megsokszorozva az életstílus alternatívákat - minden eddiginél inkább megnövelte az idő, mint tőke értékét, megsokszorozva annak befolyását az egyén életére és jólétére egyaránt. A gyorsuló életritmus és az időhiány, valamint az ezek nyomán megváltozó társadalmi normák és egyéni szociokulturális preferenciák jellegzetes karakterisztikáját adják modern társadalmunknak. Az életritmus megváltozása, az információáramlás gyorsasága, így az azonnali társadalmi reakciókat lehetővé tevő technológiai vívmányok, vagy (esetleg ebből következően) az atipikus foglalkoztatási formák terjedése merőben új időallokációs struktúrákat generál. A 24 órás gazdaság a 24 órás társadalom eszményképével karöltve pedig az egyéni időtöltés deszinkronizációját magával hozva írja felül a klasszikus időfogalmakat, és generál új megközelítéseket.

Mindezek a változások szoros összefüggésben állnak a gazdasági termelés átalakulásával. A tömegtermelés és tömegfogyasztás fordista modelljével ellentétben, a modern társadalmakban az egyén igényeire reflektáló, a pillanatnyi szükségleteket, ha

lehetséges szinte azonnal kielégítő, így a keresletre rugalmasan reagáló termelési modell alakult ki. Ez a rugalmas, a változékony igényekre szinte azonnal reagálni képes gazdasági modell, a munkaidő csökkenésével, így az anyagi szűkösség megszűnésével karöltve tette lehetővé, hogy a modern társadalmakban az egyének a jövedelem megszerzéséről inkább a jövedelem elköltésére koncentráljanak. A fogyasztásra szánt idő mennyisége és minősége státuszjelzővé vált, a fogyasztáshoz szükséges idő hiánya ugyancsak. A különféle fogyasztási trendek nyomán kialakított életstílus alternatívák meggyökeresedésével alapjaiban változott meg a társadalomban szociológiailag is értelmezhető csoportidentitás, „ahol már nem az osztályrendek, a termelési viszonyok vagy a foglalkozás határozzák meg az egyének társadalmi státuszát, hanem sokkal inkább a fogyasztási szokásokban megnyilvánuló szimbolikus tőke” (Vörös, 1996:77). Az idő tehát a huszonegyedik századi ember számára olyan erőforrássá nőtte ki magát, amelynek társadalomformáló ereje, egyéni szubjektív döntések és egyéni percepciók mentén rajzolódik ki.

Az időhiány kérdését tekintve két döntési pont is adódik ebből az állításból. Témánk szempontjából egyrészt döntést kell hoznunk arról, hogy az időt erőforrásként vagy tőkeként kezeljük, illetve döntést kell hoznunk arról, hogy dolgozatunkban a valós vagy az érzékelt időhiánnyal kívánunk foglalkozni.

Laáb (2007) megfogalmazása szerint a „tőke a lehetőség, az esély, akár tulajdonosa, akár birtokosa számára”, míg az erőforrás „már a hasznosítás feltételét adja” (Laáb, 2007:1). Meglátásunk szerint az idő tőkeként definiálható, mint tőke, azonban egészen speciális tulajdonságokkal rendelkező jószág. Más tőkejavakkal ellentétben a rendelkezésünkre álló készlet véges. Ezt a tőkét nem halmozhatjuk fel, így akár túl kevés, akár túl sok van belőle, szélsőséges értékei mindenképpen befolyásolják a személyes életminőséget. Az idő (és annak hasznos vagy kevésbé hasznos eltöltése), ezért vitathatatlanul csak az egyén szubjektív szűrőjén keresztül ítélni lehet meg. Azok, akik élvezik a munkájukat, a többiekhez viszonyítva sokkal inkább védettek az időhiány okozta stressztől (Nazio – MacInnes, 2007). Ezek a típusú minták megnövelhetik az életminőségben jelentkező idő alapú egyenlőtlenségeket, amennyiben az újfajta időbeosztással szembesülők kevésbé élvezetes munkát is végeznek. Jahoda (1975), azóta klasszikussá vált tanulmányában bebizonyította, hogy a „túl sok idő” pusztító hatással van a munkanélküliek életére. Több klasszikus értekezés is meggyőzően támasztotta alá, hogy a folyamatos időhiány miatti stressz, romló életminőséget eredményez.

A másik döntési pont az időhiány definiálásának kérdése. Az időhasználattal foglalkozó szakirodalom két úton közelít a felvetéshez. A szubjektív mérés, vagyis az érzékelt

időhiány (Perceived Time Pressure, a továbbiakban PTP) az idő pszichológiai szempontú megközelítésével rokon, amennyiben azt vizsgálja, hogy mikor, miért érzi magát az egyén időszükében, vagyis a megélt időhiányra, az időhiány percepciójának magyarázatára kíváncsi (Southerton, 2006, Szollos, 2009, Seung-Eun, 2017). A másik megközelítés a felgyorsult életritmust és az időhiányt, a cselekvésekre fordított idő számszerűsítésével ragadja meg, így tehát azzal foglalkozik, hogy hány tevékenységet végez az egyén 24 óra alatt, mennyi ideig tartanak ezek, milyen sűrűn váltakoznak etc., vagyis objektív módon meghatározott indikátorokkal közelít a kérdéshez (Southerton – Tomlison, 2005). Ebben a dolgozatban elsősorban az időhiány érzékelésével foglalkozunk, ám a PTP index magyarázó változójaként az elemzésekben objektív indikátorokat is bevezetünk.

Értekezésünkben az időhiány kérdését több szempontból közelíthetjük. Megragadását egyrészt a társadalmilag kötött idő és a szabadidő diszkrepanciájában keressük. Veblen korával ellentétben, ahol a társadalmi státuszt a korlátlan szabadidő és fogyasztás összefonódása jellemezte, a 20. század végére, az addig „dologtalan osztály” presztízsértéket már az örökös elfoglaltság, és a szabadidő hiánya fejezte ki leginkább (Gershuny, 2000). A társadalom makroszintjén, vagyis a háztartások egészét vizsgálva, a munkával és a nem munkával töltött idő megoszlásának mintázata egyértelműen befolyásolja a társadalmi és a szubjektív jólétet egyaránt, mikro szinten pedig elsősorban a háztartástagok között felosztott idő (munkaidő és szabadidő mennyisége és aránya) az egyik legfontosabb aspektusa az időhiány egyéni megítélésének.

Makroszinten vizsgálódva megállapíthatjuk, hogy a „munkában gazdag” illetve a „munkában szegény” háztartások esetében a munka, illetve annak hiánya nemcsak általánosan egyenlőtlenség-növelő hatású, hanem mindkét esetben csökkentheti az életminőséget. A „munkában szegény” háztartások esetében az unalom, a céltalanság, az *alaktalan időhasználat*, gyakran a marginalizáció és a kapcsolati tőke romlása a következménye az időfelhasználás eme formájának. A „munkában gazdag” háztartások esetében pedig elsősorban az idő szűke miatt érzett feszültség, a *minőségi idő* hiánya, illetve a privát szféra túlzott szűkössége csökkentheti az életminőséget.

A mikro szintű vizsgálatokhoz kapcsolódik a családon belüli munkamegosztás kérdésének elemzése. Személyes (mikro) szinten a korábban említett globális trendhez hasonló minták működését feltételezzük. Az individuumok szintjén azonban a munkaerőpiac flexibilitása feltehetően megsokszorozza a munkaidő mintázatok nem standard formáit. Az időhiány elemzésekor tehát az időallokációs struktúrák

megragadásának egyik folyamányaként feltételezzük, hogy a társadalom bizonyos meghatározott szegmenseiben olyan növekvő számú egyéneket találunk majd, akik a szokásostól elhajló munkaidő- és szabadidő-eltöltési mintákat használnak pl. munkával töltött késő éjszakai órák, vagy akár teljes hétvégék, illetve szabálytalan munkaidő beosztási rendek. Egy ilyen trend lehet az első lépés afelé, hogy egy ezidáig kihasználatlan területet, az éjszakát (ahogy arra már utalt Melbin 1987-ben megjelent munkájában) kolonizáljuk, ezáltal mintegy - különösen az olyan, a rugalmas munkaerő-piac szempontjából gyenge pozíciójú piaci szereplők, mint a fiatalok, az öregek, vagy a nők esetében - új formáját hozva a kizsákmányolásnak. Az éjszaka gyarmatosításának tézise értelmében, feltételezzük, hogy egyre több tevékenység tolódik a nappalból az éjszakába. Hipotézisünk szerint pedig éppen az idő szűkében lévők csoportja lesz az, ahol plauzibilisen azonosítható válik majd az éjszaka meghódításának trendje. Dolgozatunkban tehát megvizsgáljuk, hogy az időhiány enyhítésére kidolgozott és általánosan elfogadott rutinok, mint az alvásidő csökkentése, így az éjszakától elrabolt idővel a nappal meghosszabbítása, vagy akár a 'sűrűbb élet', a gyorsabban elvégzett feladatok, a multitasking vagyis a párhuzamosan végzett tevékenységek milyen mértékben, hogyan, és főként az egyéni szubjektív jólétet tekintve valóban befolyásolják-e az időhiány percepcióját.

Az elméleti munkák feldolgozásával és a vázolt elemzések elkészítésével dolgozatunk célja az, hogy a jelenlegi magyar társadalmi viszonyok között az idő-felhasználási mintákat és stratégiákat elemezve rámutassunk a jelenkori társadalomban élő ember egyik legfőbb motivációs és öngazoló, mintegy az önmaga társadalmi beágyazottságát alátámasztó problémájára, a valós vagy vélt időhiányra és annak karakterisztikájára.

2. ELMÉLETI HÁTTER ÉS KORÁBBI KUTATÁSOK EREDMÉNYEI

Az időre, illetve magára az időhiányra vonatkozó irodalom meglehetősen terjedelmes, és számos empirikus kutatás is született a témában. A kutatások sokfélesége az elméleti megközelítések diszciplináris változatosságából is adódik. Így beszélhetünk például filozófiai-, pszichológiai-, ökonómiai-, időallokációs-, szociokulturális-, fogyasztásszociológiai-, vagy antropológiai megközelítésről, amelyet tovább színezhethet az eltérő teoretikus tradíciók sokfélesége úgy, mint például a marxista szemléletű Szalai (1978) munkái vagy akár a feminista alapokon nyugvó időallokációs kritikák, mint Warde és Hetherington (1993) tanulmányai. A fogalmi definiálást tovább gondolásra készíti még magának a társadalmi időnek az utóbbi évtizedekben bekövetkezett radikális megváltozása is.

Témánk megragadásához elsőként az idő fogalmával foglalkozunk, majd áttekintjük azokat az elméleti felvetéseket, iskolákat és rendszereket, amelyek az idő szociológiájával foglalkoznak, egyben kijelölve a tudományterületen belül a saját kutatásunk helyét. Az időhiány elemzésekor megkerülhetetlen lesz az idő társadalomformáló szerepének tárgyalása, amelynek vizsgálata elvezet oda, hogy igazoljuk; társadalmunkat soha nem tapasztalt mértékben foglalkoztatja az a rögeszme, hogy minden egyes pillanatot megpróbáljunk kihasználni, egyre jobban és jobban, gyakran a terhelhetőségünk határáig felgyorsítva életritmusunkat. Az időhiány karakterisztikájának egyik megközelítésében tehát a gyorsaság, hasznosság, produktivitás triangulumának, mint modern eszménykép kialakulásának lehetséges okait elemezve mutatjuk be a gyorsuló életritmus okán fellépő társadalmi- és szociokulturális ösztönzőket és preferenciákat.

Az idő, mint erőforrás, többnyire közgazdaságtani vetületének tárgyalásakor két fő elmélet köré csoportosítjuk az időhiány operacionalizálhatóságának problematikáját.

Az idő jószágként való definiálásakor Blakelock (1960) rugalmasság és likviditás alapú elméletét¹, valamint a közgazdaságtanban meghatározó Becker háztartás-ökonómiai modelljén alapuló, de az időszociológiai vizsgálatok számára leginkább Hamermesh és Lee (2005) kutatásiból ismert hasznosság-elméletet² ismertetjük, külön hangsúlyt fektetve az időgazdálkodás és az időhiány, valamint a jövedelem egymásra gyakorolt hatására. Látni fogjuk, hogy ezekben a munkákban az elméleti és empirikus keret alapja a háztartás,

¹ Saját elnevezés

² saját elnevezés

pontosabban a háztartáson belüli időallokációs stratégiák, tehát az időhiány specifikusabb megértéséhez elengedhetetlen lesz, hogy a háztartások- illetve a háztartási munka karakterisztikájának bemutatásával is foglalkozzunk.

Az időhiány gazdaságtani vetületének vizsgálatakor arra is kitérünk, hogy az idő miként értékelhető tőkeként, milyen axiomatikus jellemzőkkel bír, majd kísérletet teszünk annak bemutatására, hogy az axiómák felrúgásával milyen további lehetőségek kínálóznak az időhiány elemzéséhez. Ebben a kontextusban kerül a sor „párhuzamos élet” koncepciójának bemutatására és a parallel élet vizsgálatának az időhiánnyal való összevetésére.

Ezt követően bemutatjuk az időhiány kérdésének legszélesebb körben feldolgozott megközelítését, a munkaidő és szabadidő allokációjának ideológiai és empirikus eredményeit, majd a mikro szintű vizsgálatokhoz kapcsolódva az időhiányból adódó szubjektív életminőség fogalmát járjuk körül. Végül az idő szűkösségének mérésére alkalmasnak vélt módszertannal foglalkozunk.

2.1. Idő és társadalom, az idő fogalma

Noha az idő, pontosabban annak megtapasztalása minden egyén számára egyértelmű, az idő definíciójának megfogalmazása az egyes diszciplínák megközelítésében, de még egy adott tudományterületen belül is számos kérdést vet fel. A fizikusok számára az idő a létezés kerete, lineáris rendszer, míg a filozófia és a szociológia ettől merőben eltérő időfogalmakkal is operál. A filozófiában az idő fogalma alapvetően az ontológia és az episztemológia kutatásának központi tárgya, amelyek legfőbb kérdésköre az idő és a tér viszonya, illetve az, hogy léteznek-e ezek a tudattól függetlenül (lásd Hérakleitosz, Szent Ágoston, Leibniz, Heidegger, Husserl), az idő szociológiai megközelítése pedig inkább funkcionális (Durkheim 1912, Sorokin, 1964). A két diszciplína időfelfogása legtisztábban Henri Bergson (1990) munkásságában közelít egymáshoz. A bergsoni filozófia kétféle időt különböztet meg. Egyrészt a kanti hagyományokon indulva az időt a térhez hasonlítja, amely tapasztalattól függetlenül érzékelhető, és egynemű időnek nevezi, amelynek legfőbb jellemzője a linearitás. Ezen, a fizikusokéhoz közel álló időszemlélet szerint az idő egyenletesen halad a múlt irányából a jövő felé, linearitását nem törli meg semmi. Bergson ugyanakkor megfogalmaz egy másik fajta időt is, az élőlények különmemű, teremtő idejét, amelyet *durée*-nek, tartamnak nevez. A *durée*, élményekben, történésekben gazdag,

lényege a teremtőképesség, az organikus fejlődés és a tapasztalás. Bergson elmélete, így a *durée* definíciója az alaktalan időhasználat fogalmának megalkotásakor lesz majd segítségünkre.

A nyugati kultúra időszemléletében a lineáris időfelfogás gyökeresedett meg, lehetővé téve ezzel, hogy az időt mérjük, sőt olyan szerkezetekkel mérjük, amelyek homogén szakaszokra bontott mozgásokat vagy változásokat zárnak magukba. A lineáris idő tehát olyan absztrakció, amelynek lényege a folytonos változás. A Bergson által tartamnak nevezett idő mai fogalmakkal élve nem más, mint az egyén által megélt „szubjektív idő”, míg a fizikai definíció szerint vett időfogalma megegyezik korunk „objektív idő” definíciójával.

A keleti társadalmak időszemlélete merőben más logika szerint épül fel. Számukra az idő olyan, önmagába visszatérő absztraktum, amely örökösen megújuló körkörös folyamatokban jelenik meg.

Alkalmazzuk azonban akármelyik tudományterület definícióját, akár a nyugati kultúrákban megszokott bergsoniánus lineáris időfogalmat, akár a keleti társadalmak ciklikusiánus időszemléletét, az időhiány kérdése különböző aspektusokból, de mindkét rendszerben megkerülhetetlen.

2.2. Az idő szociológiai megközelítése

Az idő szociológiai értelemben tulajdonképpen egyet jelent a társadalmi idővel, így az idő szociológiai megközelítése alapvetően funkcionális. A funkcionális megközelítés egyrészt arra fókuszál, hogy az egyes társadalmi egységeknek és struktúráknak mire van szüksége, másrészt arra, hogy más struktúrák és tevékenységminták hogyan hatnak rájuk és ezek egymásra gyakorolt hatásának mi az eredménye. Kiindulópontként az idő szociológiai megközelítését két fő kérdés köré rendezhetjük. Tárgyalnunk kell egyrészt az idő fogalmának eredetét, illetve vizsgálni kell, hogy az általános időfogalmak által a társadalmi egységek és struktúrák miféle igényei elégítődnek ki. „A témában klasszikusnak számít Durkheim (1912), *A vallási élet elemi formái* c. munkája, amelyben Durkheim vallásos és profán időt határoz meg, valamint a kettő különbségét taglalja. Amint írja: „a napok, hetek, hónapok, évek felosztása megfelel a rítusok, ünnepek és nyilvános ceremóniák periódusos forgásának. A naptár, a közös tevékenységek ritmusát fejezi ki, ugyanakkor feladata is ezek

rendszerességét fenntartani” (in Blakelock, 1960:450).³ Sorokin (1964) ugyan csak rámutatott, hogy a nap, a hét, az évszakok, az év, vagyis a természeti ciklusok végső soron a szabályszerűen hozzájuk kapcsolódó tevékenységekkel válnak szociológiailag relevánssá, példaként hozva, hogy a világosság és a sötétség váltakozása nem csupán az ébrenlét és az alvás váltakozásaival kapcsolódik össze, hanem számos szociális tevékenység keretét is megadja.⁴ Weigert (1984) ezen gondolat mentén vázolta fel a mindennapi életnek a naphoz, a héthez és az évszakokhoz kapcsolódó szokásos cselekedeteit, majd megállapította, hogy a társadalmak csak akkor képesek működni, ha a társadalom valamennyi tagja ezt az időbeosztást követi (Bergmann, 1990:150). Ez a gondolat vezet végső soron ahhoz a megállapításhoz, hogy minden egyén a legkülönbözőbb időrend szerint él, némelyek külső kényszerítő kontrollok hatása alatt, mások az egyén szabad akaratán keresztül állnak össze. (Ahogy azt később látjuk majd, az Időmérleg vizsgálatok során alkalmazott hierarchikus tevékenység-struktúra kialakítása is a kényszerítő társadalmi kontrollok és az azoktól független tevékenységek kategorizációjára épül, vö. társadalmilag kötött idő és szabadidő.) Ezen időrendek szerkezete részint lineáris, ilyen például az egyéni életút vagy a karrier, részint ciklikus, mint például a napi teendők (Bergmann, 1990:150).

A rendszeresség és a periodicitás tehát kulcsfogalmak a társadalmi idő megértéséhez akár makro- akár mikro szinten közelítünk a témához. Durkheim makroszintű megközelítése könnyen alkalmazható a társadalmi nagy egységtől eltérő kisebb intézményrendszerekben (lásd házasság, oktatás stb.) de mikro szinten is, hiszen az egyén számára ugyancsak elengedhetetlen a periodicitás és a rendszeresség.

„Sorokin két könyvében is foglalkozik a problémával. A szociokulturális kauzalitás, tér, idő c. művében leírja az időfogalmak eredetét, különös tekintettel a mechanikus vagy óraidő és a társadalmi idő közötti különbségre. Míg az előbbi folyamatos, (azaz minden perc az előzőt követi és ugyanolyan hosszú), az utóbbi nem tekinthető folyamatos időnek, hiszen a társas tevékenységek néha szorosan egymást követik, máskor, csak némi szünet

³ Hasonló gondolatok mentén osztja fel a teret és az időt Mircea Eliade (2003) szent és profán tartamokra, ahol a szent idő és hely legfőbb jellemzője a hierofánia.

⁴ Goody (1968) értelmezésében „a nappal a megszokott időtervet követő, produktív tevékenységek ideje”, míg az éjszakát egyfajta mitikus és szakrális dimenzióknak ítéli, amelyet tevékenységszinten a bűnözéssel és a szexualitással kapcsol össze.

után, de az sem ritka, hogy párhuzamosan zajlanak. Az ünnepek, rítusok által kijelölt egységek hossza nagyon különböző lehet. Amint Durkheim írta, az időfelfogások a társadalmi tevékenységek rendszerességét szabályozták. Sorokin szerint az óra eredete és így a mechanikai idő eredete abban rejlik, hogy a komplex társadalmi rendszereknek szükségük van a rendszerességre. Az az idő, amelyet egy kis csoport vagy a szomszédság eseményei pontosnak, nem megfelelő arra, hogy egy nagy közösség vagy társadalom tevékenységeit szervezze. Nincs olyan szociokulturális idő, ami elég általános lenne ahhoz, hogy összefogja a különböző társadalmi csoportokat. Sorokin és Berger a *Time budget of human behaviour* c. könyvében kiterjesztik Durkheim gondolatát, arra nézve, hogy az idő fogalma egyben kollektív cselekvést is tükröz. Azt állítják, hogy az egyén cselekedeteinek megjósolhatósága tükrözi a társadalmi szervezettség fokát. Anómiás állapotok esetén (lásd akár Durkheim akár Merton anómia definícióját), például forradalom idején, nehéz megmondani, hogy akár a nagyon közeli jövőben mit csinálnak az emberek, míg békeidőben könnyű viszonylag pontos hosszú távú jóslatokat tenni” (Blakelock, 1960:450).

„Parsons ugyancsak ezt állítja, amikor azt mondja, hogy mások cselekedetének megjósolhatatlansága az anómiás állapotnak a jellemzője, ami számára egyszerűen a társadalmi szerveződés akadályozó hatását jelenti” (Blakelock, 1960:451).

„Ami ezekben a koncessziókban közös, az Durkheim gondolata arra nézve, hogy a társadalmi idő valamilyen társadalmi tevékenységeket tükröz, valamint, hogy a társadalmi idő másodlagos feladata a társadalmi tevékenységek rendszerességének biztosítása. Ez a funkcionális megközelítés tisztán megmutatja az időfogalom és az általános kollektív cselekvés egymástól való függését, minthogy mindkettő erősíti a másikat. Ennél fogva az idő adott szemlélete kapcsolatban lehet azzal, hogy a társadalomnak szüksége van rá, az idő megjósolhatóságát pedig, mint a társadalmi szervezettség vagy szervezetlenség mértékét foghatjuk fel” (Blakelock, 1960:451).

Ettől függetlenül ez a funkcionális megközelítés keveset mond arról, hogy miféle egyéni vagy adott csoportra jellemző tevékenységminták fordulhatnak elő a társadalomban, és nem mond sokat az időhiány problémájáról sem.

2.3. Privát idő, nyilvános idő

Az idő funkcionális megközelítésében a rendszeres társadalmi tevékenységek definiálják magát az időt. Ezekre a társadalmi tevékenységekre szánt idő azonban tartozhat közvetlenül

az egyénhez, de utalódhat - Sorokin megfogalmazásával élve - komplex társadalmi rendszerekhez is. Funkcionalista megközelítésben az időhiány tehát nem más, mint az egyénhez, illetve a komplex társadalmi rendszerekhez rendelhető rendszeres társadalmi tevékenységekre szánt idő közötti diszkrepancia összemosódása. Túllépve azonban a szigorú funkcionalista definíciós kereten, az időhiány fogalmát megragadhatjuk úgy is, hogy az egyénhez rendelt időt (amelyben már nem csak rendszeres tevékenységek vannak jelen) privát időnek, míg a társadalmi rendszerekhez köthető időt (ugyancsak a 'rendszeresség' korlátját elhagyva), nyilvános időnek nevezzük. Az időhiány alapja tehát a privát és a nyilvános idő közötti egyensúly megtalálása lesz. Modernkori megfogalmazással élve, az időhiány vizsgálatok a munka-család egyensúlyának, vagy a munka és magánélet összehangolásának problémakörével állunk szemben.

Mielőtt azonban a huszonegyedik századi időallokációs koncepciókkal foglalkoznánk, a társadalom és az időhiány kapcsolatának vizsgálatán keresztül vegyük sorra, hogy az egyes korszakokban hogyan viszonyultak az emberek az idő szűkösségének kérdéséhez.

2.4. Az időhiány és a társadalom összefonódása

Feltételezzük, hogy elődeink számára az időhiány a történelem kori szakaszában nem okozott jelentős problémát. A társadalom, így az egyének életritmusa követte a Nap, az időjárás és a vallás diktálta ciklusokat. Az idő mérésére szolgáló mértékegységek csak a csillagászok számára jártak haszonnal, a társadalmi rendet nem befolyásolták. Az időszemléletben az áttörést az idő nyilvánossá tétele a mechanikus óra feltalálása és elterjesztése hozta meg már a 14. században.⁵ Az óra feltalálásával és nyilvánossá tételével (mechanikus órák nyilvános elhelyezése) a tevékenységek időtartamának meghatározása a tartamok egymáshoz viszonyított arányainak kialakítása a rendelkezésre álló idő hatékony felhasználását tette lehetővé. Az óra használata, az idővel való gazdálkodás, a tevékenységek megszervezésének és a hatékonyság növelésének új lehetőségeit eredményezte (lásd 2.5. fejezet). Elias megfogalmazásával élve az idő belső természetünké vált, ugyanakkor külső kényszerítő erő is maradt (Elias, 1990).

⁵ Az „óra” „heure” fogalma például elsőként a közép-francia nyelven bukkan fel 1400 után, az egy időtartamra vonatkozó, ma is használt jelentésében. Egészen addig csupán egy időpontot jelölt az általános nyelvhasználatban (Glasser, 1936 in Klein, 2006).

A modern világgazdaság kialakulása a munka megszervezését, felügyeletét, a teljesítmény kikényszerítését elvégző nem gazdasági céllal létrehozott társadalmi szerveződések, Weber (1982) kifejezésével élve patriarchális autoritások fölbomlását hozta magával. A modern gazdaságban az óraidő vált a legfontosabb ellenőrző, koordináló eszközzé. Az amerikai ipartörténész Mumford szerint egyenesen „az óra, nem pedig a gőzgép volt a modern ipari kor meghatározó találmánya” (Kuczi, 2004).

Noha a tevékenységek hosszát korábban is mérték, az idő hatékonyságnövelő aspektusa a huszadik században válik hangsúlyossá. Korábban ugyanis az egyes időtartamok (pl. a vádlott addig beszélhetett, amíg leperreg a homokóra) önmagukban álltak; nem illeszkedtek egy előzetesen kialakított rögzített időrendbe. A huszadik század előtt az idővel való gazdálkodás csak a rendelkezésre álló idő hézagmentes kitöltésére irányult. Ekkor még az idő nem szűkös erőforrás, értéke persze már van, ezért nem szabad kitöltetlenül hagyni. Ahogy Benjamin Franklin naplójából is kiderül, az emberek az időt beosztják, de még nem gazdálkodnak vele, mint szűkös erőforrással. A beosztás csupán az idő hasznos és erkölcsileg kívánatos kitöltését szolgálja. Weber *Protestáns etika* című könyvében a protestantizmussal kapcsolatban kiemeli az idő beosztásának jelentőségét. Az idő fecsérletét a legsúlyosabb bűnnek nevezi. A protestantizmus kialakulásával azonban fordulat következik be az időszemléletben is (Kuczi, 2011).

A tizenkilencedik században, az iparosodás korában egyértelmű volt a különbség a privát és nyilvános idő között. A fordista társadalmak időrezsime standardizált munkaóráival és kötött munkarendjével éles határt vont a munkaidő és a szabadidő közé. A késések szankcionálása, sőt Angliában a munkakezdés köré szervezett ceremónia - a tulajdonos fogadta a gyárkapuban a munkásokat, a munkaidő megkezdése után nem engedtek be senkit - egyértelműen az idő privát és nyilvános szférára bontását, valamint az idő hatalmi privilégiumként való kezelését mutatja (Kuczi, 2011). Az idő hatalmi aspektusa a tizenkilencedik század sajátja. A tizenkilencedik századi gyártulajdonosok időszemlélete ugyanakkor pontosan megegyezik a protestáns meglátásokkal. A gyárakban az idő mérése a fegyelmezés eszközévé vált. Szigorúan büntették a késést, és mindazt, ami a munkaidőt megrövidítette. Ugyanakkor a tulajdonosok nem gazdálkodtak a megvásárolt munkaidővel, csak beosztották, azaz gondoskodtak annak hézagmentes kitöltéséről. Marx értéktöbblet elmélete ugyancsak jól tükrözi a tizenkilencedik századi idővagyon szemléletet. Marx az értéktöbblet elemzésénél a munkával hézagmentesen kitöltött munkanapot veszi alapul, amely egyenlő értékű részekből áll (Marx, 1967). A huszadik század időszemlélete azonban éppen ezen a ponton hoz radikális változást. A modern időrezsime számára az idő

korántsem áll egyenlő értékű egységekből. Oszthatóságát tekintve az egyes időintervallumok értéke természetesen változatlan maradt, azok napi cikluson belüli elhelyezkedése azonban döntő fontosságú lett az egyes időallokációs stratégiákban. Ezt tükrözik az úgynevezett rugalmasság alapú időhiány elméletek (lásd 2.8.1. fejezet).

A tevékenységek kijelölésének időpontja a mechanikus (és nyilvános) órák (pl. toronyóra) megjelenésével az egyház, illetve az órabirtokosok hatalmi aspektusává vált. A tizennyolcadik századtól az órák terjedése a magánszférában megszünteti az órabirtokosok monopol helyzetét. A birtoklás helyett inkább az órák kezelése, beállítása vált a hatalom forrásává, hiszen ekkor még nem létezik a mai értelemben vett pontos idő (Thompson, 1990).

Az idő standardizált egységekre való bontása a civilizációs folyamat része is egyben (Elias, 1990). A standardizált egységek használatával ugyanis az egyének képessé válnak arra, hogy egymáshoz igazítsák a cselekvéseiket, amely egy szorosabban szervezett, hatékonyabb társadalmi rend kialakulását teszi lehetővé. Könnyen belátható, hogy minél bonyolultabb cselekvéssorozat összehangolására van szükség, annál precízebb és differenciáltabb időmérő eszközre van szükség. Az idő ezen külső kényszeren alapuló aspektusa azonban csak a modern individuum kialakulásával válik majd belső kényszerré. Az idő szinkronizálásának megoldása, vagyis a pontos idő „létrejötté” tehát nemcsak időallokációs, de társadalmi szempontból is mérföldkönek számít. A pontos idő egyenlővé vált azzal, hogy annak „birtokosa” benne volt a társadalom rendjében (Kuczi, 2004).

A huszadik századtól az emberek élete már az óraidő szerint szerveződik, anélkül, hogy erről külső hatalom gondoskodna, mint az idő birtokosa. Az órák széleskörű elterjedése megszüntette az óraszerkezet birtoklásával vagy beállításával kapcsolatos hatalmat, így a visszaélési és manipulálási lehetőségeket (vö. a gyárak tulajdonosai a munkaidő kezdetekor előbbre, a munkaidő végén visszaállították az órákat). A huszadik század ugyanakkor, amennyiben az idő hatékonyságnövelő és hatalmi aspektusának összekapcsolódását tekintjük, további változásokat is hozott.

Az idő hatékonyságnövelő és hatalmi aspektusának összekapcsolódása azt eredményezte, hogy az óraidő a természetünké vált, ugyanakkor a munkás ideje továbbra is a munkásra kívülről rákényszerített idő maradt, míg a vállalkozó megőrizte az idő fölötti rendelkezés képességét, és az inaktívak feltehetően ugyanígy szabadon gazdálkodnak az idejükkel (Kuczi, 2011). Azáltal, hogy az óraidő a második természetünké lényegült, lehetségessé vált a gyári munka szervezeti felbontása, s mivel az összehangoltság és a pontosság mindenki számára elérhetővé vált, terjedni kezdhettek az atipikus foglalkoztatási formák.

A huszadik század végére a privát idő és a munkaidő közötti határ elmosódik, alapot teremtve ezzel egy modern időrezsim kialakulásának. A modern időrezsim ontogenezisének hátterében a hirtelen bekövetkező gazdasági- és társadalmi átalakulások állnak. Az elmúlt évtizedekben a fejlett országokban az ipari alapú az információ alapú globális gazdaság felé toldott a hangsúly (Martinengo, 2007, Castells, 1996). Az úgynevezett posztfordista társadalmakban a gazdaság mozgatórugóját kitevő nagy teljesítményű, elsősorban a hatékonyságra törekvő szervezetek idő, energia, valamint elköteleződés tekintetében is egyre növelik elvárásaikat a munkavállalókkal szemben. Ennek érdekében az alkalmazottakat olyan eszközökkel látják el, amelyek lehetővé teszik, hogy azok mindig elérhetőek legyenek, és ha szükséges, otthonról is tudjanak dolgozni (Gesler, 2014). Ebből az aspektusból nézve a vállalat, mint totális intézmény jelenik meg. Mivel a privát idő annullálása a totális intézmények sajátja, így a totális intézményi rezsim kultúrájának, mint vállalati kultúrának a meggyökeresedése ellen éppen a privát idő megtartásának volna döntő fontosságú szerepe. Megvédené az egyént attól, hogy tetszőleges időben rendelkezésre álljon. A posztfordista időrezsimben, a modern individuum kialakulásában azonban éppen a privát idővel való gazdálkodás vált kulcsfontosságú aspektussá.

A szabadidő munkaidővé transzformálása ugyanakkor nem teljesen az információ alapú társadalom kiteljesedésének sajátja. Tipikus példa erre a taxis, akinek munkája nagyfokú időbeli mobilitást követel meg, amely egyben olyan „összjövedelem-maximalizáló” magatartással párosulhat, amikor a munkavállaló saját munkaidejét egyenesen mások szabadidejéhez igazítja (leginkább a szabad- és ünnepnapokon éri meg taxizni), vagy egészen a „biológiai maximumig” nyújthatja az esti- és éjszakai műszak felvállalásával (Sik, 2009). Noha a foglalkozás specifikus időszociológiai vizsgálatok elsősorban empirikus szempontból hiányosak, a „rendszer specifikus” vagyis egyes foglalkozásokhoz köthető „saját idők” létezését senki sem vitatja (Bergmann, 1990:157). Az egyes szakmákhoz köthető időstruktúrák elemzése kapcsán Moore (1963) a *Man, Time and Society* című munkájában megállapítja, hogy a különböző foglalkozásokhoz különféle időautonómiák köthetők (Moore könyvében csak a „munkaviszonyban állók” idejével foglalkozik), következésképp a különböző foglalkozásokhoz köthető időautonómiák erős diverzitást mutatnak. Moore példaként hozza erre a művészi tevékenységeket űzők szabad időgazdálkodási stratégiáját, míg Cottrell (1939) vasutasok körben végzett vizsgálata során hasonló szempontokat követve arra jutott, hogy az ebben a szakmában dolgozók számára a munkaidőn belül elvárt/megszokott „feszített szinkronizációs” követelmények spillover

hatásaként, a vasutasok a magánéletben sem rendelkeztek az idejük feletti autonómiával. Hasonló következtetésre jutott Schlesinger (1977 in Bergmann, 1990), aki a hírszerkesztőségekben dolgozók munkáját vizsgálta. Míg azonban a vasutasoknál a *sebesség* és a *menetrend* diktálta időkéyszerek hatása mutatkozott determinálónak, az újságírók (szerkesztők) időbeosztásának legfőbb kényszerítő faktora az *aktualitás* lett. Az aktualitás fogalma (nem csak az újságírói szakmán belül, de hétköznapi értelemben véve is) a gyorsaság, a gyors reagálás, az időszerűség, a jelenvaló, az akció, ugyanakkor az illékonyaság fogalomkörével azonosítható, amely olyan sajátos munkafeltételeket, ezzel párhuzamosan olyan örökös időkéyszert teremt a szakma képviselői számára, ami felülírhatatlan lesz a magánéletben. Sőt, az idő egyéni akarat szerinti beosztása feletti kontroll elvesztése (még inkább elengedése) egyenértékűvé válik a szakmai rátermettséggel.⁶ A gyorsaság és a produktivitás összekapcsolódása, mint az időszűke egyfajta konstans manifesztációja pedig társadalmi szinten konszenzusosan elfogadott státusszimbólum lesz.

Grossin (1974 in Bergmann, 1990) tovább lép az időautonómia vizsgálatában és munkájában nem egy-egy foglalkozás, hanem négy foglalkozási ág időstruktúrájának összehasonlításával, empirikus módszerekkel teszteli az egyes foglalkozásokhoz köthető időgazdálkodási mintákat (Bergmann, 1990). Grossin tanulmányában banki- és közigazgatási alkalmazottakat, bortermelőket és gimnáziumi tanárokat hasonlít össze munkájuk „geometriája” (vagyis időbeli felosztása és lehatároltsága) valamint tevékenységeik „szubsztanciája” (tartalma) szerint. Megállapítja, hogy az időgazdálkodási mintázatok egyik végén azok az alkalmazotti foglalkozások állnak, ahol a munkások apró időegységekre tagolt munkaidejében „pontosan megállapítható az egy időegységre jutó hozam” (Bergmann, 1990:158). Sőt, esetükben a munkaidő és szabadidő plasztikusan elválik egymástól, az időstruktúrák skáláján a másik véglet az egyénenként is eltérő időbeosztással dolgozó tanárok „kaleidoszkópikus ideje” áll, ahol nem állapítható meg

⁶ Ebben a dolgozatban nem célunk annak vizsgálata, hogy a hétköznapi életünk során adott válaszreakcióink gyorsasága hogyan vagy mennyire befolyásolja megítélésünket, könnyen megértjük azonban a probléma természetét, ha csak arra gondolunk, hogy milyen megítélés alá eshetünk, ha nem reagálunk kellő gyorsasággal egy ismerősünk Facebook posztjára, egy munkahelyi email-re, esetleg nem fejezzük ki időben gratulációnkat, elismerésünket, tetszésünk vagy sajnálatunkat mások felé.

egyértelműen a munkával töltött időegységek hozadéka, és nem tehető éles distinkció a munkaidő és szabadidő közé sem (Bergmann, 1990).

A huszadik század végére azonban már nem csak egyes specifikus foglalkozási csoportokra, hanem – az információs társadalom globalitását tekintve – a társadalom széles rétegeire hatnak a munkaidő és szabadidő összemosódásából eszkalálódó problémák. A privát és a nyilvános idő egymásba olvadása azonban továbbra sem érinti egyformán az egyes társadalmi csoportokat. A 24 órás társadalom kiszolgálásához, a magán idő fölhalmozásából, az örökös elérhetővé tételből adódó időhiány napjainkra státuszjelzővé vált, sőt bizonyos társadalmi csoportok elérhetőségük fönntartásával – jobb híján – maguk állítják elő az időhiányt. Minél magasabb státuszú az egyén, minél fontosabb pozíciót tölt be, annál inkább elérhetőnek kell lennie, ezzel is jelezvén elfoglaltságát. Az elfoglaltság és a társadalmi presztízs tehát karöltve van jelen az egyén életében, vagyis Veblen korával ellentétben ma a magas státuszt nem a dologtalanság, hanem ellenkezőleg: az elfoglaltság fejezi ki. Ebből adódik az időhiány szubjektív megítélésével kapcsolatos ambivalencia: panaszkodnak az emberek az idő szorítására, de kétségbe esnének, ha időfeleslegük lenne (Kuczi, 2011, Gershuny 2004, Sullivan-Gershuny, 2004). Mindemellett, a valóban magas státuszú elfoglaltakkal szemben, más, kevésbé jelentős csoportok tagjai fontosságukat éppen azzal próbálják növelni, hogy lehetőleg mindenhol meghagyják elérhetőségüket (Zerubavel, 1981). Ugyanakkor, a technikai, pontosabban a technológiai fejlődésnek köszönhetően megvan az esélyünk arra is, hogy csak bizonyos egyének számára biztosítsuk az elérhetőségünket. Ez a szelekciós lehetőség pedig - ahogy korábban a pontos idő „birtoklása” - a társadalom tagjait ismét az idő hatalmi aspektusával ruházhatja fel.

2.5. Időhiány és szabadidő-felhasználási stratégiák

A tizenkilencedik században a munkaidővel szemben a szabadidő a tétlenség ideje. A huszadik században a szabadidő hasonlónak válik a munkaidőhöz, amennyiben akár csak a munkaidő a szabadidő is szűkös jószágnak bizonyul. A huszadik századi ember arra törekszik, hogy adott szabadidő egységből a maximumot hozza ki. A két század szabadidő-felhasználásának összehasonlításakor paradox helyzettel találkozunk. Míg a tizenkilencedik században a rövid szabadidőt tétlenséggel töltötték, a huszadik században a szabadidő hosszabbá vált, ugyanakkor zsúfolt és zaklatott. A huszadik századi ember szűkös szabadidejének egyik magyarázatát a fogyasztás növekedésében kell keresni,

ugyanakkor a fogyasztás ismét csak időt igényel. Mielőtt az érvelés tautológiába torkollana, szögezzük le, hogy a posztfordista társadalomban élő ember szemszögéből nézve, ahogy gyarapszik a fogyasztási javak világa, úgy válik egyre zsúfoltabbá a szabadidő, mivel egy időegység alatt egyre több jószágot kell elfogyasztani. Következésképpen az egyének annak érdekében, hogy mindent elfogyaszthassanak, idejük szoros megszervezésére kényszerülnek. Ugyanakkor nincs módjuk enyhíteni az idő szűkösségén (növelni a pihenőidőt), mivel a növekvő áru kínálat költségessé teszi a szabadidőt, azaz a javak megszerzése további erőfeszítéseket igényel. Ebből következően tehát, minél több van a jószágból (a megvásárolandó, elfogyasztandó termékből), vagyis minél jobban élnek az emberek, annál nagyobb rajtuk az idő nyomása. A probléma gyökere abban rejlik, hogy a vásárolt jószág és az idő nem helyettesíthetők tökéletesen egymással, vagyis nem csak a jómódúaknál tapasztalható az időhiány szorítása, hanem bármilyen társadalmi csoport, - munkaóráinak számától függetlenül - egyre növekvő időnyomás alatt látja magát, ahogy a piaci áruk vásárlására törekszik. Linder híres könyvének címére utaló találó megfogalmazással élve tehát „korunkban már nem csak a dolgoztalan osztály válik zaklatottá”⁷ (Hamermesh, 2005). Közgazdaságtani szempontból tekintve a termelés növekedésével a gazdasági folyamatok fenntartásához tehát (növekvő) fogyasztás kell. A szabadidő ugyanakkor fogyasztási idő is egyben, gazdaságilag nem csak a termelést végzők regenerációs funkcióját tölti be. A szabadidőre rátelepülő többféle funkció pedig ismételtelen az idő szűkösségének érzetét generálja. A fogyasztói társadalomban az idő szűkössége egyre több ember számára válik nyomasztóvá.

A privát és a nyilvános idő meghatározásának problémája azonban a huszadik század végére már nem merül ki teljesen a szabadidő eltöltésének vizsgálatában vagy a munka- és szabadidő közötti diszkrepancia meghatározásában. A modern kommunikációs- és információs technológia elterjedése, a különféle formális- és informális digitális hálózatok széleskörűvé válása, illetve a transznacionális vállalatok terjeszkedése és azok számának gyors növekedése következtében létrejövő munkaidő és szabadidő kezelési stratégiák és struktúrák, társadalmi szempontból új vizsgálati területet kínálnak. A huszadik század közepétől a privát és nyilvános idő problémája beleolvad a munka-család egyensúlyát kutató napjainkban is széles érdeklődésre számot adó divatos témakörbe (lásd 3. fejezet).

⁷ Utalás Linder: *The Harried Leisure Class* című könyvére.

2.6. Gyorsuló idő⁸, hatékonyság, produktivitás, gyorsaság, stressz

Az Egyesült Államokat és Európa nyugati országait tekintve, az időhiány vagy stressz megítélése konszenzusosan a gyorsuló életritmussal hozható összefüggésbe (Rosa 2005 valamint Rosa és Scheuerman, 2010). Ahogy arra Kubrick filmje kapcsán már a bevezetőben is utaltunk, az életünk általános napi ritmusa felgyorsult. Benjamin Franklin már 1748-ban azt ajánlja, ne vesztegessük az időnket, ugyanis; „Az idő pénz”. A szállóige, ugyan egy félreértelmezés miatt terjedt el ebben a formában, a felszólítás mégis olyan mély nyomot hagyott a nyugati kultúrában, és olyan magától értetődővé vált, hogy szinte természeti törvényként tartjuk számon.

Benjamin Franklin gondolatának újfajta megközelítéseként, a gyorsaság ’kézzel fogható’ rögeszméjének gyökereit közel száz évvel később, a taylorizmusban találjuk meg. 1872-ben, Frederick Winslow Taylor a Midvale Acélgyár mérnökeként úgy találta, hogy sem az acélgyári munkások, sem a gépek, amelyekkel dolgoznak, nem működnek olyan hatékonyan, mint az szerinte elvárható lenne, ezzel aránytalanul magas munkaerő-költséget eredményezve a vállalatnak. Műszakvezetői pozícióba lépve Taylor munkásaitól sokkal magasabb teljesítményt várt el, ezért tanulmányozni kezdte, hogy milyen módon lehetne a kívánt produktivitást (noha a fogalom akkoriban még ismeretlen volt) elérni. A mérnök a hatékonyság növelése érdekében a mozdulatelemzés technikáját alkalmazva a legutolsó izomrezdülésre is kiterjedve vizsgálta a munkások mozdulatait annak érdekében, hogy minden feleslegeset kiküszöbölhessen, majd ezen megfigyeléseit és elemzéseit felhasználva kidolgozta a megfelelő mozdulatsort annak érdekében, hogy a futószalagok mellett minél gyorsabban folyhasson a munka. A taylorizmus keretében a perfekcionizmusig kidolgozott hatékonyságnövelő mozdulatrendszer azonban tökéletesen megfosztotta a munkást attól, hogy úgy érezze, ráhatással van a munkájára. A huszadik század során Marmot bebizonyította, hogy amennyiben vakon kell alkalmazkodnunk egy idegen életritmushoz, akkor az egyéni kontroll elvesztése miatt tehetetlennek érezzük magunkat, ami stresszt okoz (Marmot, 1991 és 1997). Marmot, Whitehall Study-ként⁹ emlegetett tanulmányában brit közalkalmazottak körében vizsgálta a társadalmi státusz és

⁸ Utalás a Magvető Könyvkiadó Gyorsuló idő sorozatára, amelynek égisze alatt az 1970-es évektől majdnem az ezredfordulóig jelentek meg pszichológiával, politológiával, történettudománnyal, társadalom- és irodalomtudománnyal, filozófiával stb. kapcsolatos tudományos igényű művek.

⁹ Két Whitehall Study készült. Az első kutatás 1967-ben indult, 18 000 brit közalkalmazott férfi tíz éves megfigyelésével. A második study keretében 10 300 fő került a mintába. Ekkor már a minta egyharmada nő volt. A kutatást kohorsz-vizsgálatokkal végezték, az utolsó hullámot 2012 januárjában indították.

az egészségi állapot, valamint ezzel összefüggésben a munkahelyi hierarchiában elfoglalt hely és a halálozási ráta kapcsolatát. Kutatásai során szoros összefüggést talált a társadalmi státusz és a halálozási ráta között. Az alacsonyabb beosztásban dolgozók (portás, levélhordó) között háromszor magasabb volt a halálozási ráta, mint a munkahelyi hierarchia magasabb fokán (akár már az ügyintézői vagy adminisztrátori szinten) foglalkoztatottak esetében. A halálokok között első helyen a szívinfarktus szerepelt, amelynek oka a munkahelyi stressz eredményeként fellépő magas vérnyomás. Marmot bebizonyította tehát, hogy az idő feletti kontroll elvesztése stresszt okoz, s azt is, hogy ez történik az alá-fölé rendeltségi rituálékban, így egy főnök beosztott viszony esetében is, hiszen az alárendelt idejével többnyire a főnöke gazdálkodik.

Az 1800-as évek végén azonban más diszciplínák művelői is rámutattak a gyorsuló életritmus okaira és veszélyeire is. George Beard (1881) amerikai neurológus *American Nervousness* című könyvében az 1800-as évek végén óva intette honfitársait a gyorsuló életritmus miatt. Meglátása szerint a neuraszténia¹⁰ - amely Freud szerint a stresszel rokon tüneteket is produkál - az amerikai társadalomban a modern iparosodott élet gyorsasága és töredezettsége miatt terjedt el járványszerűen. Könyvében öt okát jelölte meg a neuraszténia kialakulásának. Állítása szerint ezek mindegyike a modern civilizáció kialakulásában gyökerezik, amelyet az ősi civilizációktól a következő sajátosságok különböztetnek meg: 1) a gőzgép használata (vagyis az ipari termelés, és a kereskedelem felgyorsulása), 2) a sajtó és a telegráf megjelenése (vagyis az információáramlás felgyorsulása), 3) a tudományok gyors fejlődése, valamint az, hogy 4) a nők szabad teret kaptak a gondolkodásban (sic!)¹¹. A neuraszténia okainak első felsorolásában ugyan nem jelenik meg, a könyv további fejezeteiből azonban kiderül, hogy Beard az Istenbe vetett hit gyengülését (5) is ezen tényezők közé sorolja (Beard, 1881). Beard nyomán a neuraszténia fogalma a századfordulón ágyazódik be a pszichológiába, s újfajta betegségként, a túl gyors munkatempó okozta kimerültséget taglalja.

Az 1800-as éveket véve alapul az életritmus felgyorsulása - az iparosodás mértékével párhuzamosan - úgy tűnik általánossá vált, ám nem mindenhol zajlott egyforma sebességgel. Erre mutat rá Levine (1997) *Időföldrajz* című könyvében, amelyben az életvitel tempóját kultúra-specifikus jelenségként azonosítja. A különböző kultúrák

¹⁰ Magyarul az ideggyengeség kifejezést használják, noha a két fogalom nem fedi pontosan egymást.

¹¹ Beard megállapítása a korszellemet tükrözi. Az akkori tudományos álláspont szerint a nők kevesebbet gondolkodnak, mint a férfiak. Miután a társadalmi fejlődés a nők számára is lehetővé/szükségessé tette, hogy bekapcsolódjanak az addig csak férfiak uralta rendszerbe, Beard meglátása szerint nekik is számolniuk kellett azokkal a betegségekkel, amelyek korábban az említett okok miatt csak a férfiakat sújtották.

életritmusára vonatkozóan végzett kutatásai során (Beard megfigyelésével összhangban) arra a következtetésre jutott, hogy minél erősebben iparosodott egy ország, és minél individualistább az emberek beállítottsága, annál gyorsabb a tempó (Levine, 1997). Megfigyelései során az egyes országok vagy kultúrák tempóját Levine három mutató mentén operacionalizálta; 1) a gyalogosok sebessége az utcán¹², 2) a munkatempó, amit Levine a postások munkasebessége alapján számszerűsített, egész pontosan aszerint, hogy mennyi idő telik el, amíg bélyeget vagy pecsétet kapunk a postán, és 3) mennyire pontosak a közterületeken található órák. Ezen indikátorok alapján mérve az összesen 31 országban elvégzett kutatás a következő sorrendet eredményezte. Svájc állt az élen, ahol Levine szerint az órák a lehető legpontosabban járnak, a második helyet Németország foglalta el (noha Levine a német postásokat tartotta a legfürgébbnek) a harmadik helyre Írország került, ezt követte Japán majd Olaszország. Az Egyesült Államok és Kanada a középmezőnyben végzett, a leglassúbb életvitelűnek számító öt ország pedig Szíria, El Salvador, Brazília, Indonézia és végül Mexikó lett (Levine, 1997).

Levine ilyen irányú kutatása ugyanakkor nem új keletű. Herbert Wright mutatott rá elsőként arra, hogy szoros összefüggés mutatkozik a népesség nagysága és az adott területen élők sebessége között (Wright, 1967). Wright a Kansasbeli nagyvárosi és kisvárosi gyerekek tempóját vizsgálva kimutatta, hogy a nagyvárosban élő gyerekek kétszer olyan gyorsan közlekedtek, mint kisvárosi társaik. Bornstein Csehszlovákia, Franciaország, Németország, Görögország, Izrael és az Egyesült Államok 25 városában figyelte meg a gyalogosok sebességét, hogy igazolja a népességnagyság és a felgyorsult életritmus közötti kapcsolatot. Bornstein - Wrightéhoz hasonló eredményekre jutva -, elképesztően szoros összefüggést mutatott ki a népességnagyság és a gyaloglás sebessége között. Mivel a korrelációs együttható értéke 0,91 volt (ilyen szoros statisztikai összefüggés kimutatása a társadalomtudományi kutatásokban mindig kétkedésre ad okot) ezért Bornstein megismételte a kutatást más országok, így Írország és Skócia, valamint az Egyesült Államokból választott más városok bevonásával, de a megismételt kutatás közelítőleg ugyanezt az eredmény hozta ($r=0,88$) (Levine, 2006).

Jahoda és Lazarsfeld ugyancsak megmérte, hogy milyen gyorsan közlekednek a marienthali járókelők a város főutcáján. Megfigyelései szerint a munkanélküliek haladási

¹² A különböző városokban random módszerrel kiválasztott legalább 35 gyalogos sebessége, tiszta, nyári napon. A megfigyelések reggel és napközben, munkaidőben történtek egy belvárosi utca legalább két pontján. A távolság, amin belül a gyalogosok sebességét mérték, 18 méter volt.

sebessége alig érte el a 3 km/órás sebességet, ami közel fele volt a céltudatosan haladó gyalogosokénak.

A szociokulturális háttérváltozók vizsgálatán túl, Levine (1997) szoros korrelációt talált a klíma és a tempó kapcsolatának elemzésekor is. A kutatásba bevont 31 országban a maximális-hőmérséklet átlagát véve alapul Levine megállapította, hogy szoros összefüggés mutatkozik a forróság és a lassúbb életritmus között. A kézenfekvő ergonómiai magyarázaton túl amellet érvel, hogy a lassúságnak evolúciós, de főként gazdasági okai vannak. Meglátása szerint egy melegebb éghajlatú országban az embereknek nincs szükségük arra, hogy keményen dolgozzanak, hiszen az élethez/életvitelhez szükséges javak kisebb költséggel is előállíthatók (kevesebbet kell költeni ruhára, olcsóbban kivitelezhető lakásban élnek stb.).

A gyorsaság igénye mellett ugyanakkor, a felgyorsult élettempóval karöltve szinte észrevétlenül vált korunk alapvető társadalmi és főként kulturális meghatározójává a pontosság (vö. Pontosság a királyok udvariassága.) A modernkori társadalomban a pontosság növekvő jelentősége sokaknál azt a félelmet válthatja ki, hogy néhány másodpercben mérhető késlekedés, akár egy egész élet reményeit teheti tönkre. Egyes társadalmakban (vö. Japán) olyannyira tökélyre fejlesztették a pontosság művészetét, hogy annak figyelmen kívül hagyása valóban társadalmi kirekesztéssel fenyeget.¹³ A társadalmi és kulturális elvárásoknak megfelelően az emberek figyelme tehát kezdett egyre rövidebb időszakokra irányulni, hiszen a pontosság - értelmezésünk szerint - a minél rövidebb intervallumokban meghatározott időhöz való ragaszkodást jelenti, ezzel is szilárd alapot teremtve a modern társadalom gyorsaság iránti igényének.

¹³ Japánban a kobei vízmű iroda 64 éves köztisztviselőjét megbírságotlák és elítélték amiatt, hogy 7 hónap alatt összesen 26 alkalommal, három perccel korábban ment ebédelni. Ezzel a tettevel ugyanis megsértette a közszolgálati törvényt, amely szerint a köztisztviselőknek az állásukra kell összpontosítaniuk. <https://www.theguardian.com/world/2018/jun/21/japanese-worker-punished-for-starting-lunch-three-minutes-early>

Egy másik eset: a japán vonattársaság 2018 tavaszán 25 másodperccel korábban indította el az egyik járatát. A West Japan vasúttársaság igazgatója a közleményt adott ki a sajtóban, és nyilvánosan bocsánatot kért a súlyos szabálytalanság miatt. <https://www.independent.co.uk/news/world/asia/japan-railway-late-apology-seconds-notogawa-jr-west-nishi-akashi-a8352166.html>

Összefoglalva az eddigieket, tehát szociológiai szempontból az élettempó gyorsabbá válása mögötti elsődleges okként az iparosodást és az urbanizációt, a virtuális világ kialakulását és elterjedését, ezzel párhuzamosan az információáramlás hihetetlen mértékű felgyorsulását, valamint a fogyasztást említhetjük. Az urbanizáció, a technológia és a fogyasztás triangulumán túl azonban az időhiányt eredményező idő-felhasználási sémáink mögött feltehetően mélyebb ösztönzők is hatnak.

Pszichológiai szempontú megközelítés

Egyes pszichológiai teóriák szerint a gyorsaság igénye, szinte huzalozva van az emberekbe, akárcsak az ösztönök. Kelly és Loving „magával rántó effektus” elmélete ezen evolúciós alapokon nyugszik. Meglátásuk szerint amennyiben egy adott közösségben meghonosodott már egy bizonyos tempó, azon aligha lehet változtatni (Kelly és Loving, 2004). A gyorsaság igénye ugyanis nem külső kényszerítőerőkben keresendő, hanem sokkal inkább bennünk rejlik. Ennek bizonyítására Kelly kutatásai során arra kérte a kísérleti alanyokat, hogy betűrejtvényeket oldjanak meg különböző idő alatt. Ha túl szűkre szabta a megoldásra szánt időt, a kísérleti alanyok eleinte panaszkodtak, majd elég gyorsan alkalmazkodtak, és később már unalmasnak találták, ha újra normál tempóban kellett dolgozniuk. Csoportos munka esetén a gyorsaság belső kényszerét a csoportdinamika tovább erősítette. Minél nagyobb volt a csoport, annál jobban ragaszkodtak a résztvevők egy korábban elért sebességhez. Aki megpróbált eltérni ettől, azt a csoport kívülállónak tekintette. Ha a csoport vezetője gyorsabb tempót diktált, a többiek alkalmazkodtak. A tempó fokozása csak akkor fulladt kudarcba, ha már annyi résztvevő érezte túlzottnak a követelményeket, hogy a feladat nagy részét lehetetlen volt megoldani (Kelly és Loving, 2004).¹⁴

A gyorsaság, a felgyorsult élettempó iránti igény, mint az időhiányra adott válasz Honore szerint az időről való gondolkodás kulturális gyökereiben érhető tetten. Egyes kultúrákban az idő ciklikus. A társadalom tagjai úgy tekintenek az időre, mint ami nagy ráérős köröket ír le, mindig megújul és frissíti önmagát (Honore, 2010). A nyugati ember számára az idő lineáris, véges forrás, ami egyre fogy, tehát vagy elhasználjuk, vagy

¹⁴ A gyorsasággal illetve Kelly és Loving elméletével szemben bontakozott ki a huszadik század végén egy a „gyorsaság egyenlő hasznosság” kultusszal ellentétes mozgalom, a „Lassúság kultúrája”. Az International Slow Movement programok (Slow Food, Slow Cities, Slow Sex) lényege, hogy mindenre szánjunk annyi időt amennyi szükséges az élmény teljes megéléséhez. Ez a gondolat pedig Csikszentmihályi „flow” elméletével rokon, amennyiben mindkettő az élet valós megélését preferálja.

elveszítjük azt. Ezért a nyugati ember számára az idő - szubjektív érzékelése szerint - szűkösen áll a rendelkezésre, így gyorsítani kell.

Adódik azonban a kérdés: mi a jobb számunkra, ha elegendő időnk van a tevékenységeink kényelmes ritmusban történő elvégzésére, vagy ha a szociokulturális nyomásnak engedve minél több tevékenységet tudunk bezsúfolni adott időegységbe (lásd Blakelock rugalmasság-elmélet 2.6.1. fejezet). A feltehetően belénk huzalozott tempó iránti vágy, illetve a csoportdinamika sajátunkká tétele egyes társadalmi csoportok esetében oda vezethet, hogy azokban az élethelyzetekben sem tudnak kilépni az munka még inkább a munkahely diktálta tempóból, amelyek kifejezetten az életritmus lassítására szolgálnának, mint például az ünnepek vagy a hétvége. (Erre a spillover hatásra már korábban utaltunk Cottrell, Schlesinger és Grossin időautonómiával foglalkozó munkája kapcsán.) Neurológusok ugyancsak bebizonyították, hogy ha csökken a feladatok okozta nyomás, a tétlenséget sem viseljük könnyen. Kutatásaik során számos páciens számolt be a gyakran előforduló hétvégi migrén tünetéről: „mihelyt alábbhagy a stressz, nem a megváltás érkezik, hanem a fájdalom” (Torch et al., 1999, idézi Klein, 2006).

A munka ugyanis, mint a társadalmi integráció alapvető eszköze a funkcionális megközelítésében akár, mint szociális intézmény van jelen az ember életében. A munka manifeszt funkciója egyértelmű – keretbe foglalja, tagolja a napot, stabil alapot biztosít a rendszerességhez – a látens funkciók azonban legalább ennyire fontosak. A munkanélküliek számára hirtelen rendelkezésre álló időfelesleg a sokat panaszt hajszolettség érzet fonákjaként jelenik meg, és az üresség olyan megnyilvánulásainak ad teret, mint a feleslegesség vagy a céltalanság érzése, a reményvesztettség, az apátia és az unalom. Mindezek sok esetben inkább hiábavaló, de a hasznosság érzését keltő olyan *alaktalan időhasználati* sémákhoz vezetnek, amelyek például egyes tevékenységek ismételt végzésében manifesztálódnak, de az alaktalan időhasználat fogalmához tartozhatnak az olyan időhasználati metódusok is, amelyek valamilyen hosszú ideig tartó, megszakítás nélkül végzett de „céltalan” tevékenység folytatásában merülnek ki (Giczi, 2009).

2.7. Az időszűkének elméleti szociológiai megközelítése

Az időhiány kérdésével foglalkozó művek egy része az idő végletes szűkösségéből indul ki (Moore, Balla) míg Luhmann, Schöps és Bergmann (Bergmann, 1990) művei az idő szűkösségéből indulva az egyéni időérzékelésre és az egyéni időallokációs stratégiákra fókuszálva tárgyalják az időhiány problematikáját. Luhmann úgy látja, hogy az időhiány kérdése a szociális rendszereket önmagukban vizsgálva nem értelmezhető, mivel az idő szűkössége a világ megélésének komplexitásából, valamint a tárgyi- és szociális világ dimenziójában keletkező problémákból fakad. Tétele szerint „az idő szűkösségének érzete a világ bonyolultsága, a lehetséges horizontja és a rendszer feldolgozó képessége közötti eltérésekből ered” (Bergmann, 1990:150). Luhmann meglátása szerint az időhiány a „szociális evolúcióval” párhuzamosan növekszik. Elias (1976) és Zerubavel (1976) megerősíti ezt a gondolatot, rámutatva a siettetés és az idő felértékelődésének összefüggéseire is. Luhmann arra is rávilágít, hogy a gyorsaság, a határidők mindenek elé helyezése milyen problémákat okoz a társadalomban, utalva az időhiány miatt meghozott döntések megalapozatlanságára, vagy a konszenzusos megoldások visszaszorulására. Mindemellett rámutat arra is, hogy „milyen tehermentesítő funkció rejlik a rendszerek időbeli kötöttségében, és hogy milyen időmegtakarító intézmények mentesítenek az idő nyomása alól” (Bergmann, 1990:152).

Nowothny (1975) okfejtésének fókuszában az idő értéke áll, ugyancsak az egyéni érzékelés aspektusából tekintve az időhiány és időfelesleg problémáját. Munkájában főként azzal foglalkozik, hogy „milyen kapcsolat áll fenn az időhiány megtapasztalása és a szociokulturális feltételek között”. Weber és Elias meglátásaival rokon következtetésre jut, vagyis Nowothny meggyőződése szerint is az idő az ipari társadalmak létrejöttével nyerte el értékét, „annak a gazdasági technikai fejlődésnek a talaján, amely termelési tényezővé tette” (Nowothny, 1975:330 in Bergmann, 1990:). Vagyis az idő túl- vagy alul értékelése az időhiány vagy időfelesleg tapasztalatával jár együtt - példaként hozva erre a munkanélküliek időérzékelésének megváltozását. Nowothny meglátása szerint az idő előbb a gazdaságban, és csak ezt követően vált a társadalom számára is szűkös jószággá (Bergmann, 1990).

Bergmann (1990) megállapítja, hogy Heinemann és Ludes (1978) munkájukban az idő szűkösségének vizsgálata kapcsán az addigi kutatásoktól eltérően nem az időhiány kialakulásának feltételeit, hanem az időhiánynak az egyénekre gyakorolt hatását vizsgálták. Munkájukban, akárcsak Nowothny, ugyancsak a munkanélküliek megváltozott

időstruktúrájának és az ezzel együtt járó megváltozott időérzékelésének példáján keresztül mutatják be, hogy az egyének miképpen birkóznak meg az idő szűkösségének/vagy bőségének érzékelésével, illetve azt, hogy milyen következményekkel jár ennek tudatosítása. Ballával ellentétben, aki mindenütt jelenvalónak, sőt konstansnak látja az időhiányt, Heinemann és Ludes szerint az időhiány tapasztalata „nem szükségszerű velejárója az időtudatnak” hanem olyan változó, amely az egyén cselekvési lehetőségeinek megfelelően változhat. Balla érvelése az idő szűkössége és a fogyasztói értékrend összefüggését magyarázó elméletek sorába illeszkedik. Definíciója szerint az időszűke nem más, mint „a szükségletek kielégítéshez, a kitűzött célok megvalósításához megkövetelt idő, illetve a mindenkor tényszerűen rendelkezésre álló idő viszonyában mutatkozó deficit”. Balla érvelése szerint tehát „minden materiális szükséglet mélyén az időszűke rejlik. Ennek megfelelően az idővel való gazdálkodás kitüntetett fontosságúvá válik a szükség leküzdésében, hiszen majd ez lesz a szociális cselekvés legáltalánosabb, leginkább strukturáló fajtája” (Balla, 1978:27 in Bergmann, 1990:153).

2.8. Az idő, mint áru, avagy az idő szűkösségének gazdasági alapú megközelítése

Az idő, mint jelenség a gazdasági szakemberek számára elsősorban nem az időhiány szempontjából érdekes. A legtöbb, az idővel foglalkozó gazdaságtani megközelítésű munka, inkább az idő pénzben kifejezhető értékét próbálja megragadni; mint például a háztartási munka értékének becslése, a gyermeknevelésre fordított idő költsége vagy a szatellit számlák vizsgálata esetében (Goldschmidt-Clermont, 1990, Szép-Sik, 2000, Sebők-Gábos, 2004). Ezek a munkák az idődeficit problémáját nem tanulmányozzák, csupán regisztrálják a jelenséget, mint egy, az időfelhasználás mintáit befolyásoló tényezőt. „Lochhead (2002) és Holz (2002) ugyanakkor végeztek olyan kutatásokat, amelyekben Időmérleg felvételek eredményeit felhasználva vizsgálták a munkaerő-piacon töltött teljes idő és a háztartási termelés közötti korrelációt kohorszonként, egy egyenletbe hozva a stresszt, mint szubjektív eredményt az időhasználattal, mint objektív mutatóval” (Hamermesh, 2005:1).

A gazdasági alapú megközelítésekben az időt az egyén szempontjából figyeljük meg. Ez az idő már nem egy csoport ideje, amit a csoport társadalmi történései jelölnek, hanem az egyén saját ideje. A saját, még inkább az egyénhez tartozó idő pedig tőkeként funkcionál. Tudománytörténeti háttérét tekintve az idő „tőke-funkciójának” magyarázata a középkorig

nyúlik vissza. A középkori kamattilalom ugyanis arra a megfontolásra épült, hogy nem kérhető pénz az időért, mivel az nem hozzánk, hanem Istenhez tartozik. A protestáns felfogás azonban az időt az emberhez tartozónak tekinti, így övé a felelősség is, hogy azt hasznosan töltsse el. Ezen szemléletbeli változás eredményeként az Angol Parlament 1552-ben eltörli a kamattilalmat (Kuczi, 2006).

Ebben a fejezetben, az időt tőkeként kezelő gazdasági megközelítések közül két gondolatmenetet mutatunk be részletesen. Az egyik az úgynevezett „rugalmasság-elmélet” (Blakelock, 1960) a másik a „hasznosság elmélet”¹⁵ (Hamermesh, 2005). A kiinduló közös halmaz mindkét esetben az, hogy az idő per definitionem, mint árucikk létezik. Az elsőként megfontolandó elmélet keretében az idő csereértékével, pontosabban a csereérték rugalmasságából adódó idődeficit kérdésével és annak kritikai elemzésével foglalkozunk, míg a második megközelítésben a szűkösség közgazdaságtani definíciója mentén indulva, költség-haszon analízisek mentén közelítjük meg az időhiány problémáját.

2.8.1. A rugalmasság-elmélet

Induljunk ki tehát abból, hogy az egyén úgy tekint az időre, mint egyfajta árucikkre, hiszen időnket más árucikkéért, tevékenységekért, vagy tevékenységek hiányáért cseréljük el. Blakelock elmélete szerint a rendelkezésünkre álló idő eloszlásától és töredezettségétől függően, ugyanannak az időintervallumnak különböző csereértéke lehet. Ez a cserepotenciál pedig analóg a likviditás gazdasági fogalmával. Vagyis, ahogy a minket körülvevő tárgyaink különböző csereértékűek, úgy a rendelkezésünkre álló időintervallumok is hasonlóképpen különböző csereértékkel bírnak (Blakelock, 1960). Blakelock gondolatának kritikai kiegészítéseként megjegyezzük azonban, hogy az idő és a gazdasági likviditás analógiájának megfogalmazásakor természetesen számolnunk kell azzal a korláttal, hogy az idő, mint áru nem halmozható (vö. likvid tőke), így likviditása 'hic et nunc' létezik; időben korlátozott. A likviditás fogalma tehát ebben az olvasatban azt jelenti, hogy úgy, ahogy néhány árucikket sok másra lehet elcserélni - ilyen univerzális árucikk a pénz -, úgy vannak olyan univerzális időegységek is, melyeket sokféle tevékenységre lehet beváltani. Ezeknek az időegységeknek magas likviditásuk van. Ilyen magas likviditású időegység lehet minden olyan időintervallum, amely a társadalmilag

¹⁵ Mindkettő saját elnevezés

kötött tevékenységek szociokulturálisan elfogadott idősávján túl áll az egyén rendelkezésére. A modern időrezsimek vizsgálata kapcsán azonban az előbbi állítással kapcsolatban két kérdés is felmerülhet. Az egyik kérdés, hogy vajon lehetséges-e olyan idősávokat definiálni, amelyek konszenzusosan köthetők a társadalmilag kötött tevékenységekhez? A másik kérdés pedig az, hogy mit nevezünk társadalmilag kötött tevékenységnek? Az első kérdésre a dolgozat empirikus részében tudunk majd felelni, a második kérdésre azonban adható elméleti válasz. A tevékenységek osztályozásának klasszikus formája (Szalai, 1978) a társadalmilag kötött-, biológiailag kötött- és a szabadidős tevékenységek trianguluma szerinti felosztás.

Az egyes tevékenységek osztályozásához azonban Blakelock (1960) egészen más megközelítést használ. Az általa a tevékenységek osztályozásánál kulcsfogalomként alkalmazott likviditás alapú differenciatétel szerinti logikát követve, a mindennapi tevékenységek osztályozásakor a következő csoportosítást tehetjük. Elsőként, vannak olyan elfoglaltságok, amelyeket csak adott időben lehet végrehajtani, tehát csereértékük alacsony. Ezek az alacsony likviditású tevékenységek, mint például a legtöbb munka, vagy az iskolarendszerű tanulás, de ilyen egy színházi darab vagy egy mozifilm megtekintése is. Másodsor vannak olyanok, amelyek viszonylag széles időintervallumban művelhetők. Ezek a közepesen likvid tevékenységek, mint például az ismerőslátogatás vagy a telefonálás, ez utóbbiaknak többnyire interaktív voltuk szab csereértékbeli korlátot. Végül vannak olyan tevékenységek is, amelyeket bármikor művelhetünk, ezeket magas likviditású tevékenységeknek nevezzük, ilyen például az olvasás vagy a rádióhallgatás.

Könnyen beláthatjuk azonban, hogy a fenti osztályozás alapjául szolgáló likviditáson túl más tényezők is befolyásolják egy tevékenység adott időintervallumon belül történő cserélhetőségét vagy behelyettesíthetőségét. Blakelock tehát további szempontok figyelembevételével hozta létre a *rugalmasság* definícióját, megtartva a hármas tagolást; rugalmas, kevésbé rugalmas és rugalmatlan tevékenységek. Ez a definíció alap azonban már nem merül ki csak az adott időintervallumhoz való kötöttség számbavételében. Egy tevékenység rugalmasság szerinti kategorizálásában meghatározó tényező lehet annak kooperációs modalitása¹⁶ és a cselekvés intézményesítettségének foka is.

Egy tevékenység kooperációs modalitása lehet magas vagy alacsony, függően attól, hogy hány ember szükséges a végrehajtásához, ugyanakkor a modalitás szoros összefüggésben áll a tevékenység rugalmasságával is, amely ugyancsak jelentősen

¹⁶ Saját elnevezés, saját definíció.

befolyásolja a kooperációs modalitás szintjét. Könnyű belátni, hogy minél több egyén szükséges egy tevékenység elvégzéséhez annál rugalmatlanabb elfoglaltságról beszélünk, míg az önállóan végezhető feladatokat egyéni döntési stratégiáink mentén, tetszés szerint tologathatjuk az időben. Egy adott tevékenység rugalmassága azonban bizonyos esetekben akár felül is írhatja a kooperációs modalitás szintét. Egy két szereplős állásinterjú primer modalitása alacsonyabb, mint a baráti körrel egyeztetett sörözésé, ám azonos időszáv esetén - természetesen az egyéni preferenciáktól függően - az egyén jó eséllyel a rugalmatlanabb tevékenységet (jelen esetben az állásinterjút) részesíti előnyben.¹⁷

Egy tevékenység intézményesítettségének foka attól függ, hogy elvégzése milyen szorosan kötődik a társadalmi intézményrendszerekhez. Egy tökéletesen intézményesített tevékenység tökéletesen rugalmatlan (lásd operaelőadás, nem lehet más időpontra tenni, nem lehet késni, és nem illik korábban elmenni), míg azok az elfoglaltságok, amelyek művelése társadalmi szinten nem beágyazott, rugalmasak. A tevékenységek intézményesítettségének mértéke szerinti kategorizálásának gondolatát már Durkheim (1987) homo duplex modelljében is megtaláljuk.

Az integrációs modell

„Durkheim homo duplex modellje szerint az ember egyrésztől biológiai igényeinek önző kielégítésére törekszik” – és ez az individuális magatartás nehezíti teszi a közösség szervezését –, másrésztől azzal, hogy részt vesz a társadalmi újratermelésben, nemcsak a termelőerőt növeli (a munkamegosztás révén) hanem függőségi viszonyba lép más emberekkel, ami az integrációt szolgálja (Altorjai-Giczi-Sik, 2004).

A társadalmi integráció cselekvésközpontú vizsgálatakor tehát meg kell különböztetnünk az embert biológiai, illetve társadalmi lényként integráló tevékenységeket. Durkheim megfigyeléseit alapul véve az emberek által végzett különböző cselekvéseket legalább két csoportba sorolhatjuk. Az egyikbe a biológiai igényeinket kielégítő cselekvések tartoznak; ide soroljuk többek között az evés-ivást, a tisztálkodást, a szükségvégezést és az alvást is. Közös vonásuk, hogy időbeli rendjüket biológiai ritmusunk

¹⁷ A döntési preferenciák mechanizmusának vizsgálata az interdiszciplináris időhiány kutatások területe. Ebben a dolgozatban nem térünk ki rá részletesen.

szabályozza, amelyet – emberek lévén – társadalmi tevékenységeink jelentősen befolyásolnak.

A másik csoportot a munkamegosztás által generált tevékenységek alkotják. Ezt a kategóriát tovább tudjuk bontani a külső intézmények által integráló és a háztartáson belül integráló tevékenységek csoportjaira. A különbségtétel vezérfonala egyrészt a társadalom determináló hatása, amelynek legfőbb megnyilvánulása a pénzkereső munka és a tanulás, másrészt a háztartás, amit részben, mint a termelés, részben, mint a fogyasztás egységként definiálunk.

És van egy harmadik metszete is a cselekvéseknek, amelyek egyik eddig számba vett tevékenységcsoportba sem sorolhatók, ám legalább olyan integrációs erővel bírnak, mint a korábbiak. Ez a szabadon felhasználható idő kategóriája (lásd Falussy, 2000). Ide a társas-, kulturális tevékenységeket, a hobbit és a sportot, a zenehallgatást, de főleg és mindenekelőtt a televíziózást soroljuk. Látni fogjuk azonban, hogy az ezekkel töltött szabadon felhasználhatónak nevezett idő minden, csak nem szabad.

A rugalmasság koncepció legfőbb felismerése azonban az a gondolat, hogy a legkevésbé rugalmas tevékenységek az ember egyéb tevékenységeit is strukturálják, hiszen minden más elfoglaltságunkat ezek köré a rugalmatlanok köré kell szőni. Blakelock tehát kimondatlanul mégis egyértelmű definícióját adja az időhiánynak: amennyiben a legkevésbé rugalmas tevékenység az egyén leglikvidebb idejét emészti fel, az egyén időben relatív szegény. Egy többműszakos rendben dolgozó hajnali 5 órájának alacsony csereértéke van a társadalmi tevékenységekre nézve, egy akadémikus pedig maximum egy kávészünetre tudja becserelni töredezett napjainak sokaságát.

A blakelocki értelemben vett időhiányban szenvedő egyénre kitűnő példa az éjszakai munkás, akinek munkája pont arra az időre esik, amikor a legszélesebb körű szórakozási lehetőségek kínálják magukat, mint a barát-, vagy rokonlátogatás, kereskedelmi szórakozás, szervezett részvétel valamilyen kulturális programon vagy a pihenés. Ami neki marad, az a sokkal kevésbé likvid vagy rugalmas idő, nevezetesen a nappali idő, amikor viszont minden más ember rugalmatlan tevékenységet végez, dolgozik. A klasszikus tevékenység-osztályozás szemszögéből közelítve a problémát, az éjszakai munkás esetében tovább árnyalja a képet az a tény, hogy egy társadalmilag szorosan kötött tevékenység, a munka időszávjára ráépül egy biológiailag kötött tevékenység, az alvás idejére.

Az időhiány megragadásában azonban a tevékenységek rugalmasságán túl más tényezők is szerepet játszanak. Az egyik leginkább evidens indikátor maga a mennyiség. Bármiféle hiány definiálásakor az egyik legkézenfekvőbb meghatározás az, hogy valami, amiből

kevés van. Az időhiány esetén sincs ez másként. Ebben az olvasatban tehát kvantitatív szempontból kell értelmeznünk a problémát, vagyis újabb definíciónk szerint az időhiány egyenlő az idő elégtelen mennyiségével. Mivel az időt, jelen esetben nem közjóságnak, hanem az egyénhez tartozónak tekintjük, az időhiány mennyiségi megközelítése kapcsán arra vagyunk kíváncsiak, hogy van-e az egyénnek elég ideje ahhoz, hogy el tudja végezni azt, amit akar. Könnyű belátni, hogy az egyszerű időhiány, amelyet az időbeosztási problémák (tehát a rugalmatlan tevékenységekhez való alkalmazkodás) nem komplikálnak, nem valószínű, hiszen az idő, mint olyan, természeténél fogva végtelen, tehát teoretikusan tekintve lehetetlen, hogy kifogyjunk belőle. Ebből a szempontból tehát a mennyiségi probléma értelmezhetetlen. Az idő mennyiségi hiányát csak úgy tudjuk megközelíteni, ha elvetjük az idő végtelenségének axiómáját, és az időt az egyénhez tartozónak tekintve végesként definiáljuk, sőt a konvencionálisan elfogadott időfelosztást követve az adott cikluson belüli időmennyiséget tekintünk végesnek (pl. 24 óra). Noha a végeesség tudat minden ember sajátja, a napi feladatmegoldás sorrendjének kialakításában vagy halasztásában feltehetően ritkán befolyásolja döntéseinket a halandóság gondolatának terhe, míg egy kisebb időintervallum – egy óra, egy nap, egy hét vagy egy év – letelte, vagyis a határidők betartása annál inkább. Ugyanakkor még ezekben az esetekben is hiába beszélünk mennyiségi hiányról, az időhiányt leginkább az időbeosztási problémák generálják. Mindettől függetlenül az időhiány vizsgálatakor magát az időmennyiséget természetesen az egyik legfontosabb meghatározható dimenzióknak tekintjük. Annál is inkább mivel a mennyiségi hiányt az a társadalmi rend teremti meg, amiben élünk, hiszen az életünk kötött kezdő- és végponttal rendelkező időtartamokra épül, ezáltal könnyen is mérhető.

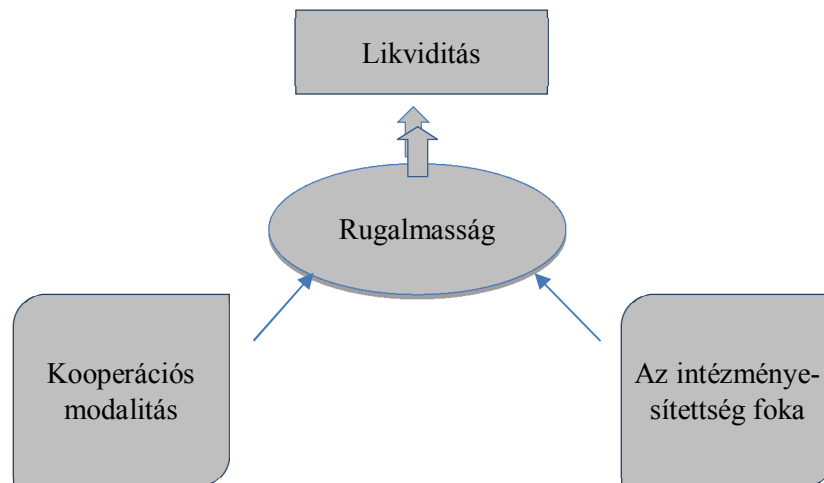
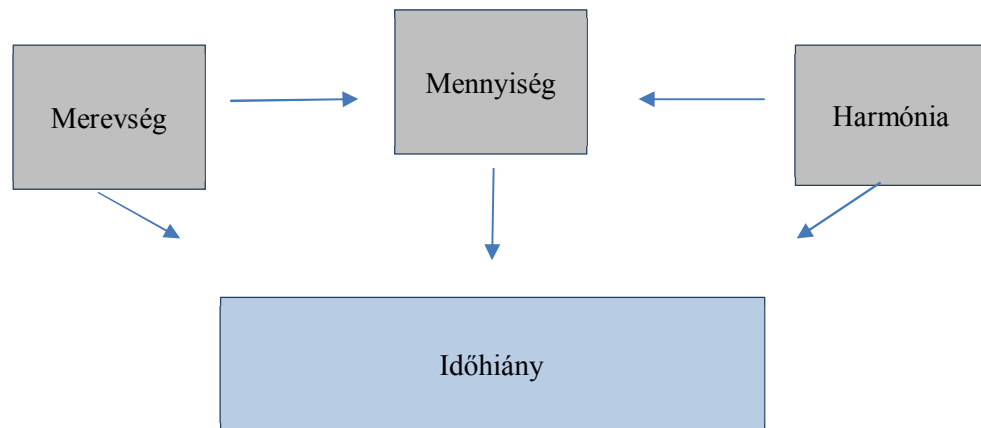
Az időhiány megragadásának másik fontos dimenziója egy adott időszaknak a merevsége. Vajon be tudunk-e még illeszteni más tevékenységet egy adott időmennyiségbe úgy, hogy a régi tevékenységek sorrendjét átrendezzük. Vajon az egyén rugalmatlan tevékenységei reménytelenül töredezetté teszik-e az idejét vagy annyira tele van rugalmas tevékenységekkel, hogy többet már nem tud a rendelkezésére álló időbe beleilleszteni. Blakelock ugyan figyelmen kívül hagyja a párhuzamosság lehetőségét, csak a rugalmas és rugalmatlan tevékenységek sűrítésével és cserélhetőségével operál, későbbi elemzéseink során a „multitasking” kérdéskörre a párhuzamos tevékenységek vizsgálata kapcsán, mint az idő szűkösségének enyhítésére szolgáló stratégiára részletesen kitérünk.

Az idővel szembeni követelmények harmadik dimenziója a harmónia. Vajon az egyén tevékenységei folyamatosan ugyanazért a helyért versenyeznek, esetleg a lehetőség

bizonyos tevékenységek véghezvitelére nincs összhangban az egyén rájuk irányuló hajlandóságával (nincs kedvem teniszezni ma). Röviden, akkor tudja-e az egyén az általa vágyott dolgokat megtenni, amikor éppen akarja. Az eddigiek alapján könnyen belátható, hogy a harmónia kritériuma szoros összefüggésben áll a rugalmasság definíciójával, így az adott időszáv csereértékével.

Az időhiány blakelocki modelljét tehát a következőképpen foglalhatjuk össze: ebben az elméleti keretben az időkonceptió az egyén szempontjából fogalmazódik meg. Az idő ebben a megközelítésben is tőkeként funkcionál az egyén számára, minthogy annak hasznát árucikként vagy cseretárgyként látja. A rendelkezésre álló időegységeket különböző likviditási szintek jellemzik, amelyek az adott tevékenység (inkluzíve időszáv) más tevékenységekre cserélhetőségének mértékét jellemzik. A tevékenységeket magukat - likviditásuk mellett - rugalmasságuk is jellemzi, így az egyén idejének teljes megítélésakor egyszerre több dimenzió szerint is ítél. Az időhiányt közvetlenül befolyásoló tényezők a mennyiség, a merevség vagy töredezettség és az időre irányuló igények konfliktusa vagy harmóniája. A rugalmasság közvetve, a likviditáson keresztül hat az időhiányra. A tevékenységek rugalmasságát pedig az adott tevékenység intézményesítettségének foka és kooperációs modalitása árnyalja.

1. ábra Az időhiány blakelocki modellje



Forrás:

Blakelock alapján, saját ábra

Az időhiány blakelocki modelljét tehát a következőképpen írhatjuk le: az időhiány absztrakciója alapvetően a mennyiségi időhiánnyal definiálható, amelyet a tevékenységek harmóniája és merevsége befolyásol. Ez utóbbi két tényező azonban nem csak a mennyiségi időhiányon keresztül, hanem közvetlenül is hat az idő szűkösségének percepciójára. Közvetlen hatással bír még az időhiányra egy adott tevékenység likviditása, amely az adott időszáv csereértékének rugalmasságával van szoros összefüggésben. A rugalmasságra pedig a kooperációs modalitása, valamint az adott tevékenység intézményesítettségi foka gyakorol hatást (1. ábra).

A fenti osztályozási rendszer azonban akkor született, amikor a virtuális világgal és az ahhoz kötődő tevékenységekkel így az időallokációs struktúrák megváltozásával még nem

kellett számolni. Egyrésztől Blakelock korából adódóan nem láthatta még, hogy a technikai fejlődés következtében olyan, számára egyértelműen rugalmatlan tevékenységek kerülhetnek át a rugalmas kategóriába, mint a munka vagy a tanulás, hiszen az internet alapú társadalomban dolgozni és tanulni szinte bármikor lehet. Másrésztől, ám ugyanennél a példánál maradva, csak a klasszikus definíció szerinti csoportosítást tekintve alapként, kérdésként merül fel, hogy a munka és a tanulás valóban a társadalmilag kötött tevékenységekhez tartozik-e még (lásd a gyerek születésnap zsurja alatt telefonon keresztül megválaszolt munka-email-ek). Jól látható tehát, hogy a posztmodern időkezelési struktúrák, példának okáért a munkaerőpiac üdvöztetőjének tartott atipikus foglalkoztatási formák csak részben jelentenek/jelenthetnek megoldást az időhiány problémájára, közülük is elsősorban azok, amelyek az egyén számára is elfogadható mértékben korlátozzák, illetve a korlátozáson túl képesek harmóniában tartani a szociokulturálisan meghatározott illetve az egyén számára magas csereértékkel bíró időszavok tevékenységstruktúrájának összehangolását.

2.8.2 Időszűke vagy a yuppie nyúge, a hasznosság elmélet¹⁸

Amennyiben az időt, mint „jószágot” tekintjük, kicsit eltérő módon kell megragadnunk a fogalmát. Mielőtt azonban az időhiány hasznosság-elméletét bemutatnánk, térjünk át néhány gondolat erejéig a fogalom tulajdonságainak közgazdaságtani szempontú megközelítéséhez. Az eddigi megállapítások rövid summázásaként, Gurevics, középkori világról szóló könyvében (Gurevics, 1987) bemutatott három rendezőelv mentén ragadjuk meg ökonómiai szemszögből az idő lényegét. Most is, akárcsak az eddig tárgyaltak szerint, az első tétel az, hogy az idő lineáris, előre halad, visszalépésre nincs lehetőség. Ebből a szempontból tekintve tehát nem működik tőkeként, hiszen a tőke (definíció szerint) halmozható, míg az idő halmozására természetéből következően nincs lehetőség. Másodszor; az idő osztható. Az idő oszthatósága a modernkori ember számára azonban már tőkeként is funkcionálhat. Gondoljunk például az értéktőzsdén kötött bináris opciós üzletekre, amelyekben az egyén nyeresége (vagy vesztesége) egy adott – nagyon rövid intervallumú – időegység keretén belüli árfolyammozgás becslésén alapszik. Ebben az esetben a haszon-maximalizálási egyenlet legfontosabb eleme az idő. Gurevics harmadik

¹⁸ Time Crunch or Yuppie Kvetch (Hamermesh, 2005)

definíciója szerint, az idő közjóság. A közgazdaságtanban a közjóság fogalma a szűkösséghez köthető. Attól függően, hogy egy jószág mennyire szűkösen áll a rendelkezésünkre, három fő csoportot különböztethetünk meg, így a szabad javak, a szűkös javak és a közjavak kategóriáját. A közjóságok a szabad- és a szűkös javak jellemzőit is magukon viselik. „Közgazdaságtani értelemben a közjavak esetében a szűkösség annyit tesz, hogy ezeknek a javaknak nincs árak, ezért a piaci kereslet mindig nagyobb, mint a kínálat. Ugyanakkor nem minősülnek szűkös javaknak abban az értelemben, hogy az egyik fogyasztónak okozott hasznosság nem csökken azáltal, hogy a többi fogyasztó is osztozik a közjóságon” (Wikipédia). Ezek alapján tehát az időt tágabb értelemben tőkeként kezelhetjük, noha bizonyos tulajdonságai nem egyeznek meg a szigorú értelemben vett tőke jellemzőivel.

Figyelembe véve a szűkösség definícióját, közgazdaságtani szemszögből tekintve az időhiány problémája analóg a szegénységével (Hamermesh, 2005). Mindkettő erőforráshiányt tükröz, az első az időét, míg a második a birtokolt jószágét. Az egyetlen különbség abból adódik, hogy egy növekvő gazdaságban az egyénnek lehetősége van arra, hogy előbb-utóbb megszerezze a hiányzó javakat, míg az időhiány ilyen formában nem kezelhető. Az idő nem halmozható és nem pótolható. Minthogy az idő és a vásárolt jószág nem helyettesíthetők tökéletesen egymással, egy prosperáló gazdaságban az anyagiakban gyarapodó ember számára az idő szűke egyre növekvő problémát okoz.

Az idő szűkösségének közgazdaságtani szemléletű megközelítésében klasszikusnak számít Becker, *A Theory of the Allocation of Time* című munkája. Becker 1965-ben megjelent írásában nem egyértelműen az időhiánnyal foglalkozik. Célja szerint olyan alapvető elméleti modell felállítására vállalkozik, amelyben az idő értékét a piaci árak értékéhez hasonlóan állapítja meg. Korábban már más szerzők is foglalkoztak a problémával (Mincer, 1962, Gorman, 1956 in: Gimenez-Nadal and Sevilla-Sanz, 2010), amit ellenben csak Becker megközelítésében látunk az az, hogy ő a fogyasztást és az időhasználatot együtt alkalmazza a háztartási hasznosság mérőszámának előállításához. A Becker előtt publikált munkaerő-piaci modellek a fogyasztást és a szabadidőt olyan különálló jószágként kezelték, amelyek a maguk saját hasznossági mutatóit adták. Becker ezzel szemben azt hangsúlyozta, hogy az időhasználatnak sok különböző típusa van, mint ahogyan a fogyasztási javaknak is sok fajtája létezik. Ebből következően az időhasználat és a fogyasztási javak eltérő típusai más-más módon adódnak össze. A háztartási termelés során a háztartási idő és a piaci javak kombinációja olyan egyedülálló terméket hoz létre, amely már közvetlen hasznosságot jelent, illetve ahol az előállított javak és szolgáltatás

nem kerül piaci forgalomba. Ezt követően Becker egy sor fontos következményre mutat rá arra a megfigyelésre alapozva, miszerint az időhasználat és fogyasztási javak kombinációja egyetlen általános költségkerettel rendelkező objektív háztartási függvényhez vezet (Gimenez-Nadal and Sevilla-Sanz, 2010). „A modell elméleti jelentősége abban is megnyilvánul, hogy szimultán kezeli a háztartás jövedelem-előállítási és felhasználási folyamatait, a háztartástagok idő-felhasználását, valamint a piaci termékek és szolgáltatások iránti keresletet” (Szép és Sik, 2000:8). Ezzel Becker (Mincerrel együtt) megteremtette gyakorlatilag az összes modern háztartásszintű időhasználat- és fogyasztás-analízis alapvető leképező keretrendszerét, amelyre egyes kutatók „új háztartás-gazdaságtanként” tekintenek (Gimenez-Nadal and Sevilla-Sanz, 2010:2).

Becker munkája nyomán számos empirikus kutatás készült, különféle módozatokban használva fel a beckeri axiómákat. Browning, Chiappori és Lewbel (2013) fogalmazták meg az úgynevezett 'megosztás szabályt' (*sharing rule*). Kutatásuk során egyedülálló és párok esetében is felállított keresleti függvények segítségével sikerült kimutatniuk olyan az egyénhez köthető preferenciákat, amelyek a háztartáson belüli hatalomeloszlás és a háztartási termelési technológiák esetében jelentek meg. Modelljükből azonban hiányoznak a Becker által alkalmazott háztartáson belüli időallokációs változók (Gimenez-Nadal and Sevilla-Sanz, 2010).

Cherchye, De Rock és Vermeulen modellje ugyancsak beckeri alapokon nyugszik. „Ebben a modellben az egyének (felnőttek) preferenciáit nem csupán az egyén fogyasztása, illetve a saját szabadidejének mennyisége határozza meg, hanem figyelembe veszik a jószág fogyasztási mutatóját is, amely a piaci árucikkek, valamint az egyéni szabadidő összekapcsolásán alapul. Ezzel – részletes háztartási szintű adatokra alapozva – megteremtik a teljes modell leírásának lehetőségét, benne az egyéni preferenciák, fogyasztási függvények és Pareto súlyok adataival. A modell a háztartás minden egyes tagjára nézve megmutatja a Becker által már kezdetben hangsúlyozott, idő és fogyasztás terén mutatkozó kompromisszumot” (Gimenez-Nadal and Sevilla-Sanz, 2010:8.).

Hamermesh az időhiány szociológiai problémájának kérdését a fent ismertetett megfontolások alapján ugyancsak közgazdaságtani szempontból közelítette. Noha a korábbi modellek a háztartás hasznon-maximalizálásnak leírását vagy a háztartási munkapiaci értékének meghatározását célozták, Hamermesh és Lee (2003) az időhiány megtapasztalása és az egyén, valamint a háztartás jövedelmi szintje közötti korrelációt vizsgálta. Munkájukban - Becker és Gronau ökonometriájára építve - olyan egyszerű modellt használtak, amelyben a háztartások férjből és feleségből állnak, akiknek

időfelhasználása abból áll, hogy vagy a munkahelyükön dolgoznak, és ezzel pénzt keresnek, vagy a jövedelmükből megvásárolt javakat és az idejüket kombinálva állítanak elő javakat.¹⁹ Olyan háztartási hasznosság-függvényekkel ragadták meg tehát az időhiányt, amelyek középpontjában a háztartás haszon-maximalizálása állt. A modell több változó hatását is leírja, amelyek különböző módon befolyásolják az időhiány érzetét. Az eredmények azt mutatták, hogy amennyiben a férj munkaidejét állandóként léptették a modellbe, vagyis feltételezték, hogy a férj piaci munkaideje nem változik, akkor minden olyan hatásra, amely a háztartás jövedelmét emelte, így például bármelyik házastárs bérének növekedése, vagy más, nem piaci munkavégzésből származó bevétel, erősítette az időhiány érzetét. Amennyiben nem ragaszkodtak ahhoz, hogy a férj munkaideje állandó legyen, az előrejelzés általában nem volt egyértelmű. Amikor lehetővé tették a modellben, hogy a férj munkaideje változhasson a férj magasabb bérének lambda-ra gyakorolt pozitív hatása még nagyobb lett. A jövedelmi hatások bizonyítékai tehát arra utalnak, hogy a nem-kereseti jövedelem növekedésének lambda-ra gyakorolt pozitív hatását gyengíti a modellben a férj munkaidejében esetlegesen előidézett változás (Hamermesh, 2005).

Hamermesh a szubjektív időhiányt az idő árnyékárával jellemezte: minél magasabb az árnyékár, annál erősebb az érzékelt időhiány (Hamermesh, 2005). „Az árnyékár – melyet társadalmi értéknek (social value) is szoktak nevezni – meghatározása a költség-haszon elemzés egyik legfontosabb lépése. Sokszor az adott tevékenységnek nem létezik ára, vagy ha létezik is, azt módosítani kell, hogy pontosan tükrözze a tevékenység teljes (társadalmi) értékét vagy költségét. Az alapfogalmakkal foglalkozó fejezetben bemutatott externáliák és közjavak esetében pontosan erről volt szó: a társadalmilag optimális ár (és mennyiség) megtalálásáról. Negatív externália esetén (pl., ha egy adott tevékenység szennyezéssel jár), a piaci árat felfelé kell módosítani. Brent (1996) a következőképpen definiálja az árnyékárat: $Sp = \Delta Jólét / \Delta Kibocsátás$. Azaz az árnyékár azt mutatja, hogy a kibocsátásban bekövetkező marginális változás mekkora változást okoz a társadalmi jólétben. Az árnyékár tehát egy input vagy output társadalmi értékelését mutatja. Ez az ár bizonyos esetekben megegyezhet a piaci árral, de sokszor különbözik tőle. Az „árnyék” kifejezés magyarázata az, hogy ezt az árat csak egy adott projekt értékelése során számolják ki, egyébként nem egy valós ár. Mivel projektek értékelésekor használják, ezért az árnyékárakat „elszámolási áraknak” (*accounting prices*) is szokás nevezni” (Hamermesh, 2005). Másként fogalmazva, az árnyékár Hamermesh időhiánnyal foglalkozó

¹⁹ Modelljüket Ausztrália, Németország, Korea és az Egyesült Államok mintáján tesztelték.

számításaiban is, akárcsak a közgazdaságtanban, azt fejezi ki, hogy egy adott erőforrás egy egységgel való növelésének mekkora a határhasznossága, vagyis jelen esetben tulajdonképpen arra a kérdésre ad választ, hogy az alanynak mennyit érne meg az, ha egy napba egy huszonötödik órát is kaphatna. A modell alapján végzett számításokból az következett, hogy a háztartás bevételeinek növekedése - ceteris paribus - növeli az időhiány érzetét. Az elméletet ausztrál, német, amerikai és koreai időmérleg- és munkaerőpiaci felmérések adatait elemezve ellenőrizte. Ezek igazolták a felállított modellt, kimutatva, hogy a jövedelem stressz fokozó hatása szignifikáns maradt akkor is, ha az eredményeket korigálta az egészségi állapot, a munkahelyi stressz és a munkába járással eltöltött idő szerint.

Hamermesh, az általa felállított modellben a háztartást az otthoni döntéshozatali egységes modelljeként fogta fel, noha számos szakirodalom támasztja alá, hogy a családok ennél jóval összetettebben működnek (Phipps és Burton, 1992, Hoddinott és Haddad, 1995, Bourguignon – Browning – Chiappori – Lechene, 1993, Lundberg – Pollak, 1996). Hamermesh számításai szerint azonban, amíg azt feltételezte, hogy a háztartás haszonmaximalizációja kétlépéses folyamat – azaz amennyiben meghatározza a piaci munkaidőt, majd az elosztási törvénytől függetlenül előállítandó értékcikkek mennyiségét – addig a modell alapfeltevései nem változtak, még ha összetettebb döntéshozatali folyamatot tételezett is fel mögötte (Hamermesh, 2003).

Összefoglalva tehát, Hamermesh eredményei szerint bármi, ami a háztartási termékek termeléséhez hozzáférhető időt megrövidíti – pl. további piaci munkavégzés – az egyben fokozza az időhiány érzetét. Megfigyelése szerint az időhiány erősebben kapcsolódott a háztartás azon tagjaihoz, akiknek magasabb volt a jövedelme; vagyis a munkaórák állandó szinten tartása mellett a tapasztalt időhiány-érzet és a bevétel pozitívan korrelált.

Az adatok elemzéséből két további érdekes tény is látszik: egyrészt az, hogy a legnagyobb idődeficitről beszámolókat tekintetében (akik az öt (illetve Koreában négy) időhiányszint közül a legmagasabbat jelölték be) nem minden esetben igazolható az elmélet, valamint a legtöbbet keresők - az időhiányra vonatkozó panaszuk ellenére - a legelégedettebbek az életminőségükkel. Gershuny (2000, 2005) a szabadidő társadalmi megítélésével és a munkavégzéshez való viszonyával foglalkozó kutatásaiban ugyancsak arra a következtetésre jutott, hogy a posztindusztriális társadalmak jellemzője, hogy a magas pozícióban lévő személyek a szabadidő hiányával és az állandó elfoglaltsággal írhatók le. Sullivan és Gershuny (2004) az egyes foglalkozási pozíciókban dolgozók vizsgálatakor Hamermesh eredményeivel hasonló következtetésre jutott. Vizsgálatukban

kimutatták, hogy szorosabb összefüggés van a munkaidő és az érzékelt időhiány között, amennyiben az egyén olyan foglalkozási pozíciót tölt be, amely a meghosszabbodott munkaidő kedvezőbb hatást gyakorol akár az egyén akár a háztartás jövedelmére (Sullivan–Gershuny, 2004).

Hamermesh eredményeivel azonos következtetésre jutottak Marmot és kutatótársai a már hivatkozott Whitehall tanulmányhoz készített interjúk elemzése során. Az ő eredményeik szerint a munkahelyi hierarchia csúcsán lévő vezetőket - akik ugyan a munkaórák mennyiségét tekintve sokkal többet dolgoznak -, az időhiány vagy másként fogalmazva a munka általi nyomás sokkal kevésbé terheli meg, mint a szervezeti hierarchia alján lévő beosztottakat.

2.9. Időhiány és párhuzamos élet

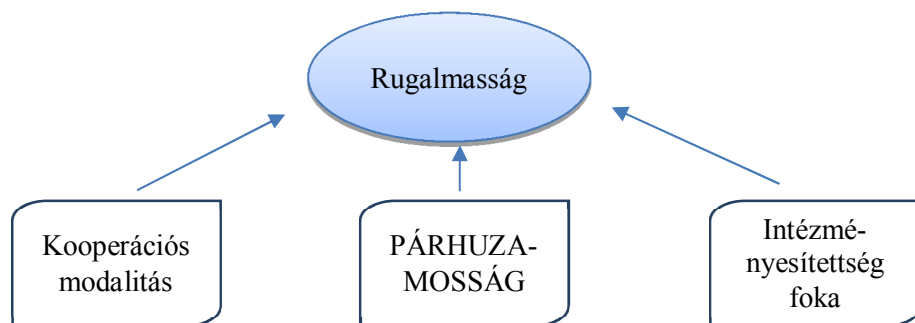
Blakelock modelljének bemutatásakor már utaltunk a párhuzamos tevékenységeknek az idő szűkössége szempontjából való vizsgálatára. Az időmérleg kutatásokban párhuzamos vagy „másodlagos” tevékenységként azt a tevékenységet határozzák meg, amelyet adott időszávon más (fő)tevékenységgel együtt végeztek. Definíció szerint mindig azt a tevékenységet tekintjük párhuzamosnak (másodlagosnak), amelyet az egyidőben végzett tevékenységek közül kevésbé tekint fontosnak a válaszadó.

A párhuzamos élet vizsgálata az időhiány kutatások újfajta megközelítését hozhatja, amennyiben sikerül az időt a klasszikus definíciótól eltérő módon megközelítenünk. Ennek érdekében Sik és Sebők (2004) nyomdokain haladva első lépésként teoretikusan el kell vetnünk az idő linearitásának axiómáját. A módszertan alaptétele ugyanis az lesz, hogy elfogadjuk azt az elméleti keretet, amelyben az egységnyi idő alatt párhuzamosan végzett tevékenységeket egymással párhuzamosan múlt dimenziókként fogjuk fel (Sebők és Sik, 2004), lehetőséget teremtve arra, hogy párhuzamosan végzett tevékenységeket, mintegy a „főtevékenység” rangjára emelve, azonos értékű elfoglaltságként, így az idő szűkösségének vizsgálata során egyenrangú időallokációs tényezőként kezeljük.

A parallel élet tanulmányozása, mint az időhiány mérésére alkalmasnak vélt megközelítés elméleti alapozását tekintve Blakelock teóriájához kapcsolható. Ahogy azt a korábban bemutatott koncepciójában láttuk, az időhiány megközelítésének egyik fontos dimenziója egy adott időszaknak a merevsége vagy töredezettsége volt, amelyek közvetlenül az időhiányt befolyásolták. Blakelock ezen megközelítése annyiban áll közel

a párhuzamos idő teóriájának gondolatához, amennyiben definíciója szerint egy adott időszak merevsége arra vonatkozik, hogy vajon az egyén a meglévő teendői mellett képes-e további tevékenységeket is beilleszteni a rendelkezésére álló időkeretbe. A mód azonban csak a rugalmas és rugalmatlan tevékenységek sorrendjének cseréjét jelentette, figyelmen kívül hagyva azt a lehetőséget, hogy bizonyos elfoglaltságok mellett más tevékenységek is művelhetők. Ez a megfontolás azonban lehetőséget ad arra, hogy Blakelock rugalmasság definícióját kiterjesszük, felülírva azt a megközelítést miszerint időhiány akkor keletkezik, ha az egyén rugalmatlan tevékenységei reménytelenül töredezetté teszik az idejét, vagy annyira tele van rugalmas tevékenységekkel, hogy többet már nem tud a rendelkezésére álló időkeretbe beleilleszteni. A parallel időhasználat nézőpontjából azonban rugalmasnak nevezhetünk minden olyan elfoglaltságot, amely lehetővé teszi, hogy szimultán tevékenykedjünk mellette. Ebben a megközelítésben tehát a blakelocki modell kiegészül a párhuzamosság kritériumával. Az időhiányt befolyásoló rugalmasságot már nem csak a kooperációs modalitás vagy az intézményesítettség foka határozza meg, de fontossá válik az adott elfoglaltsághoz köthető parallel tevékenység végzésének lehetősége is.

2. ábra Az adott időintervallum rugalmasságát befolyásoló tényezők



Forrás: Saját ábra

Hogy a párhuzamosan végzett tevékenység „minőségét” tekintve valóban az időhiányt igyekszik csökkenteni (egyszerre több feladattal is végzünk) vagy „csak” a szubjektív-jólét illúzióját segít megteremteni (és ez a funkció vajon nem alkalmas-e az időhiány szorító érzésének csökkentésére) arra a parallel élet (amelyet empirikusan a párhuzamos tevékenységek elemzésével tudunk megragadni) és az időhiány összefüggésének elemzése során kaphatunk választ. Annyi azonban már most is könnyen belátható, hogy a párhuzamos élet számításba vételével egy nap már nem 24 órából áll, hanem a szimultán

végzett tevékenységek számától és hosszától függően egyéneként változó, de 24 óránál mindenképpen több lesz. Az időmérleg felvételek a főtevékenységek mellett párhuzamosan művelt más tevékenységek (melléktevékenységek) rögzítésével lehetőséget adnak ennek operacionalizálására. Sebők és Sik (2004) a párhuzamos élet karakterisztikáját vizsgálva rámutatott arra, hogy párhuzamosan végzett elfoglaltságaink átlagosan 7 órával nyújtják meg egy napunkat. A párhuzamosan végzett tevékenységekre fordított időt a főtevékenységekkel töltött időhöz hozzárendelve, naponta átlagosan majdnem 24 órát töltünk ténykedéssel (Nota bene, az alvásra szánt idő nélkül!). A párhuzamos élet kvantitatív számbavételén alapuló meghatározás szerint kialakított mutató, a „teljes élet hossza” - amely a fő- és párhuzamosan végzett tevékenységek összes idejét jelenti az alvásidő kivételével -, valamint a tevékenységek számosságán alapuló „sűrűség” definiálásával azt is bebizonyították, hogy a női lét sűrűbbé és hosszabbá teszi az életet. Az időhiány, tehát más típusú megközelítésekkel összhangban várhatóan a párhuzamos tevékenységek elemzése során is kimutathatóan, a nőket sújtja leginkább, de hogy valójában milyen hatással van a multitasking az érzékelt időhiányra, arra a 6.3. fejezetben térünk ki részletesen.

A nemzetközi szakirodalomban néhány munka foglalkozik csak a párhuzamos tevékenységek vizsgálatával. Wnuk-Lipinski (1973) lengyel időmérleg adatokon vizsgálódva már a hetvenes évek elején kimutatta, hogy „azok a nők, akik kevesebb szabadidővel rendelkeznek, ezt a hiányt részben a másodlagos tevékenységek szintjén felhasznált szabad idővel pótolják.” (Wnuk-Lipinski, 1976:110). Lipinski megállapítja, hogy a másodlagos tevékenységek keretén belül az emberek átlagosan 2 óra 36 percet töltöttek szabadidős tevékenységgel. A dolgozóknak átlagosan 45 perccel kevesebb jutott, mint a nem dolgozóknak, a legkevesebb időt a dolgozó férfiak 1 óra 57 percet, a legtöbbet a nem dolgozó nők 3 óra 6 percet szenteltek szabadidős tevékenységekre miközben valami más (fő)tevékenységet végeztek (Wnuk-Lipinski, 1976).

3. MUNKAIDŐ ÉS SZABADIDŐ

Az időhiány kérdésének elmélet feldolgozását a napi tevékenységstruktúra vizsgálata felől közelítve a fizetett munka, (fizetetlen) háztartási munka és a szabadidő triangulumának analizisével folytatjuk. Ahogy arra korábban utaltunk (2.3. fejezet), az időhiány feltérképezésének egyik döntő aspektusa a munkaidő és szabadidő egyensúlyának vizsgálata. A korábban tárgyalt történeti áttekintésre alapozva, ebben a fejezetben elsőként a munkaidő és szabadidő egyensúlyának elméleteiről adunk számot, különös tekintettel a munka-család konfliktus teóriáinak, valamint a problémakör gender típusú megközelítésének bemutatására koncentrálva. Látni fogjuk, hogy a társadalmi nem szerinti elemzések szorosan összefonódnak az egyének háztartásban betöltött szerepéhez kötődő időallokációs stratégiákkal és annak megváltozásával, illetve a háztartási munkavégzés karakterisztikájával. Elemzésünk tárgyát kell, hogy képezze tehát a háztartás és az abban élők szerepének megváltozása. Látni fogjuk, hogy a munkaidő és szabadidő kettősségének elméleti feltérképezése olyan foglalkoztatási formák vizsgálatához vezet el minket, amelyek lehetséges megoldásként kínálóznak a munkaidő és szabadidő összehangolására, egyben a két életszféra közötti differencia feloldására, így a fejezet második részében az atipikus foglalkoztatási formák időhiányra gyakorolt hatását mutatjuk be. A harmadik rész tárgya a munka-család konfliktus időhiányra vonatkozó metszeteinek olyan irányú vizsgálata lesz, amely az időhiány szubjektív megítélésének diszfunkcióira mutat rá. Ennek gyökereit a társadalmi jóléttel kapcsolatos vizsgálatokban találjuk. A fejezetben a munkaidő és szabadidő egyensúlyának bemutatásakor a munkaidő és szabadidő konfliktusa kifejezés szinonimájaként kezeljük a munka-család konfliktus fogalmat.

3.1. Munkaidő-szabadidő és időhiány elméletek

Az időhiány szorító érzésének okait vizsgálva Schor (1991) a „The overworked American” című könyvében, megállapítja, hogy az amerikaiak munkával töltött ideje évről-évre növekszik, következésképpen, az időhiány a munkaidő meghosszabbodásával van szoros összefüggésben. Robinson–Godbey (2005) meglátása szerint azonban az időhiány nem a munkaidő meghosszabbodásával magyarázható. Időmérleg felvételekre alapozott kutatásukban Schor eredményeivel ellentétes folyamatot írtak le. Idősoros adataik szerint

1965-től nézve az amerikai keresőtevékenységre fordított ideje csökkent és a szabadidő mennyisége nőtt. Meglátásuk szerint az időhiány tehát nem ragadható meg (kizárólag) a megnövekedett munkaidővel, sokkal inkább a szabadidő és a szabadidős tevékenységek szerepének felértékelődésével és egyfajta percepció diszkrepanciával magyarázható (Robinson–Godbey 2005). Noha az eredmények látszólag ellentmondanak egymásnak, módszertani kiegészítésként meg kell jegyeznünk, hogy Schor (1991) kutatásában a munkával töltött időbe a keresőmunka mellett a házimunkát is beleszámította, míg Robinson és Godbey az időmérleg adatbázisokat használva - ahol ezt a két munkatípust meg tudják különböztetni-, külön-külön elemzi a fizetett munkára és a fizetetlen házimunkára fordított időmennyiséget. További módszertani különbség még, hogy Schor eredményeit a teljes munkaidőben dolgozóakra vonatkozóan publikálta, Robinson és Godbey pedig nem szűkítette le így az adatbázist. A Schor által regisztrált munkaidő növekedés, vagyis az a megállapítás, hogy az amerikaiak munkaideje a férfiak esetében 166 órával, a nők esetében 160 órával lett hosszabb 1969 és 1987 között, tehát ezekből a módszertani különbségekből fakad (Schor, 1991).²⁰ Gershuny (2002) a fizetett munkával töltött idő és a szabadidő egymásra hatásának vizsgálatkor megállapítja, hogy a fizetett munkaidő növekedése bizonyos társadalmi szegmensekben igazolható csak. Gershuny eredményei azt mutatják, hogy a vezető beosztásban lévők, vagyis a magasabb foglalkozási státuszúak többet (hosszabban) dolgoznak, az alacsonyabb pozícióban lévőknek pedig a szabadideje nőtt meg. A kutatások eredményeinek összehasonlítása a módszertani különbségek miatt csak bizonyos óvatossággal kezelhető, az időhiány szubjektív és objektív megközelítése ugyanakkor a különböző nézőpontok eltérő társadalmi, szociokulturális vagy társadalmi nemek szerint fókuszálja a figyelmet.

A szélesebb szakirodalmat tekintve, konszenzusosan elfogadott álláspont a kutatók körében, hogy az utóbbi évtizedekben a munkaidő hivatalosan csökkent (Európát és Észak-Amerikát tekintve), az időhiányról panaszkodók aránya pedig emelkedett (Sullivan–Gershuny, 2001). Számos tanulmányban az időhiány kérdése munka és a magánélet, a munka és család, vagy a munka és szabadidő összeegyeztethetőségének problémájaként jelenik meg, kimutatva, hogy a probléma a népesség egyre nagyobb hányadát érinti.

²⁰ Schor munkájában az úgynevezett „extra month of work”-ként hivatkozik erre a munkaidő-mennyiségre, vagyis megállapítása szerint az amerikaiak munkaideje a vizsgált időszakban egy hónappal növekedett, másként fogalmazva az amerikaiak egy év alatt nem 12 hanem 13 hónapnyi munkát végeznek. (Természetesen nem 24 órában, hanem a klasszikus munkaidő beosztás szerint számított 8 órás intervallumban szerint számítva).

3.1.1. Elméleti modellek

A munka-család konfliktus elmélete szerint az időhiány érzete abból fakad, hogy az egyik (jellemzően a munka) tevékenységre fordított idő növekedése a másik (szabadidő vagy fiziológiai szükségletek) tevékenységre fordított időt csökkenti (Bittman–Wajcman, 2000; Hochschild, 2001; Robinson–Godbey, 2005; Schor, 1991, 1999).

A munka- és a szabadidő kapcsolatát vizsgáló modellek különböző rendezőelvek szerint épülnek fel. Az elméleti megközelítések közös pontja az, hogy a munka világát és az azon kívüli világot külön definiálja. Ez az elméleti keret tehát figyelmen kívül hagyja a munkaidő és a szabadidő lehetséges összemosódásának jelenségét. Az elméletek másik közös pontja az *erőforrás szempontú* megközelítés. Az erőforrás típusú megközelítés szerint a munka és család konfliktusának alapja abból adódik, hogy a két életszféra „az egyén számára olyan korlátozottan rendelkezésre álló erőforrásokért verseng, mint az idő, a figyelem vagy az energia” (Molnár, 2014:66). Pszichológiai szempontból nézve a munka és család összeegyeztethetőségének konfrontációja egyben szerepkonfliktusnak is minősül, amennyiben a „munkával és a családdal kapcsolatos szerepeinek betöltésekor az egyén” önmagával szemben kerül ellentmondásba (Molnár, 2014:66). A továbbiakban három olyan elméleti modellt mutatunk be, amelyek közül kettő – a spillover hipotézis és a kompenzációs modell – a szűkös erőforrásokért versengő szféraként kezeli a munka és a család világát, egyben az időallokáció szubjektív meghatározottságával operál, míg a harmadik elmélet függetlennek tekinti a két életszférát.

Az úgynevezett *spillover hipotézis*, vagy „tovább gyűrűző hatás” kétféle módon érvényesülhet az egyén életében. Pozitív hatásról akkor beszélünk, ha a munka és a munkán kívüli világ tapasztalatai pozitívan kapcsolódnak, így a munkával való elégedettség meghatározza a munka világán kívüli életet, attitűdöket is. Ha valaki elégedett a munkájával, munkakörülményeivel, akkor a szabadidejével is jobban tud gazdálkodni, teljesebbnek érzi a munkán kívüli életét is (Wilson, 1980, Ilies – Wilson – Wagner, 2009). Negatív hatás esetén, ha például a munka unalmas és monoton, a munkán kívüli világ szubjektív megítélése is ezt tükrözi (Champoux, 1980, Wilson, 1980). A pozitív és negatív hatás azonban nem egyforma erősséggel érvényesül a két életszféra között. Okonkwo (2011) nigériai tanárok körében készített kutatásában azt is bebizonyította, hogy a munka világa erősebben befolyásolja a munkán kívüli életet, mint fordítva.

A *kompenzációs modell* azt feltételezi, hogy a munka és a munkán kívüli világ között kompenzációs mechanizmusok működnek. Az elmélet értelmében tehát azok, akik kevésbé

elégedettek a munkájukkal, munkakörülményeikkel, a munkán kívüli világban keresik a kompenzációt, vagyis az unalmas, egyhangú munkát végzők az ott elszenvedett hiányt, a munka világán kívül érdekes és kielégítő tevékenységekkel ellensúlyozzák (Dubin, 1973, Wilensky, 1960).

Shepard (1974) meglátása szerint az a koncepció, hogy a szabadidő eltöltésének elégedettsége ellensúlyozná a munkavégzés elégedetlenségét azon a feltételezésen alapszik, hogy „a munkahelyen kedvező önképet fenntartani nem tudó személy a szabadidejében olyan tevékenységet választ, amely pozitív visszaigazolást nyújt az ego számára”. Ezt az elméletet támasztja alá Parker és Smith (1976) is. A szerzőpáros szerint a szabadidő a munka ellenpontja, ahol is szándékoltan teljesen más a tevékenységek vonala.

A szegmentációs modell szerint nincsen kapcsolat a munka és a munkán kívüli világ között, mivel a társadalomba való beágyazottság minden területét a többitől elkülönítve éljük meg, így az egyén ezeken a területeken egymástól függetlenül alakítja ki a preferenciáit (Dubin, 1973). A munka és a munkán kívüli világ tehát egymástól független, elhatárolt szeletek.

A különböző modellek érvényességét vizsgáló kutatások eredményei szerteágazóak. Kelly és társa a kompenzációs és a szegmentációs modell érvényessége mellett érvelnek (Kelly-Kelly, 1994). Kelly kutatásában a munka-szabadidő kérdést az életkor aspektusában is tanulmányozta és azt találta, hogy az életkor előrehaladtával a szabadidő kompenzációs értéke növekszik (Kelly, 1976). Tait és munkatársai azonban a spillover modell érvényességét bizonyították a munkával és az élettel való elégedettség kapcsolatát vizsgáló kutatásukban (Tait–Padgett–Baldwin, 1989).

E tekintetben a témára vonatkozó kutatások egyértelműen abba az irányba mutatnak, hogy az utóbbi évtizedekben a társadalmak és az egyének életében is egyre fontosabb lett a munkán kívüli világ, ezen belül a szabadidős tevékenységek (Eurostat, 2004). A munka és a szabadidő kapcsolatának értelmezése mellett az is fontos kutatási kérdés, hogy a munka és a munkán kívüli világ mennyire hangsúlyos az életünkben. Goldman (1973) megállapítja, hogy a szabadidő értéke legalább két faktor függvénye, hiszen mind a gazdasági létbizonytalanság növekedésével, mind a végzett munkával szemben tanúsított érdeklődéssel fordítottan arányos. Ez magyarázhatja, hogy miért nem csökkentik munkaóráik számát a szakértők és a menedzserek (Goldman, 1973).

3.1.2. Szabadidő és munkaerőpiaci jellemzők

A munkaidő (a kereső-, termelőtevékenységre fordított idő), a munkán kívüli idő és a szabadidő – mint az időszerkezet nagy egységei – belső tevékenységtartalmuk tekintetében kultúrafüggők, pontosabban a szociokulturális állapotok függvényei. A munkaidő és a szabadidő fontosságának egyéni megítélése általánosságban mégis kényszerek és preferenciák mentén értelmezhető. Amennyiben figyelmen kívül hagyjuk a klasszikus tevékenységcsoportosítások (társadalmilag kötött idő – biológiailag kötött idő – szabadidő) triangulumából a fiziológiai szükségletek kielégítésére fordított időmennyiséget, a munkaidő és szabadidő egymás pandanjaként értelmezhető. A szabadidő hosszát azonban nemcsak a munkaerő-piaci státusz (tehát az, hogy valaki dolgozik-e vagy sem) határozza meg, hanem az is, hogy ki mennyit időt tölt el a munkájával. A szociokulturális meghatározottságokat e tekintetben többnyire racionális gazdasági döntések vezérlik; vannak, akik azért szánnak sok időt a munkára, mert így több anyagi forráshoz (álláshalmazás), többletjövedelemhez vagy könnyebb előrelépési lehetőséghez jutnak, és vannak, akik esetében egyszerűen az állásuk megtartásának feltétele a túlóra vállalása.

A másik oldalról - tehát a munkaidő csökkentésére való törekvés szempontjából - közelítve azonban az atipikus foglalkoztatási formák szabadidő növelő hatása nem egyértelmű. Vannak, akik önként vállalják a részmunkaidőt vagy a távmunkát, (hogy csak a két leginkább elterjedt atipikus foglalkoztatási formát említsük) annak érdekében, hogy megnöveljék a szabadon eltölthető időmennyiséget, míg másoknál a munkahely megtartásának egyetlen kényszer-alternatívája lesz.

Az európai országokat összehasonlító kutatások rámutatott arra, hogy Hollandiában, az Egyesült Királyságban, Dániában és az észak-európai országokban, Finnországban és Svédországban (ahol magas például a részmunkaidőben foglalkoztatottak aránya) az emberek számára a szabadidő nagyobb értéket képvisel, mint a munka, míg a többi európai országban a munka preferálása volt a fontosabb. A szabadidő fontosságának kontrollja alatt vizsgálva a hollandok és az angolok életében a legkevésbé fontos a munka, míg ennek pandanjaként a szabadidőnél lényegesen nagyobb a munka preferálása Csehországban, Portugáliában és a három balti államban (Monostori, 2009).

Adódik tehát az egyszerű kérdés, hogy vajon szükségünk van-e szabadidőre? Bossermann (1975) arra mutatott rá, amennyiben a több szabadidő alacsonyabb jövedelmet hoz, az átlag amerikai visszautasítja azt. Frissebb felmérések szerint (Best 1980-ban Kaliforniában végzett kutatásában) a megkérdezettek 21 százaléka akkor is a kevesebb munkaórát választotta volna, ha az kevesebb jövedelemmel jár. Ahogy azonban arra már korábban

utaltunk a ledolgozott munkaidő és a szabadon eltöltött idő mennyisége kényszerek, és szociokulturális preferenciák mentén dől el.

Ahogy az az eddigiekből is jól látszik, a szabadidő számos definíciós kerettel bíró, komplex fogalom. Témánk szempontjából a szabadidő fogalmának tisztázása annyiban cél, hogy segítségével meghatározzuk, hogy az időmérleg naplóban felvett tevékenységek melyike sorolható a szabadidős tevékenységek közé, lehetővé téve ezáltal a szabadidő-használati stratégiák időhiányra gyakorolt hatásának bemutatását.

Ahogy azt korábban kifejtettük, a szabadidő a huszadik század végére már korántsem kizárólag a munkával kölcsönhatásban értelmezhető és meghaladott már az a nézet is miszerint a munkaidő ellenpárjaként definiálható. A tevékenységhatárok elmosódása valamint, a korábban egyértelműen szegmentálható munkaidőhöz és szabadidőhöz sorolódó tevékenységek felcserélhetősége tovább komplikálja a kialakítandó definíciós keretet. A posztmodern társadalmakban a szabadidő akár minden tevékenységre alkalmazható fogalommá válik (lásd rutin háztartási munkák szabadidő tevékenységek közé sorolása) noha ez a fajta megközelítés számos kérdést vet fel.

A szabadidő ugyanakkor szimbolikus jelentőségű. Mennyisége, de leginkább az eltöltésére alkalmazott stratégiák megválasztása az egyéni értékrenddel áll szoros összefüggésben. Ahogy arra korábban már utaltunk, a rendelkezésünkre álló szabadon felhasználható idő mennyisége, társadalmi rezsimre, korra és nemre való tekintet nélkül az 1980-as évek óta lineárisan emelkedett. Harcsa és Sebők ugyanakkor megállapítja, hogy Magyarországon, a szabadon felhasználható idő nagysága ugyan korántsem éri el a szabadidős társadalmakra jellemző mértéket, bár elsősorban az inaktív népesség körében „e téren elindult a felzárkózás” (Harcsa-Sebők, 2002:18-19). A szabadidő mennyiségének növekedése azonban általánosságban nem jár együtt az eltöltött idő intenzitásának növekedésével. Sőt, az időmérleg adatok azt mutatják, hogy az európai társadalmakban az egyének a munkaidőn- és a biológiai-fiziológiai szükségleteik kielégítésére szánt időn túli szabad perceiket elsősorban tévézésre fordítják. A 2010-es magyarországi adatok szerint nemre való tekintet nélkül, átlagosan a szabadidőnk 87 százalékát töltjük tévézéssel (ez a férfiak esetében napi 164, a nőknél 143 percet jelent). A szabadidőt tehát általánosságban egyfajta passzivitás jellemzi, ugyanakkor a nemek között azért kimutathatók bizonyos típusú különbségek. A hazai időmérleg adatokból megfigyelhető az is, hogy a tévézésen túl a férfiak inkább az aktívabb, teljesítményközpontú szabadidő-eltöltést preferálják (séta,

kirándulás, sport), míg a nők a kommunikációval járó, de gyakran passzívabb elfoglaltságokat részesítik előnyben (Giczi-Gregor, 2016).

3.2. A háztartás, mint időhiány generáló entitás

Amint azt már láttuk, az időhiány érzetét, legyen az szubjektív vagy objektíven mérhető nem csak az individuális időallokáció determinálja, hanem a külső környezet is erős hatást gyakorol rá. Társas lényként az egyéni időbeosztásra a legnagyobb hatást a primer kapcsolatok, az egyén közvetlen környezetében élők gyakorolják. Az egyén tehát nem csak önállóan gazdálkodik az erőforrásaival (így például az idejével sem), hanem azok felhasználásáról a vele közösen fogyasztó, tervező vagy együtt tevékenykedő háztartástársakkal dönt (Sik, 1984).

A mikro szintű vizsgálatok során tehát az elemzés alapegysége a háztartás lesz, amihez elsőként célszerű definiálnunk, hogy mit értettek a szociológia klasszikus gondolkodói e fogalom alatt elsősorban azokra az elméletekre fókuszálva, amelyekben a szociológiai vagy közgazdaságtani meghatározások mellett alapvető definíciós komponensként jelenik meg a háztartáson belül végzett tevékenységek vagy a tevékenységszerkezet.

Wallerstein (1992) a háztartásokat olyan entitásnak tekintette, amelyek a tevékenységek komplex rendszerét működtetik, tehát nem a modern definíciók szerinti életközösséget tekintette lényegesnek, hanem a háztartás keretein belül folyó tevékenységeket. Weber (1992) meglátása szerint a háztartások alapját a tudatos és tervszerű döntések képezik, amelyek célja, hogy a háztartási életciklus során megváltozó szükségleteket a prognosztizálható jövedelem segítségével a lehető legmagasabb szinten tudják kielégíteni.

Tschammer-Osten (1979 idézi Vasa, 2007) szerint a háztartás maga is egy dinamikus és valós rendszer, amely különböző elemekből tevődik össze. A háztartásokat „egyéni gazdaságnak” nevezi, de hasonló módon interpretálja a fogalmat Becker (1965) is, aki szerint a háztartás valóságos „üzem”, amennyiben az tőkét, nyersanyagot és munkát egyesít.

Wilk és Netting (1984) a weberi elmélet nyomán a háztartásokat ugyancsak az azok keretein belül folytatott tevékenységek mentén határozta meg. Wilk és Netting a hálózatelméleti megközelítések elméleti modelljeit alkalmazva, a háztartásokat az abban élő és a tevékenységek megosztásában együttműködő emberek együtteseként definiálta oly

módon, hogy - az időmérleg vizsgálatokból is alkalmazott - „tevékenységcsoportok” felállításával, azok működésének intenzitását, relatív sűrűségét vizsgálta. A háztartásokat ilyen módon olyan csoportokként fogták fel, amelyben a közös tevékenységek intenzitása maximális. A háztartás által leggyakrabban végzett tevékenységeket a következő öt kategóriába sorolták be: 1) termelés, 2) elosztás, 3) transzmisszió, 4) reprodukció, 5) kohabitáció. A szerzők abból indulnak ki, hogy a háztartás, mint gazdasági egység, olyan csoport, amelyben az együttműködés maximális, így az egyének tevékenységi köreinek egymáshoz és más embercsoportokhoz való kapcsolódásai Venn-diagramok segítségével feltérképezhetők (Vasa, 2007).

Sik a háztartást az egyén megélhetése keretének fogja fel. Megélhetés alatt a társadalom újratermelése során végbemenő gazdasági tevékenységek azon halmazát érti, amelyek segítségével az egyének hozzájutnak azokhoz a javakhoz és szolgáltatásokhoz, ami fennmaradásukhoz szükséges. „A háztartás egy vagy több független egyén alkotta primer szervezet, amely egy adott időszakban változatlan összetételben végzi a ’mindennapos’ megélhetéshez szükséges tevékenységeket” (Sik, 1989.)

A háztartás által ellátott feladatokat tekintve a funkcionalista megközelítés szerint a háztartás a társadalom láthatatlan, de pótolhatatlan szereplője. Bouldingot (1972) idézve, a háztartás a társadalom egyetlen olyan intézménye, amelyben az önreprodukción túl az altruista és cserealapú tevékenységek, vagyis az „adománygazdaság” hosszú távon fenn tudnak maradni. Amennyiben a háztartás keretén belüli feladatokat a társadalomnak kellene átvennie, a társadalom szétesne (Sik, 2017).

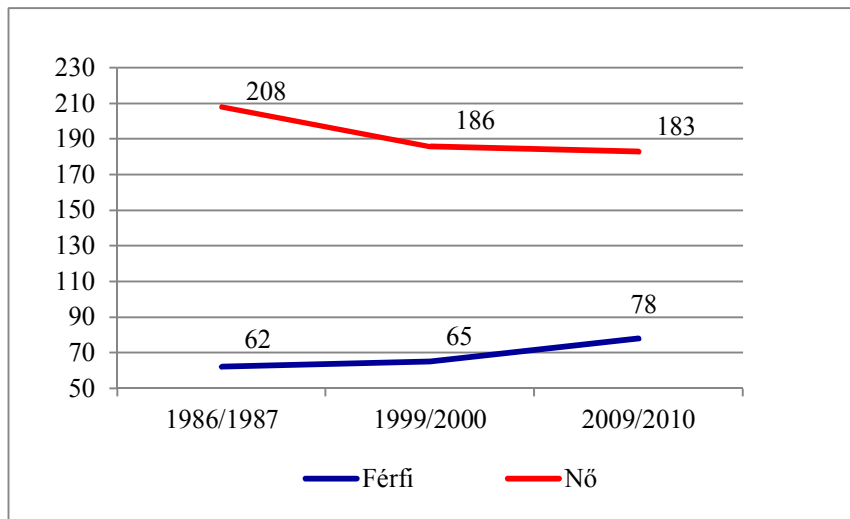
Mivel a háztartások működéséhez szükséges feladatokat a nők végzik el, a marxista megközelítés szerint a háztartás a kizsákmányolás eszköze is egyben, olyan szervezeti forma, amelyben a férfiak kizsákmányolják a nőket, ami jól tükröződik a háztartáson belüli munkamegosztásban (Wallerstein, 1984, Pahl, 1984).

Gershuny meglátása szerint, a háztartások alapvető célja az önfenntartás, illetve a felhalmozás. E célok érdekében gazdálkodni kénytelen az erőforrásaival és ehhez általában külső erőforrásokat is kell szereznie, a háztartás tehát definíciós sémáinkhoz visszatérve esetünkben az együttlakást és a közös erőforrásbirtoklás-allokációt jelenti, erőforrásként definiálva a rendelkezésre álló időmennyiséget is. A háztartásoknak a megfelelő működéshez bizonyos funkciókat másként fogalmazva bizonyos tevékenységeket el kell látnia. Az, hogy milyen tevékenységek kerülnek be a háztartás intézményébe, Gershuny (2004) meglátása szerint gazdasági racionalitás mentén dől el.

Gershuny abból indul ki, hogy a racionálisan kalkuláló háztartás szükségleteit, különösképpen a szolgáltatási szektorból származó szükségleteit nem a piaci szektorból származó, vásárolt szolgáltatásokkal elégíti ki, hanem a háztartási gazdaságon belül, önkiszolgálás (self service economy) formájában jut hozzá. Konceptióját arra alapozza, hogy az „önkiszolgálást” az infrastruktúra fejlődése nyomán a háztartási gépek, anyagok és szoftverek szolgáltatásokhoz mért viszonylag alacsony ára, valamint a fizetetlen otthoni munka teszi olcsóbbá. A háztartások pedig a racionalitás elvén működve a szolgáltatás/kielégítésnek költséghatékony módozatát választják (Spéder, 1994). Ugyanakkor meg kell jegyeznünk, hogy a szolgáltatói szektor betüremkedése a háztartásba, egyfajta szegénységi indikátorként is értelmezhető.

Ugyanerre a következtetésre jut Becker (1981) aki megfogalmazza, hogy azok a munkák, amelyek korábban kikerültek a háztartásból az infrastrukturális lehetőségeket kihasználva visszakerülhetnek a háztartásba és ezeknek a szolgáltatói munkáknak java része tradicionálisan női munka (ruhajavítás, hajvágás, főzés stb).

3. ábra A házimunkával töltött idő egy átlagos napon nemeként, perc



Forrás: Időmérleg módszertan, KSH

Az időmérlegen alapuló háztartási munkamegosztás vizsgálatok eredményei ugyanakkor egyöntetűen azt mutatják, hogy a nők, függetlenül attól, hogy foglalkoztatottak-e vagy sem, több időt fordítanak házimunkára, mint a férfiak (Bukodi, 2005; Falussy, 2002, 2004; Gershuny, 2000)

A nemi szegregáció mélyen gyökerezik a háztartási munkamegosztásban (Kan–Sullivan–Gershuny, 2010, Sullivan, 2000, Sullivan–Gershuny, 2012). Bittman (1990) rámutatott arra, hogy házimunkák közül a nők és a férfiak elsősorban azokat a feladatokat látják el, amelyek a tradicionális nemi szerepekből következően, tipikusan női illetve férfimunkaként rögzültek. Női feladat a mosás, főzés, takarítás, gyermekekről való gondoskodás, míg tipikus férfimunka a házról és kertről való gondoskodás, illetve az otthoni javító- és karbantartó munkák.

Ahogy azt a hazai (Falussy, 2004, Sebők, 2017) és a nemzetközi kutatások is bizonyítják, az elmúlt évtizedekben jelentősen átalakult mind a nők, mind pedig a férfiak időfelhasználási struktúrája. Miközben mindkét nem esetében csökkent a kereső-termelő tevékenységekre fordított idő mennyisége, ennek szinte pandanjaként jelentősen megnőtt a szabadidő.

1. tábla A házimunkával töltött idő egy átlagos napon nemeként

perc

	Férfi			Nő		
	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010
Főzés, terítés, tálalás	9	11	18	76	76	79
Mosogatás	3	4	6	28	29	33
Lakástakarítás, rendrakás	7	8	8	39	36	33
Mosás, vasalás	1	1	1	36	27	21
Varrás, ruhanemű javítás	0	0	0	14	3	3
Házkörüli munkák	19	21	30	9	8	10
Épület, helyiség karbantartás	11	7	7	3	2	1
Egyéb karbantartó, javító munkák	10	9	6	0	0	0

Forrás: Időmérleg 2010

A különféle háztartási munkákra fordított idő mennyisége a nők esetében az 1980-as évekhez mérten jelentősen csökkent, a millennium óta azonban lényegében alig változott. Nagyobb változást a férfiaknál látunk ebben a csoportban az ezredforduló óta kis mértékben emelkedett a háztartási munkával töltött idő napi átlaga. A férfiak elsősorban a presztízs értékű háztartási munkákba kapcsolódnak be. A gasztronómiai forradalom hatásaként láthatjuk, hogy az 1980-as évek közepéhez mérten a férfiak főzésre fordított napi átlagos ideje megduplázódott, bár továbbra is jelentősen elmarad a nők házimunkára

fordított napi átlagos idejétől. Ugyancsak a megváltozott értékrenddel magyarázható, a házi körüli munkákra fordított idő mennyiségének növekedése, mind a nők mind a férfiak körében.

Az időhasználati struktúrák nemek szerinti vizsgálata kapcsán a kutatók figyelmének középpontjában leginkább az aktív korú nők és férfiak időfelhasználása állt, különös tekintettel a munka és magánélet/család összeegyeztetésének kérdéskörére, a házimunkára és a gyereknevelésre fordított idő egyenlőtlenségeire (Falussy, 2002), vagy éppen a gyerekneveléssel töltött idő változásaira (Harcza–Sebők, 2002).

Az időhiány gender alapú megközelítése szinte kivétel nélkül a házaspárok munka és szabadidő allokációs stratégiáinak elemzésére fókuszál. A fejlett országokban a női foglalkoztatási ráta arányának növekedésével összhangban jelentek meg az 1960-as években a munka és család összehangolhatóságát célzó kutatások. A tradicionális egykeresős modell az európai államokban a huszadik század második felében veszítette el meghatározó szerepét, a szocialista országokban az alacsony szinten tartott jövedelmek miatt a szocializmus kezdetétől vált a kétkeresős modell társadalmi normává. Noha a nők foglalkoztatottsági aránya növekszik, munkájuk a piaci szektoron kívül is kulcsfontosságú (Bittman, 1999, Sayer – Bianchi – Robinson 2004). A fejlett országok többségében a nők napi 6 órát szentelnek a házimunka elvégzésének és a gyermeknevelésnek, míg a férfiak alig fél órát (Gauthier – Smeeding – Furstenberg 2004). Több tanulmány is rámutatott arra, hogy a háztartási munkák megosztásának egyenlőtlensége vezet oda, hogy amennyiben egy nő a meglévő háztartási kötelezettségei mellett munkát vállal, a „második műszak”, vagy a „kettős teher” jelenségének nevezett problémával is számolnia kell (Hochschild és Machung 1989, Tilly–Scott, 1989, Schor 1991). Az idővel való gazdálkodás kutatása során, ugyanakkor már a hatvanas években felismerték, hogy nem igaz az az állítás, amit a technológiai fejlődés hatásáról feltételeztek. Gershuny (2004) rámutatott arra, hogy a háztartás gépesítése amellett, hogy kényelmesebbé teszi az otthoni munkavégzést, nem csökkenti a háztartási munkára fordított idő mennyiségét. Bebizonyította, hogy a technológiai fejlődés ellenére az emberek hajlamosak ugyanannyi időt fordítani egyes tevékenységekre. Utasi (2011) ugyanakkor amellett érvel, hogy a háztartási eszközök elterjedésével, az időhiány csökken.

Az aktuális kutatások a családstruktúrák diverzitása, a hagyományos nemi szerepek szerinti elvárások átalakulása, valamint az életstílus alternatívák megváltozása mentén igyekeznek feltárni a munka és a család összehangolhatóságának problémáját. Ezen kutatások többsége arra kereste a választ, hogy a házaspárok, elsősorban a teljes

munkaidőben dolgozó házasságban élő nők esetében milyen stratégiák mentén oldható fel a „second shift” (Hochschild, 1989) jelensége.

A problémát vizsgálva a kutatók figyelmének középpontjában leginkább az aktív korú nők és férfiak időfelhasználása állt, különös tekintettel a munka és magánélet/család összeegyeztetésének kérdéskörére, a házimunkára és a gyereknevelésre fordított idő egyenlőtlenségeire – (Saxbe–Repetti–Graesch, 2011, Falussy, 2002), vagy éppen a gyerekneveléssel töltött idő változásaira fókuszáltak (Harcza, 2014), illetve a szabadidő mennyiségének különbségeire és az eltöltés módjaira irányultak. Ezek a kutatások jellemzően a gazdaságilag aktív korúakra fókuszáltak, vagy a fiatal, felsőoktatásba járók között vizsgálták a szabadidőtöltési mintázatát (Bocsi, 2007) illetve a nemek szabadidő-idejének felhasználása közti eltéréseket kutatták (Giczi–Gregor, 2016).

Elisabeth Bott (1971) az angol középosztályt vizsgálva rámutatott arra, hogy a háztartási munka megosztását célzó aktivitások „komplementer” (complementer) módon „függetlenül” (independent) és „együttesen” (joint) is szerveződhetnek, ezek a szervezési módok pedig a párok közötti konfliktusokkal, stresszel is összefüggésbe hozhatók. A komplementer szervezésben a férj és a feleség aktivitásai különbözőek, de együttesen lefedik a munkajellegű és szabadidős teendők teljes körét. Független szervezés esetén egymásra a lehető legkevesebb figyelmet szentelve a lehető legönállóbban tevékenykednek. Együttes szervezés során a férj és a feleség közösen tevékenykednek, vagy megosztva a teendőket, ugyanazt a feladatot váltva végzik el. Elisabeth Bott (1971) megállapítja ugyanakkor, az aktivitások típusai nem különülnek el egymástól, a háztartások jellemzően mindhárom stratégiát alkalmazzák.

A háztartáson belüli munkamegosztás azonban a háztartás tagjaink munkaerő-piaci státuszától is függ. Morris (1990) és Pahl (1984) kutatásai igazolták, hogy a férfiak bizonyos esetekben presztízs-kérdésként fogják fel a háztartási munkák elvégzésének kérdését. Pahl eredményei szerint még a munkanélküli férfiak is elvárják a feleségüktől, hogy ő végezze a háztartási munka jelentős részét, míg Morris (1990) arra mutatott rá, hogy pontosan a munkanélküliség okán érzett „sértett férfiasság” okozza azt, hogy a munkanélküli férfiak még kevésbé hajlandóak segíteni a feleségüknek (Pahl, 1984).

„A nők és férfiak időfelhasználásban látható mintázatok Gershuny és Sullivan (2003) nemzetközi összehasonlító vizsgálatának eredményei szerint bizonyos mértékben összefüggést mutatnak az adott országra jellemző nyilvános policy rezsimmel (*public policy regime*), ami alatt egy ország gazdasági és politikai működésének szabályait értik. A szerzőpáros azt vizsgálta, hogy van-e kapcsolat, látható-e valamiféle mintázat az általuk

vizsgált országok előbb említett rezsimje (az EGP-féle besorolásnak megfeleltethető liberális és szociáldemokrata rezsimek), valamint férfiak és nők fizetett, illetve fizetetlen munkára fordított ideje és szabadidős tevékenységre fordított ideje között. Elemzésükben arra jutottak, hogy míg várakozásaiknak megfelelően a szociáldemokrata jóléti rezsimhez tartozó országokban mind a nők mind a férfiak átlagosan kevesebb időt fordítottak fizetett munkára, mint a liberális jóléti rezsimekben. Ugyanakkor a fizetetlen házimunkára és a gyereknevelésre fordított időt, valamint a szabadidő mennyiségét tekintve, a nők és férfiak között látható különbségekben már nem volt mintázat. Másként fogalmazva tehát, a nemek időfelhasználásának különbségei, a rezsim típusától függetlenül alakultak” (Giczi–Gregor, 2016:133-134).

DeMaris és Longmore (DeMaris–Longmore, 1996) rámutatott arra is, hogy a háztartásokban elvégzendő feladatoknak nemcsak az időigénye, de a gyakorisága is eltérő. A rendszeresen ismétlődő, rutin háztartási feladatok a nőket terhelik. A napi rendszerességgel végzett háztartási munkák alapvető funkciókat töltenek be, amelyet ha a társadalom más intézményeinek kellene ellátnia, a társadalom szétesne (Boulding, 1972) tehát a feladatok elvégzése kevés rugalmasságot enged. Ugyanakkor a kutatók rámutattak arra is, hogy nem csak az időmennyiség megoszlása, de a háztartáson belüli feladatok elosztása is aránytalan. Sőt, bizonyos feladatok esetében, az azokra fordított idő mennyisége hagyományos értelemben nem, vagy nem könnyen mérhető, ilyenek a szervezés, tervezés vagy a felügyelet ugyancsak női munkák.

Gershuny és Sullivan mindezeket a felvetéseket figyelembe véve, több tanulmányukban (Gershuny 2000, 2002; Sullivan–Gershuny 2001, 2004) is megpróbálták válasz találni a növekvő mértékű időhiány okaira. Sulivannal (2001) közösen írt cikkében Gershuny mellett érvel, hogy az időhiány elsősorban az időallokációs struktúrák megváltozása miatt érint egyre több embert a társadalomban. A szerzőpáros rámutat ugyanakkor arra is, hogy az időínség (*time famine*) csak a társadalom speciális csoportjaihoz köthető, így például azokhoz a párokhoz, akiknek eltartott gyermekei vannak (lásd még Hochschild, 1996). Amellett érvelnek ugyanakkor, hogy nem feltétlenül beszélhetünk az időhiány növekedéséről általánosságban, a probléma sokkal összetettebb. Meglátásuk szerint az egyes háztartások időhiányos állapota erősen beágyazott az egyéni időtöltési preferenciákba, így sokkal inkább a munka-család konfliktushoz köthető. Ebből a gondolatból indulva, az időhiány érzésének növekedésére adott második magyarázatként azt állítják, hogy az időhiány érzete az családi életciklushoz és az egyéni életpályához kötődik. A megélt időhiány valós hiányállapotot tükröz, amennyiben az egyén viszonyítási

alapja önmaga korábbi lehetőségei és preferenciája. Meglátásuk szerint a korról növekednek az egyéni kötelezettségvállalások és a felelősség is, növekednek a családi és munkahelyi elvárások, amelyet aztán az életünk korábbi szakaszával vetünk össze, amikor még ezekkel a kötelezettségekkel nem kellett számolnunk.

Az időhiány harmadik magyarázataként a szerzőpáros azt állítja, hogy az időről való gondolkodásunk változott meg. Ez a változás azonban nehezen mérhető a hagyományos időallokációs struktúrák változását vizsgáló módszerekkel. Ma már nem tehető éles distinkció az egyes tevékenységek közé összevetve a tradicionális társadalmak időkezelési mintázatával, ahol a cselekvések egyértelműen elkülönültek egymástól. Mindez azt eredményezi, hogy a modern társadalom a tevékenységek határai sok esetben szétválaszthatatlanul összemosódnak, vagyis növekszik a párhuzamosan végzett feladatok aránya, ami ugyancsak az időhiány szorongató érzéséhez vezet.

Sullivan – Gershuny (2004) arra is rámutatott, hogy az időhiány nem feltétlenül az egyénhez köthető, sokkal inkább családi vagy háztartási szinten vizsgálódva lehet azt megragadni. Eredményeik szerint a férj munkaidejének növekedése egyértelmű negatív hatással van a háztartás minden tagjára. Hamermesh eredményeivel összhangban arra jutottak, hogy a fizetett munkaidő meghosszabbodásával mind a nők, mind a férfiak esetében a kétkeresős háztartásokban csökkent az az időmennyiség, amely a háztartástagok rendelkezésére állna, hogy azt közösen töltsék el; így a minőségi idő, még inkább a szabadidő hiánya felerősíti az időhiány érzetét.

A háztartáson belüli időfelhasználás hazai kutatásának eredményei

Az ISSP adatbázisa alapján számított mutatók szerint, európai átlagban, ha egy férfi és egy nő ugyanolyan sok – vagy ugyanolyan kevés szabadidővel rendelkezik, a nő sokkal hajszoletabbnak érzi magát. Az ISSP 2002-es adatfelvétele alapján ez alól egyedüli kivétel Magyarország, ahol a férfiak és nők ugyanolyan arányban (közelítőleg harmaduk) érzi magát fáradtnak a házimunkához egy munkanap végén, ugyanakkor európai összehasonlításban csak a spanyol nők vélik magukat a magyaroknál elcsigázottabbnak egy munkanap után (Giczi, 2011). Adódik tehát a kérdése, hogy miért érzik a nők sokkal hajszoletabbnak magukat a férfiaknál?

A válasz egy részét a háztartási munka időallokációs struktúrájában és nemek szerinti megoszlásában találjuk, noha, ha összehasonlítjuk azokat a férfiakat és nőket, akik naponta

egyenlő mértékben veszik ki a részüket a házimunkából – például nyolc óra munka után két óra háztartás, akkor is azt tapasztaljuk, hogy a nőket (németországi adatok szerint) jobban nyomasztja az időhiány.

A magyar társadalom a nemek közötti hagyományos munkamegosztást tartja kívánatosnak és elfogadhatónak. Ezt jelzi, hogy a tradicionális szerepfelfogással összefüggésben a magyar nők végzik a legtöbb házimunkát a férfiak szerény részvétele mellett. Sik meglátása szerint a magyar férfiak a „szívességtétel gazdaságtana” elv mentén kapcsolódnak csak be a háztartási munkákba. Míg a háztartási munka a nők számára kötelezően elvégzendő feladat, tehát ha egy nő háztartási munkát végez, akkor dolgozik, addig a férfiak számára a háztartási munkavégzés nem munka, hanem segítség; többnyire kérésre történik, rendszertelenül, és nem az egyéb tevékenységek (munka, szokásos szabadidős tevékenységek) rovására.

A fiatal párokra még az egalitárius munkamegosztás jellemző, de a kor előrehaladtával egyre több feladat hárul a nőkre. A legmarkánsabb differenciáló tényezőnek azonban az iskolai végzettség bizonyult, ugyanis a legalacsonyabb iskolai végzettségű magyar nők 3,7-szer több házimunkát végeznek, mint férjeik, a felsőfokú végzettséggel rendelkezőknél ez az arány két és félszeresére mérséklődik (Pongrácz–Murinkó, 2009).

A háztartási munkamegosztást jelentősen befolyásolja, hogy milyen korú gyerek él a családban. A 18 évesnél fiatalabb gyereket nevelő családokban a szülők sokkal több házimunkát végeznek, és az átlagosnál gyakrabban osztják meg a teendőket. Egyrészt ezekben a családokban szélesebb az elvégzendő feladatok skálája (hiszen pl. a gyerekellátással kapcsolatos teendők is szaporítják a kötelességek listáját), másrészt a munkamegosztás magas arányát az is befolyásolja, hogy a gyerekek is bekapcsolódnak a teendőkbe. Az is megállapítható, hogy a vidéken élő férfiak az átlagosnál sokkal több házimunkát végeznek (ennek azonban az lehet a magyarázata, hogy a vidéki családi házakhoz kert is tartozik, a kertben (többnyire férfiak által) végzett munkák egy része pedig a házimunkához sorolódik. Ugyancsak megállapítható, hogy a szegényebb családokban élő nők sokkal több házimunkát végeznek, mint a gazdagabbak (Pongrácz–Murinkó, 2009). Az időfelhasználási stratégiák gender specifikus különbözősége azonban nem csak aktív korúak esetében mutatható ki. Egy frissebb tanulmányban a szerzők rámutattak arra, hogy a fiatalok és az aktív korúak esetében férfiak és nők időfelhasználásában látható különbségek az idősebbek körében is fennmaradnak. A kutatás fókuszát adó 45 év feletti nők korcsoportról korcsoportra haladva rendre nagyobb ugyanakkor kismértékben növekvő időt fordítanak a „női” háztartási munkák elvégzésére. A férfiaknak ezzel

szemben rendre több a napi szabadidejük. A két csoport időhasználati szerkezetének összevetésével rámutattak arra, hogy nők és férfiak napi időfelhasználása között sokkal inkább beszélhetünk hasonlóságokról, mint különbségekről, ugyanakkor az egyes tevékenységek napi ritmusában azonban számos gender specifikus különbség volt kimutatható. A nők életében a munkaerőpiaci szempontból, aktív státusból inaktívba való lépés hatása mellett, a családi állás legalább akkora hatással bír a napi időallokációs struktúra alakulására. A társsal rendelkező nők esetében a háztartási munkák napi rendjében megjelenő ritmuseltolódás és ritmusváltás, valamint a szabadidőtöltési olló szétnyílása pedig egyértelműen egyfajta, a patriarchális időrezsím manifesztációjaként volt értékelhető, amely a tradicionális női szerepek társadalmi beágyazódását erősíti (Giczi–Gregor, 2016).

A célzottan a házaspáros típusú családok időfelhasználást vizsgáló kutatások (Harcsa–Sebők, 2002) azt elemezték, hogy a munka jellegű tevékenységekre fordított idő egymáshoz viszonyított arányát illetően kimutathatók-e háztartási szintű stratégiák. A munkaidő hosszát tekintve ugyanis többféle megélhetési koncepció közül választhatnak a párkapcsolatban élők. Így például a leginkább hagyománykövető eljárásnak tekinthető, ha a férj hosszú, a feleség pedig rövid időráfordítást követelő keresőmunkát vállal. Ez a komplementer jellegű időgazdálkodás elvileg fordított szereposztásban is előfordulhat, ez azonban ritka eset. A szerzőpáros feltételezte azt is, hogy a háztartások egy részét nemenként viszonylag kiegyenlített időgazdálkodás jellemzi.

A hipotézisek tesztelése során olyan almintát használtak, amelyekben a tartós párkapcsolatban élők közül a férj foglalkoztatott volt. Az időgazdálkodási jellemzőket – a ledolgozott napra vonatkozóan - egyetlen aspektusból elemezték oly módon, hogy a férfiaknak a kereső munka hossza alapján képzett kvintiliseihez hozzárendelték a nők időfelhasználási adatait. Ezzel az eljárással kimutathatóvá vált, hogy az egyes kvintilisekbe tartozó férjek feleségei átlagosan mennyi időt fordítanak egyes tevékenységekre.

A kutatás eredményei szerint a legalsó kvintilistől a legfelső felé haladva a nők körében is növekedett a kereső munkával töltött idő, ám mértékében messze elmaradt a férfiakétól. Míg a férfiak esetében a legalsó és a legfelső pólus átlagos idejének különbsége 91 perc, a nőknél 382 perc volt (Harcsa–Sebők, 2002).

Ugyanakkor, miközben a férfiaknál a háztartás és a család ellátására fordított idő a legalsó kvintilistől a legfelső felé haladva radikálisan csökkent, addig a nők körében a háztartás és a család ellátására fordított idő mennyiségében alig van különbség. Ez arra utal, hogy a foglalkoztatott és párkapcsolatban élő nők a háztartáson belüli munka alapvetően határozza

meg a nők idő-felhasználási mintázatát, függetlenül attól, hogy mennyi időt töltenek más a háztartáson kívüli külső intézmények kényszere alatt. Ezt a megállapítást támasztja alá az is, hogy (a tartós párkapcsolatban élő foglalkoztatott) férfiak átlagosan több mint háromszor annyi szabadidővel rendelkeznek (176 perc), mint a feleségeik (52 perc).

Megállapítható tehát, hogy a komplementer időgazdálkodási stratégia nem jellemző a magyar háztartásokra. A keresőmunkával hosszabb időt töltő férjnek a felesége is viszonylag hosszabb időt tölt fizetett munkával, ugyanakkor a feleségek számára a háztartási teendők rugalmatlan kezelhetősége további korlátokat szab. Az eredményekből az is kiderül, hogy a közös megélhetési stratégia keretében a férfiak a keresőmunkát tekintve domináns szerepet vállalnak, és a nők ehhez igazítják a rájuk eső feladatokat. A megélhetési stratégia középpontjában a keresőmunka áll, amely a legfelső „munkában gazdag” ötödben olyan kizárólagossággal jut érvényre, amely mellett az életmód többi eleme szinte teljesen háttérbe szorul. Ennek ellenpólusaként a legalsó „munkában szegény” kvintilisbe sorolt háztartások esetében nagyobb szerep jut a család ellátásának, amibe a férfiak intenzívebben bekapcsolódnak (Harcza–Sebők, 2002).

Az időfelhasználási stratégiák gender specifikus különbözősége azonban nem csak aktív korúak esetében mutatható ki. Egy friss tanulmányban a szerzők rámutattak arra, hogy a fiatalok és az aktív korúak esetében férfiak és nők időfelhasználásában látható különbségek az idősebbek körében is fennmaradnak. A kutatás fókuszát adó 45 év feletti nők korcsoportról korcsoportra haladva rendre nagyobb ugyanakkor kismértékben növekvő időt fordítanak a „női” háztartási munkák elvégzésére. A férfiaknak ezzel szemben rendre több a napi szabadidejük. A két csoport időhasználati szerkezetének összevetésével rámutattak arra, hogy nők és férfiak napi időfelhasználása között sokkal inkább beszélhetünk hasonlóságokról, mint különbségekről, ugyanakkor az egyes tevékenységek napi ritmusában azonban számos gender specifikus különbség volt kimutatható. A nők életében a munkaerőpiaci szempontból, aktív státuszról inaktívba való lépés hatása mellett, a családi állás bír hasonló hatással a napi időallokációs struktúra alakulására. A társsal rendelkező nők esetében a háztartási munkák napi rendjében megjelenő ritmuseltolódás és ritmusváltás, valamint a szabadidőtöltési olló szétnyílása pedig egyértelműen egyfajta, a patriarchális időrezsim manifesztációjaként volt értékelhető, amely a tradicionális női szerepek társadalmi beágyazódását erősíti (Giczi–Gregor, 2016).

4. HIPOTÉZISEK

Az eddigi kutatások tapasztalatait felhasználva végezzük el vizsgálódásainkat az időhiány kérdésében. A kérdéskört több szempontból is megközelítjük, így az időhiány problémáját racionális, gazdasági, instrumentális és érzelmi aspektusok szerint is tárgyaljuk.

A vizsgálat három fő témaköre: az érzékelt időhiány magragadása az időfelhasználási minták elemzésével, az időhiány csökkentésére alkalmazott stratégiák összefüggésének elemzése és a tevékenységek rugalmasságának vizsgálata, illetve a munkaidő és a szabadidőn eltölthető idő diszkrepanciájának jövedelemre gyakorolt hatása az időhiány tükrében.

Korábbi kutatásainkra támaszkodva elsőként megvizsgáljuk, hogy az 1980-as évek közepe óta hogyan alakult át a magyar társadalom időhiány térképe. Bemutatjuk, hogy mely társadalmi csoportokat jellemzi leginkább az időhiány, ezt követően megvizsgáljuk az időfelhasználás menetét, hogy képet kapjunk arról, hogy a társadalom különböző csoportjai milyen arányban szentelik idejüket egy adott tevékenységnek. Az idő-felhasználási metódusok feltérképezésével tipikus időallokációs mintákat tárunk fel az időhiányos versus nem időhiányos csoportok vizsgálata mentén, amelyek várhatóan társadalmi rétegenként különbözőek lesznek. Mivel idősoros adatok is rendelkezésünkre állnak, vizsgálhatóvá válik azon összefüggés is, hogy az évek során milyen változások következtek be a tipikus idő-felhasználási mintákban az időhiányosok és a nem időhiányosok tekintetében egyaránt. A kutatásnak ebben a szakaszában csupán arra teszünk kísérletet, hogy a kérdéskörrel kapcsolatos sztochasztikus megállapításokat tegyünk; az adott minták változását azonban egészen az 1980-as évek közepétől elemezzük.

Az időhiány érzését tehát egyik részről megközelíthetjük az időhasználat, a családi teendők körül összpontosuló munkamegosztás, illetve a munkaidő, - a fizetett munka és a háztartási munka megkülönböztetésével, (külön vizsgálva a tipikusan női háztartási munkára fordított időmennyiséget) - és szabadidő allokációja és a szabadidő eltöltésének módja szerint. E területek elemzésével átfogó képet kaphatunk arról, hogy a (házi)munkamegosztásnak milyen szerepe lehet az egy háztartásban együtt élők kohéziójának kialakításában, illetve milyen sikeres vagy kevésbé sikeres idő-felhasználási

mintázatok azonosíthatóak a mai magyar társadalomban, vagyis kinek van esélye stresszessé válni, és milyen mértékben.

A munka és az azon kívüli világ szerepét (Wilensky nyomán) többféle szempontból ítélni lehet meg, és különböző dimenziókban egymással nem konvergáló eredményekre is juthatunk. Az egyik lehetséges megközelítés szerint vizsgálhatjuk, hogy az egyes társadalmi csoportokban mennyi időt fordítanak munkára, és mekkora a szabadon felhasználható idő mennyisége, és mindez milyen összefüggést mutat az érzékelt időhiánnyal. Más megközelítésben arra is fókuszálhatunk, hogy mennyire tekintik fontosnak az egyik vagy a másik tevékenységi sort a társadalom tagjai, vagyis időzavar esetén mely tevékenységekből veszünk el, hogy a nyomást enyhítsük, és feladataink végére érjünk. Az elemzés e pontján nyílik lehetőség arra, hogy a tevékenységek rugalmasságát vizsgálva feltárjuk a stresszesek és nem stresszesek időhasználati mintázatait. A háztartáson belüli munkamegosztást elemezve alapvetően Hamermesh és Gershuny empiriája mentén kísérünk meg mintázatok azonosítani. Gershuny „önellátó háztartásról” megfogalmazott alapvetéseit figyelembe véve kiemelendő vizsgálati terület a háztartási teendők köre és az azzal kapcsolatos feladatok megosztása, illetve a munkamegosztással kapcsolatos általános értelemben vett elégedettség szintje és ennek viszonya a szubjektív időhiánnyal. Hamermesh nyomán pedig azt próbáljuk meg feltárni, hogy milyen összefüggés mutatkozik a mai magyar háztartásokban a szubjektív időhiány és a jövedelem szintje között. Feltételezéseinket ugyanakkor csak mikro szinten van lehetőségünk elemezni, mivel a magyar időmérleg vizsgálatok nem teljes háztartásokat kérdeznek, hanem a háztartásokban kiválasztott egyéneket. Ahhoz, hogy az időhiány kérdését háztartási szinten is megközelíthessük, tehát a munkában szegény és munkában gazdag háztartásokat az időmérleg személy melletti partner gazdasági aktivitásának vizsgálatával ragadjuk meg. Az idősoros elemzésekben az egyének beágyazottságát a háztartás szerkezetével, illetve a családi állás és családi státusz mutatók bevonásával kezeljük.

Az empirikus fejezet második részében azokat az időhiány szorító érzésének enyhítésére alkalmazott stratégiákat vesszük górcső alá, amelyek a mindennapi életben általánosan elfogadott stratégiának minősülnek. Több szempontból végzünk vizsgálatot. Az éjszaka gyarmatosításának hipotézise kapcsán megvizsgáljuk, hogy a feladataink elvégzésére rendelkezésre álló idő mennyiségének növelésére tett kísérletekben, mely társadalmi csoportokat érintenek, vagyis az éjszaka meghódításának karakterisztikájára koncentrálnak.

Ezt követően a multitasking kérdéskörével foglalkozunk, amelynek keretében a párhuzamos tevékenységek időmegtakarító intézményével foglalkozunk, megvizsgálva, azok karakterisztikáját és hatását az időhiányra.

Társadalmi szintek és munkaerő-piaci státusz szerinti elhatárolás

Mivel a kutatás elméleti háttérét megalapozó fejezetek külön is vizsgálták a makro- és a mikro szinten megjelenő időhiány jellegzetességeit, jelen kutatásban is külön vizsgáljuk egyrészt az össztársadalmi szinten jelentkező, másrészt a családon belüli időgazdálkodásból fakadó eltéréseket (*társadalmi szintek szerinti elkülönítés*).

Mivel az elméleti háttér is rámutatott, hogy a munkaerő-piaci státusz számottevően befolyásolja a szubjektív időhiányt, kutatásunkban célszerű különválasztani a „munkában szegény” és a „munkában gazdag” háztartásokat. Ennek értelmében a hipotéziseket a „munkában szegény” és a „munkában gazdag” háztartásokon is ellenőrizzük (*munkaerő-piaci státusz szerinti elhatárolás*), és egy-, illetve kétkeresős háztartásokat vizsgálunk.

Várakozásaink szerint a hipotézisek e fenti szegmentálás szerinti vizsgálata fontos tanulságok levonására ad lehetőséget. A fentiek nyomán a kutatás során a következő hipotézisek ellenőrzésére kerül sor.

Ellenőrizendő hipotézisek és kutatási kérdések

H1. Az első hipotézis csokor az érzékelt időhiány karakterisztikájára, időbeli változására koncentrál.

H1.1. Azt feltételezzük, hogy az időhiány érzékelése szoros összefüggést mutat a magyar társadalom átalakulásával, vagyis az 1980-as évek óta az egyének életritmusa gyorsabbá vált, az időhiánytól szenvedők aránya pedig magasabb lett.

H1.2. Feltételezzük, hogy a stresszesek és nem stresszesek időallokációs struktúrájának különbsége a fizetett munkára és a háztartási munkára fordított időmennyiségből adódik.

H2. A második hipotézis csokor az időmegtakarító stratégiákra koncentrál.

H2.1. Feltételezzük, hogy az időhiány kezelésére alkalmazott stratégiák elsősorban a stresszeseket jellemzik, a nem stresszesek esetében nem találkozunk ilyen rendszerekkel.

H2.2. Feltételezzük, hogy a stresszesek csoportja gyakrabban alkalmazza a multitaskingot az időhiány kezelésére, mint a nem stresszeseké, a párhuzamos életben pótolva azokat a tevékenységeket, amelyek a főéletből hiányoznak.

H2.3. Feltételezzük, hogy az időhiánnyal küzdők esetében a munkaidő megnövelése az éjszaka gyarmatosításának elmélete értelmében leginkább az alvásra szánt idejükből vesznek el, és kevésbé hajlandóak feláldozni a szabadon felhasználható idejüket, és hogy ez a tendencia az 1980-as évek óta egyre gyakrabban alkalmazott stratégia az időzavarban lévők esetében.

H3. Az utolsó hipotézisünk a jövedelem és az időhiány összefüggését vizsgálja.

H3.1. Hipotézisünk szerint minél magasabb az háztartás jövedelme, annál erősebb az időhiány érzése azokban a háztartástagokban, akik pénzkereső munkát végeznek.

A háztartáson belüli összefüggéseket vizsgálva, külön hipotézissel élve a munkában gazdag, és munkában szegény háztartásokra nézve:

H3.2. Első hipotézisünk szerint a női munkavállalás emeli a stressz mértékét a férjben, akár dolgozik, akár nem.

H3.3. A második hipotézisünk az, hogy amennyiben a férj dolgozik, a feleség pedig nem végez jövedelemszerző munkát, a családi jövedelem emelkedésével csökken a férj, esélye arra, hogy stresszessé váljon, Azt feltételezzük tehát, hogy a *nem dolgozó* feleség által biztosított „stabil otthoni háttér” csökkenti a férjek stressznek való kitettségét.

5. MÓDSZERTAN, AVAGY MÉRLEGEN AZ IDŐ

Az időhiány vizsgálatának elemzésekhöz a KSH által végzett, az életminőség- és az időfelhasználás változásának okait és következményeit kutató időmérleg felvételek adatait használjuk fel. Az időmérleg vizsgálatok módszertanának megalkotója Szalai Sándor (a nemzetközi szakirodalom Alexander Szalaiként ismeri) volt, aki az 1960-as évek közepén hozott létre egy nemzetközi kutatócsoportot.²¹ A munkában 12 ország, köztük több akkori kapitalista és szocialista ország, valamint az akkor fejlődő országnak számító Peru adatait elemezték. Az elemzés során az urbánus és város környéki népességének időhasználati struktúráját vetették össze. Az akkori eredmények alátámasztották, hogy az iparosodás mindhárom vizsgált társadalomformában egyfajta hasonlóságot generál az életmódot tekintve, ezzel igazolva az ún. ipari társadalom elméletet. Szalai ugyanakkor kimutatta, hogy a szocialista társadalmak a kapitalista rezsimekhez viszonyítva, sokkal magasabb az átlagos napi munkával töltött idő, mivel hosszabb volt a kötelező munkaidő. Rámutatott arra is, hogy a szocialista társadalmakban a nőknek igen magas a háztartási munkával töltött ideje, így a magyar nők munkával töltött átlagos ideje kiemelkedőnek bizonyult az akkori kapitalista országok adataival összevetve. Szalai megállapította azt is, hogy a munkával töltött idő pandanjaként a szocialista társadalmakban élők jóval kevesebb szabadon felhasználható idővel rendelkeznek. A kutatócsoport által megalkotott, az időfelhasználást mérő módszertan a mai napig - szinte változatlan formában - az időmérleg vizsgálatok

²¹ Szalai Sándor kutatása előtt is léteztek már az időfelhasználást és időallokációt kutató vizsgálatok. „Az első ismert, jelentős időmérlegfelvétel közvetlen gazdaságpolitikai célokat szolgált. Sztrumilin, szovjet közgazdász az 1920-as évek elején a napi tevékenységeket igen részletesen számba vevő időmérleget készített az orosz parasztok körében, vizsgálva az egyéni és háztartási, napi, évszakos és éves időráfordításokat. A hadigazdálkodás idején, stabil pénz hiányában az elosztás és tervezés alapját képező munkaegység kidolgozásának empirikus háttere volt ez az időmérleg. Az időmérleg adataiból az egyes munkatevékenységekre fordított átlagos idő alapján munkaidőnormákat lehetett képezni. A képzetlen munkás munkaidejéből, annak értékéből kiindulva a munkaegység (egy ember egy napi vagy egyórás munkája) értékét a képzettség foka, a képzésre fordított idő alapján határozták meg.

Ferge Zsuzsa: „A nők helyzete a munkahelyen és otthon” 1960. A női munkavállalás ösztönzésére, felgyorsítására empirikusan kellett igazolni a hatvanas évek elején, hogy mennyivel jobban élnek a kétkeresős családok, mint azok, ahol csak a férj dolgozik. A falut elhagyó, munkát vállaló fiatal nők többsége szakképzetlen, alulfizetett, többműszakos, gyakran egészségre káros munkát vállalt a könnyűiparban (szövő-, fonó-, ruhaipar). Sokan kerültek szülőfalujukból városba, az otthoni környezetet munkásszálló váltotta fel. A női munkaerő-tartalék gyorsított ütemű felszámolásának hátterében az a kényszerítő körülmény állt, hogy egy fizetésből egy család már nem tudott megélni, a fejlődő könnyűiparnak pedig nagyszámú, olcsó, képzetlen női munkaerőre volt szüksége. Káros hatásai később jelentkeztek a csökkenő gyermekvállalásban, a hagyományos közösségek széthullásában, a háztartást nagy hozzáértéssel vezető, a családról gondoskodni képes női, anyai minták feledésbe merülésében. E felvételnek tehát lényeges belpolitikai indítéka volt.” Időmérleg módszertan, 2010 KSH

módszertani bázisát adja. Az időmérleg vizsgálatok módszertana az 1960-as évek közepe óta átesett néhány modernizáción - a legújabb fejlesztések egy mobil applikáció segítségével gyűjtik majd az időfelhasználás adatait - a metodológia azonban változatlan maradt.

5.1. Az időmérleg vizsgálatok módszertana

Az időmérleg vizsgálatok lényege, hogy egy kijelölt perióduson belül a napokat, valamint a népesség meghatározott körét reprezentáló mintán, a nap 24 órás keretében végzett valamennyi tevékenységet. A naplóban a napi tevékenységeket az események sorrendjében rögzítik. Minden egyes tevékenység kezdőidőpontja az előző tevékenység záró időpontja. A tevékenységek mellett a naplóban rögzítésre kerülnek a kapcsolódó helyszínek és a társas környezet, vagyis az, hogy kivel végezte az egyén az adott cselekvést, és az európai standardoktól eltérően a magyar időmérlegnaplók rögzítik azt is, hogy ki volt (még) jelen a tevékenység során (aki tehát nem vett részt a cselekvésben, csak ott volt). Ez utóbbi információ szolgál alapul az anómia és magányosság-indexek számításakor. A helyszínre vonatkozó adatok rögzítik a lakás helyiségeit, utazási tevékenység mellett a közlekedési eszköz(öke)t is.

Az időmérleg naplóban a munka típusú tevékenységek mellett rögzítésre kerül az is, hogy az adott feladatot a válaszadó pénzért, ingyen vagy valamilyen más javakért, juttatásért vagy ellenszolgáltatásért cserébe végezte. Ez az információ a láthatatlan munka értéknek számítása során releváns, a konkrét tevékenység ismeretében pontosabb becsléseket lehet adni a fizetés nélkül végzett munka értékéről. A párhuzamos elfoglaltságok ugyancsak rögzítésre kerülnek. Az európai egységes harmonizált módszertan szerint azonban a párhuzamos tevékenységek kérdezése nem kötelező.

Az időmérleg-felvétel eszköze az időmérlegnapló, amely lehet nyitott rendszerű, ahol a felvett tevékenységek hossza a megkérdezett közlése alapján változó, vagy zárt rendszerű, ahol a nap 24 óráján belül időrendben egymást követő, azonos tartamú (tízperces, negyedórás) időszávok mellett jegyzik be a végzett tevékenységet. A magyar időmérleg-felvétel egyik fontos sajátossága, hogy nyitott időintervallumokkal dolgozik. Ez azt jelenti, hogy a válaszadók tetszőlegesen adhatják meg tevékenységeik hosszát, nem kell azokat kötött öt vagy 10 perces időszávokba besorolni. A módszertan sajátossága, hogy így a nemzetközi összehasonlítást lehetővé tevő adatbázisokban tízperces időintervallumokra

transzformálva jelennek meg a tevékenységek.²² A teljes évet felölelő időmérleg vizsgálatok reprezentativitás szempontjából nem csak egy-egy adott társadalmi csoportra, hanem a hét egyes napjaira, hetekre, hónapokra és évszakokra nézve is reprezentatív mintával rendelkeznek.

Maga az időmérleg napló, valójában egy olyan táblázat, melyben a nemzetközi standardoknak megfelelően hajnali 4 órától másnap hajnali 4 óráig²³, az egymást követő tevékenységek feljegyzésre kerülnek időrendi sorrendben. Ettől egy esetben tért el a kérdés, az 1986/1987-es felvétel során éjféltől-éjfélig regisztrálták az időmérlegnaplóban a tevékenységeket, ezt az éjszaka határainak (alvásidő, ébredési idő, lefekvéses idő) számításakor kezelni kellett.

A táblázat egy sora a nap egy tevékenységét és az ahhoz tartozó, az időszakra vonatkozó kiegészítő információkat rögzíti. A naplóban a főtevékenység és idejének megadása mellett, arra is választ kell adni a kitöltőknek, hogy milyen körülmények között (hol, kivel, kinek a részére, juttatásért vagy ingyen illetve online vagy sem) végezték a tevékenységet, illetve arról is nyilatkoznak, hogy hogy érezték magukat közben, és milyen más párhuzamos tevékenységet végeztek a főtevékenység mellett. A klasszikus időmérlegnapló nem tartalmazza azt, hogy a tevékenységet online vagy nem online végezte valaki, illetve nincs mód arra sem, hogy a válaszadó az egyes tevékenységekhez kötődő szubjektív érzéseiről nyilatkozzon, ezek a kérdések a 2017-es módszertani tesztben szerepeltek, és a 2020-as felvétel kérdőívébe kerülnek be elsőként.

²² Módszertani szempontból ez azt jelenti, hogy a 10 perces időintervallumban mindig az éppen az adott tizedik percre eső tevékenység szerepel, az előtte vagy utána lévő, de 10 percnél rövidebb ideig tartó tevékenységek az EU-s adatbázisokban nem jelennek meg.

²³. Az egységesítés módszerét lásd: Altorjai-Giczi-Sik, 2003.

4. ábra Az időmérleg napló szerkezete

napló-42

II. A VIZSGÁLT NAP IDŐMÉRLEGE								
A kódoló tájékoztatásához a megkérdezett főbb adatainak átvétele. A háztartás személyi összetétele c. kérdőívről:								
Család állapota:			Gazdasági aktivitása:			Foglalkozása:		
Együttélő eltartott gyermekeinek a) száma: <input type="text"/> <input type="text"/> nemek: (1) fiú, (2) lány – koruk: <input type="text"/> <input type="text"/> éves; <input type="text"/> <input type="text"/> éves; <input type="text"/> <input type="text"/> éves; <input type="text"/> <input type="text"/> éves								
A vizsgált nap hajnali 4 órájától a következő nap hajnali 4 órájáig végzett tevékenységek felsorolása időrendben								
Sor- szá- ma	kezdete		A tevékenység pontos megnevezése	Kinék a számára / szervezésében végzte?	Hol történt?	Kivel végezte együtt, ill. ki vett részt benne?	Kik voltak még jelen?	Egyidejűleg végzett egyéb tevékenysége
	óra	perc						
a	b	c	d	e	f	g	h	i
1	4,	00						

Forrás: Időmérleg felvétel 2009/2010.

5.1.1. A hazai időmérleg felvételek jellemzői

A hazai időmérlegkutatás 1963-ban indult, eddig összesen hat időmérleg felvétel készült. A kutatások két kivétellel (1963-ban²⁴ és 1993-ban csak egy hónapig tartott a kérdezés) a teljes évet felölelő adatfelvételek voltak. Az éves időmérleg felvételek közül az első 1976/1977-ben, a második 1986/1987-ben, a harmadik 1999/2000-ben, a legutóbbi felvétel 2009/2010-ben zajlott. A felvételek mindegyike személyi mintán alapult, negyedéves hullámokban zajlott, ahol minden negyedévben ugyanazt a személyt kérdezték meg az időtöltési szokásairól. A hazai időmérlegekben a naplókat hagyományosan személyes interjúk keretében rögzítették, úgynevezett tegnapi interjúval.

Az időmérlegnapló olyan nyitott kérdőív volt, amelyben a tevékenységek (helyszínek, résztvevők, jelenlévők és egy párhuzamosan végzett másik tevékenység) pontos megnevezését és kezdeti időpontját a megkérdezett adta meg. A felvételek során a mintába került személyekkel, egy előre kijelölt napjukról időmérlegnapló és egy változó tartalmú

²⁴ Az 1963-as adatfelvételnek nincs meg az adatbázisa. Erről a kutatásról, csak a papíralapon megmaradt kötetben megjelent részletes táblákból ismerünk adatokat.

kiegészítő kérdőív készült. A felvételek során az év valamennyi napjára vonatkozóan megközelítőleg azonos számú időmérleget vettek fel. A 2. tábla összefoglalva mutatja a hazai időmérleg felvételek jellemzőit. A részletek tekintetében számos eltérést találunk, amelyek jórészt a felvétellel szemben támasztott változó tartalmi és módszertani követelményekből, a lehetőségek bővüléséből adódtak, de ezek nem zárják ki az évek közötti összehasonlítást.

Mintavétel

Az időmérleg felvételek mintavétele speciális, mivel az adatoknak nem csak a hagyományos szociodemográfiai szempontok szerint kell reprezentatívnak lennie, hanem a hét egyes napjait tekintve is. Adatgyűjtésenként eltérő volt a minták nagysága és a sikeres felvételek száma is: 1976/1977-ben 8000 fős volt a minta (a sikeres felvételek száma összesen 28 000), 1986/1987-ben és 1999/2000-ben a korábbinál jelentősebb, 11 000 fős minta állt rendelkezésre 1986/1987-ben 40 000, 1999/2000-ben 43 000 sikeres időmérleg napló került rögzítésre. 2009/2010-ben 8370 sikeres napló került az adatbázisba.²⁵ A minta nagysága valamelyest behatárolja a feldolgozás lehetőségeit, mivel a nagyobb minta teszi csak lehetővé a ritkábban, vagy viszonylag kevesek által végzett tevékenységek, valamint a kisebb létszámú társadalmi csoportok megkülönböztetését. Az elemzésbe bevont három adatbázis azonban megfelelő nagyságú mintával rendelkezik.

Valamelyest különbözött a felvételek alapsokaságának alsó és felső korhatára is. A kérdezés felső korhatára 1976/1977-ben 69 év, 1986/1987-ben 79 év, 1999/2000-ben illetve 2009/2010-ben 84 év volt. A kérdezés alsó korhatár egységesen 15 év volt, ez alól egyedül a 2009/2010-es kérdezés volt kivétel, ahol gyerek- időmérlegnapló is készült, így 10 év volt az alsó korhatár. Ezért a számítások során a 2010-es adatbázisból kihagytuk a 15 évnél fiatalabbakat. 1993-ban a kérdezés alsó korhatára 18 év volt. Az időmérleg kutatásokban általában a 15 évesnél idősebbek kerülnek be a mintába, ez alól egyedül az 1999/2010-es időmérleg volt kivétel, ahol az alsó korhatár 10 év volt. A 10 és 15 év közötti kitöltők azonban egy speciális, gyermekek számára kialakított kérdőívre adtak válaszokat.

²⁵ A 2009/2010-es felvételen az ugyanattól a személytől származó második időmérlegnaplók nem kerültek javításra és rögzítésre.

2. tábla Az Időmérleg felvételek legfőbb jellemzői

	1963	1976/1977	1986/1987	1993	1999/2000	2009/2010
Időszak	március	12 hónap minden nap (1976.11.01. - 1977.10.31.)	12 hónap minden nap (1986.03.01.- 1987.03.07.)	3 hónap február- március-április (1993. 02.01- 05.02.)	12 hónap minden nap (1999.09.01.- 2000.09.06)	12 hónap minden nap (2009.10.01. - 2010.09.30.)
A személyi minta korhatára	18-60 éves nem tanuló	15-69 éves	15-79 éves	18-79 éves	15-84 éves	10-84 éves
Személyen-ként felvett naplók száma	egy (előre kijelölt napról)	négy (évszakon- ként 1-1, a hét eltérő nevű napjain)	négy (évszakonként 1-1, a hét eltérő nevű napjain)	egy (előre kijelölt napról)	négy (évszakonként 1-1, a hét eltérő nevű napjain)	egy (előre kijelölt napról vagy dolgozók esetében kettő)
Naplók száma	11 711	27 607	40 000	11 174	43 166	8370
Kódolt tevékenység-gek száma	25	99	480	480	508	548
A napló jellege	zárt, 15 perces időinter- vallumok	nyitott, percnyi meghatároz ás	nyitott, percnyi meghatározás	nyitott, percnyi meghatározás	nyitott, percnyi meghatározás	nyitott, percnyi meghatároz ás

Forrás: Időmérleg módszertan, 2010 KSH

A fenti korlátokat figyelembe véve az időmérleg felvételek alapvetően azonos módszertani háttere miatt alkalmasak az idő-felhasználási minták időbeli változásainak kimutatására.

Az 1993-as kérdezés csak egyetlen negyedévre vonatkozott, továbbá a kérdezés alsó korhatára 18 év volt, így ezek az adatbázisok nem szerepelnek az elemzésben.

A tevékenységlista

Az időmérleg vizsgálatok úgynevezett hierarchikus tevékenységlistával dolgoznak. Az elemi tevékenységek főbb kategóriákban sorolódnak, amelyek végül három főkategóriába csoportosíthatók, a társadalmilag kötött tevékenységek, a fiziológiailag kötött tevékenységek és a szabadon eltölthető időhöz sorolható tevékenységek főkategóriájába. A hatvanas és hetvenes években kialakított a tevékenységlista az idő során jelentős bővítésére és átdolgozására került. A hetvenes években készült felvétel osztályozási rendszerének kialakítása az 1963-as hazai országos felvétel, a Szalai Sándor vezette nemzetközi kutatócsoport munkálatai és az 1972-es norvég időmérleg adatbázisának segítségével történt (Falussy, 2007). Az 1976-os felvételen még alapvetően a Szalai Sándor-féle nemzetközi vizsgálat kétpozíciós tevékenység-kódlista volt érvényben, 1986-ban került kidolgozásra egy hárompozíciós jóval részletesebb tevékenységlista. Az 1986/1987-es, valamint az 1999/2000-es felvétel alkalmával a tevékenységek jegyzéke tovább módosult, elsősorban az aktuális kutatási koncepciónak megfelelően. Az elemi tevékenységkódok száma az egymást követő időmérleg vizsgálatokban növekedett. 1986-tól a hazai időmérleg vizsgálatok már több száz elemi tevékenységkategória rögzítését tették lehetővé, az osztályozási rendszerben 2010-re már közel 1000 féle tevékenység rögzítésére volt lehetőség. Az elemi tevékenységek tevékenységcsoportokba sorolt struktúrájának nemzetközi harmonizációja a HETUS ajánlásainak megfelelően történik az európai országokban, ugyanakkor minden egyes nemzeti felvétel igyekszik megőrizni a nemzeti sajátosságokat is, mivel időbeli összehasonlításra csak így van lehetőség. A tevékenységcsoportok harmonizációja komplex feladat, mivel az egyes elemi tevékenységkategóriáknak minősítő kódjait is figyelembe kell venni ez egyes csoportokba sorolásnál pl. a kutyasétáltatás minősülhet munkának, házimunkának vagy szabadidős tevékenységnek függően attól, hogy a minősítő kód ellenszolgáltatásért (vagy anélkül) végzett munkaként jelöli meg.

Az időmérleg felvételek a standardizált módszertan szerint egységesen hajnali 4 órától rögzítik az emberek tevékenységeit, ez alól egyedül az 1986/1987-es felvétel volt a kivétel,

amikor éjfélről jegyezték fel a válaszadók tevékenységeit. Az idősoros elemzések során ezt az eltérést ugyancsak meg kellett oldani, és egységesíteni kellett a kezdőidőpontot.²⁶

5.1.2. Elemzési módszerek

Az időmérleg vizsgálatok klasszikus elemzése három mutató köré épül (KSH 2010, Szalai, 1978). Az „A” mutató egy adott tevékenységre fordított átlagos időt fejezi ki percekben, egy átlagos napra vetítve. Az „A” mutató esetében a számítás a teljes népességre vonatkozik, így ebben a módszerben azok is belekerülnek az átlagszámításba, akik a megfigyelt napon éppen nem végezték az adott tevékenységet, így egy kisebb társadalmi csoport által művelt, vagy az adott cselekvés természeténél fogva ritkábban előforduló, esetleg kevésbé időigényes tevékenységet átlagos ideje ebben a mutatóban a tényleges időráfordításnál sokkal alacsonyabb értéket mutat. Az egyes tevékenységek vagy tevékenységcsoportok elemi összeadhatók, mivel a ritka vagy alacsony időráfordítású elemi tevékenységkategóriák „A” mutató szerint számolt értéke, az átlagszámítás miatt mérhetetlen is lehet, így azok összevonás nélkül alkalmatlanok lennének akár keresztmetszeti akár longitudinális vizsgálatok elvégzésére. A mutató perccadat, értéke (a nap 24 óráját alapul véve) 0 és 1440 közé esik.

Számítási módja a következő:

$$A = \frac{\text{a tevékenységre fordított összes idő a vizsgált napon (perc)}}{\text{az összes megfigyelés száma}}$$

A „B” mutató az adott tevékenységet végzők százalékos arányát mutatja meg egy átlagos napon. A „B” adattípus egy speciális számítási módja az, amikor az adott tevékenységet végzők arányát adott időpontokra (például tíz percenként, negyedóránként vagy óránként számítjuk ki) adjuk meg, így egy adott tevékenység napi ritmusát tudjuk megragadni. Az adat százalék, így értéke 0 és 100 közé esik.

²⁶ A módszertant lásd bővebben; Altörjai-Giczi-Sik: Az élet ritmusa, 2003 KSH

Számítási módja a következő:

$$B = \frac{\text{a tevékenységet végzők száma a vizsgált napon}}{\text{az összes megfigyelés száma}}$$

A „C” mutató az adott tevékenységet ténylegesen végzők átlagos időráfordítását fejezi ki percekben. Arra a kérdésre például, hogy valójában mennyi időt töltenek az emberek a fodrásznál, míg elkészül a frizurájuk kérdésre, a „C” mutató tud választ adni, itt az átlag számításába csak azok kerülnek be, akik valóban voltak is fodrásznál az adott napon. A „C” mutató is percekben kifejezett adat, így értéke az „A” mutatóéhoz hasonlóan 0 és 1440 közé esik. Számítási módja a következő:

$$C = \frac{\text{a tevékenységre fordított összes idő a vizsgált napon (perc)}}{\text{a tevékenységet ténylegesen végzők száma}}$$

Létezik egy „D” mutató is, ezt az időmérleg vizsgálatokban viszonylag ritkán használják. Az időmérleg felvételekhez köthető vizsgálatokban leginkább a láthatatlan munka értékének számításánál dolgoznak vele, amikor egy meghatározott korú népességre vonatkozóan kell megadni, hogy egy adott tevékenységre mennyi időt fordított egy év alatt.

$$D = \frac{\text{egy adott tevékenységre fordított összes idő a vizsgált napon (perc)} * 365}{60} / 1\ 000\ 000$$

Tempogramok

A tevékenységek napi ritmusának ábrázolására tempogramokat használunk. A tempogram adatvizualizációs eszköz. Segítségével tetszőleges időegység (5 perc, 10 perc akár vagy egy óra) szerinti bontásban meghatározzuk, hogy adott időpontban az adott tevékenységet a társadalom hány százaléka végezte, majd ezt egy koordinátarendszerben grafikusán

ábrázoljuk. Az így kirajzolódó görbe mutatja az adott tevékenység napi ritmusát. A dolgozatban található tempogramok számításának módja a következő volt:

- 1) Minden tevékenység esetében 10 perces időintervallumokat létrehozva 144 időpontra bontottuk a nap 24 óráját.
- 2) Minden egyes időpontra vonatkozóan meghatároztuk, hogy éppen akkor milyen tevékenységet végzett az adott személy. A két időpont közötti köztes tevékenységek ebben a számítási módszerben tehát elvesznek,²⁷ így, ha valaki 7.40-7.52-ig reggelizett, 7.52-7.59-ig kabátot, cipőt vett fel, majd 8.00-kor elindult, a tempogramban csak a reggeli (étkezés) illetve az elindulás (utazás) kódja fog megjelenni.
- 3) Végül kiszámítjuk, hogy adott időpontban a vizsgált tevékenységet a sokaság hány százaléka végezte.

A tempogramok hajnali 4 órától éjfélig (néhány esetben a következő nap hajnali 4 órájáig) ábrázolják az adott tevékenységet végzők arányát.

A tempogramok sajátos felhasználása, az, amikor olyan, az időfelhasználást mutató keresztmetszeti ábrákat hozunk létre, amelyek az mutatják meg, hogy az adott időpontban (például reggel 7 óra) leggyakoribb öt tevékenységet a társadalom egyes csoportjaiban az emberek hány százaléka művel.

5.2. Az időhiány operacionalizálása

Az időhiány operacionalizálására az időmérleg vizsgálatok kínálják a leginkább egzakt elemzési lehetőséget. Az Időmérleg felvételekben a szubjektív és az objektív időhiány mérése is évtizedes standardok alapján történik. Az *érezelt időhiány* (Perceived Time Pressure) változója az 1963-ban és az 1976/1977-ben készült felvételekben még nem szerepelt, így ez a két év az időhiány karakterisztikájának változását bemutató elemzésből kimarad, az időfelhasználási módszerek analízisének azonban ezekkel az adatokkal is bővíthető az idősor. A magyarországi időmérleg vizsgálatokban az 1980-as évektől kezdve

²⁷ A tempogramok egységeinek nagyobb időintervallumban való meghatározását a kieső tevékenységek miatt módszertani szempontból számos kritika éri, ezért az adatvesztés minimalizálása érdekében érdemes a lehető legkisebb időintervallumokkal dolgozni. Mi a dolgozatban 10 percenként programoztuk le a tevékenységeket, így összesen 144 pontja van a tempogram görbéjének.

minden felvételen így az 1986/1987-es, az 1993-as, a 1999/2000-es és a 2009/2010-es vizsgálatok szinte mindegyikében szerepelt legalább egy, a stresszre²⁸ vonatkozó kérdés. Az európai harmonizált módszertan (HETUS) szerinti vizsgálatokban a „*How often do you feel rushed?*” kérdéssel mérik az időhiányt. A hazai kérdőívekbe ennek megfelelőjeként a „*Hogyan volt megterhelve az adott napon?*” megfogalmazású kérdés került.

A különböző években végrehajtott felvételek különbözőképpen közelítettek az időhiány és a stressz megragadásához, ezért - noha az apróbb eltérések nem akadályozták az időhiány karakterisztikájának idősoros kutatását -, az összehasonlító elemzések elkészítéséhez a munka során első lépésként harmonizálni kellett a különböző felvételekben különbözőképpen megfogalmazott kérdésekre adott válaszlehetőségeket.

Az 1986/1987-es felvételen az időhiányt nem egyetlen általános kérdéssel mérték, hanem a stressz különböző részterületeire kérdeztek rá, így a fizikai megterheltségre, a szellemi megterheltségre és az idegi stresszre. Ennek megfelelően a felvételen a következő három kérdés szerepelt: „*Mennyire volt leterhelve fizikailag a vizsgált napon?*” a „*Mennyire volt leterhelve szellemileg az adott napon*” és a „*Mennyire volt leterhelve idegileg az adott napon?*”. Ugyanebben a felvételen azonban nem csak az adott napra, hanem általánosságban, az utóbbi időre vonatkozóan is szerepelt a kérdés, így: „*Általában mennyire van fizikailag megterhelve*”, „*Általában mennyire van szellemileg megterhelve*”, „*Általában mennyire van idegileg megterhelve*”. A lehetséges válaszkategóriák minden esetben a következők voltak: 1) túlzottan, megerőltetően, 2) erősen 3) mérsékelten, 4) gyengén, 5) erősen változó módon, 6) nem tudja megítélni. Az 1986/1987-es felvételen így összesen hat stressz változó szerepelt.

A teljesség kedvéért: az 1993-as felvételen²⁹ már nem részterületekre bontva, hanem a HETUS kérdésnek megfelelően, de még mindig két idődimenzióban szerepelt a stressz, itt a „*Mennyire volt megterhelve a vizsgált napon*” illetve a „*Mennyire volt megterhelve az utóbbi időben?*” kérdések szerepeltek. A válaszkategóriák változatlanok voltak.

Az 1999/2000-es vizsgálatban ugyanez a két kérdés szerepelt, ám a válaszkategóriák megfogalmazása finomodott, és kiegészült a „nyomasztó tétlenségre voltam ítélve”

²⁸ Az időhiány és stressz fogalmakat továbbra is szinonimaként kezeljük.

²⁹ Ahogy azt a módszertani bevezetőben is kiemeltük, az 1993-as kérdezés csak egyetlen negyedévre vonatkozott, továbbá a kérdezés alsó korhatára 18 év volt, míg a többi felvételen jellemzően 15, 2010-ben pedig 10 éves korhatárral folyt a kérdezés. A 2010-es adatbázisból ebbe az elemzésbe csak a 15 évesnél idősebbek kerültek bele, az 1993-as felvétel adatairól le kell mondanunk.

attribútummal. Az 1999/2000-es felvételen az időhiányra vonatkozó kérdések válaszkategóriái a következők voltak: 1) túlzottan, megerőltetően, 2) erősen, de elviselhető módon 3) kiegyensúlyozottan, mérsékelten, 4) kellemesen, enyhén, 5) erősen változóan, szélsőségesen, 6) nyomasztó tétlenségre volt ítélve, 7) nem tudja megítélni.

3. tábla A függőváltozó a különböző felvételekben

Az érzékelt időhiányra vonatkozó kérdés	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Az utóbbi időben	A vizsgált napon	Az utóbbi időben	A vizsgált napon	Az utóbbi időben	A vizsgált napon
Mennyire volt megterhelve			x	x		x
Mennyire volt megterhelve fizikailag	x	x				
Mennyire volt megterhelve szellemileg	x	x				
Mennyire volt megterhelve idegileg	x	x				

Forrás: saját szerkesztés

A 2009/2010-es felvételnél az előző gyakorlattól eltérően csak az adott napra vonatkozó kérdés került be, az 1999/2000-ben kialakított válaszkategóriák változatlanok maradtak (3. tábla).

Ahhoz, hogy összehasonlító elemzést tudjunk készíteni, a módszertani egységesség érdekében elsőként arról kellett döntést hozni, hogy az elemzés során az adott napra, vagy az „utóbbi időben” megélt időhiányra vonatkozó változókkal dolgozzunk. Mivel ebben a dolgozatban a legfrissebb (2009/2010) felvétel eredményeinek felhasználása a cél és ez az egyetlen év a vizsgálatok sorában, amelyben csak az adott napra vonatkozóan van adatunk, ezért az összehasonlíthatóság érdekében minden az elemzésben használt felvétel esetében, az adott napra vonatkozó időhiány változóval dolgoztunk.

4. tábla A függőváltozó (az érzékelt időhiányra vonatkozó kérdés) attribútumai a különböző felvételekben

	1986/1987	1999/2000	2009/2010
1	Túlzottan, megerőltetően	Túlzottan, megerőltetően	Túlzottan, megerőltetően
2	Erősen	Erősen, de elviselhető módon	Erősen, de elviselhető módon
3	Mérsékeltén	Kiegyensúlyozottan, mérsékeltén	Kiegyensúlyozottan, mérsékeltén
4	Gyengén	Kellemesen, enyhén	Kellemesen, enyhén
5	Erősen változó módon	Erősen, változóan, szélsőségesen	Erősen, változóan, szélsőségesen
6	-	Nyomasztó tétlenségre voltam ítélve	Nyomasztó tétlenségre voltam ítélve
7	Nem tudja megítélni	Nem tudja megítélni	Nem tudja megítélni

Forrás: saját szerkesztés

Módszertani kísérletként, ugyanakkor azokban az adatbázisokban, ahol az adott napra és a kérdést megelőző időszakra vonatkozóan is volt adatunk arról, hogy a megkérdezettek hogyan értékelték a megterheltségüket, összevetettük az eredményeket. Azt találtuk, hogy a két kérdésre adott válasz nem tér el szignifikáns mértékben, abszolút számokban kifejezve, többnyire néhány tizedesnyi eltérést tapasztaltunk csak az érték között. Következésképpen az adott napon megélt és az „utóbbi időben” érzékelt stressz szintje konzisztens egymással, így elemzéseinket a felvételek összehasonlíthatósága érdekében mindig az adott napra vonatkozó érzékelt időhiány változójával végeztük el.

A függőváltozó kialakítása

Ahhoz, hogy az érzékelt időhiány változását az idősoros adatokon megfelelően tudjuk mérni, mindhárom felvételben ki kellett alakítanunk az egységes függőváltozót.

Ehhez első lépésben kezelni kellett az 1986/1987-es felvétel három különböző részterületre vonatkozó időhiány-változóját kellett kezelni, és három helyett egy stressz változót kialakítanunk. A három változó *Cronbach alfa* tesztjének értéke 0,694 volt, ezért a fizikai-szellemi-idegi leterheltség mértékét mutató itemek összeadásából, számtani átlag alapján hoztuk létre a stresszt mutató öt kategóriás változót, illetve a logisztikus regressziós

elemzésekhez használt dichotóm változót, ahol az átlagértékek alapján kapott 3-as pontszám alatt a stresszesnek, e felett nem stresszesnek soroltuk be a válaszadót.³⁰

A többváltozós elemzésekben használt dichotóm változóban stresszesként definiáltuk azokat, akik úgy nyilatkoztak, hogy az adott napon ‘túlzottan, megerőltetően’, vagy ‘erősen, de elviselhető módon’, illetve ‘szélsőségesen, változóan’ voltak megterhelve. A ‘kiegyensúlyozott, mérsékelt’ és a ‘kellemes, enyhe’ napi terhelést megélők, valamint a „nyomasztó tétlenségről” számot adók a nem stresszes kategóriába kerültek.

Az 1986/1987-es, a 1999/2000-es illetve a 2009/2010-es felvételben az időhiány változóját a következőképpen operacionalizáltuk:

Időhiányban szenved, stresszes: aki túlzott, megerőltető (1), erős, de még elviselhető (2) vagy szélsőséges (3) terhelésről adott számot,

Nem időhiányos, nem stresszes: aki mérsékelt (1), gyengén vagy kellemesen enyhén (2) volt megterhelve vagy nyomasztó tétlen napja volt (3).

³⁰A szélsőségesen változó stressz attribútumát skálába illeszkedően megváltoztattuk, mivel azt egyértelműen a stressz egyik lehetséges meghatározásaként értékeltük; így a túlzott (1), erős (2) értékek után 3-as értékre kódoltuk, így téve lehetővé a dichotóm változó kialakítását.

6. AZ IDŐHIÁNY MÉRÉSE

Ahogy azt az elméleti felvezetésben láttuk, az időhiány operacionalizálására többféle módszertani megfontolás is kínálkozik. Ebben a fejezetben a következő logika mentén haladunk. Elsőként operacionalizáljuk az időhiányt, majd feltérképezzük, hogy az 1980-as évek közepe óta hogyan alakult a magyar lakosság időhiány érzete. Noha az elemzésben felhasznált adatok mindegyike az időmérleg felvételekből származik, az analízist a felvételek csekély különbözősége miatt néhány ponton korlátok közé kell szorítanunk. Elsőként az 1980-as évek közepétől nézve bemutatjuk, hogy hogyan alakult át a magyar társadalom 'időhiány térképe', ezt követően arra fókuszálunk, hogy a legfrissebb (2009/2010-es) időmérleg felvétel adatain vizsgálódva különböző szociodemográfiai jellemzők mentén azonosítsuk az időszakában lévő társadalmi csoportokat és feltárjuk azok jellemzőit.

Annak meghatározása után, hogy mely csoportok a tipikusan időszakában lévők a mai magyar társadalomban, az elemzés következő részében az időhiányos és nem időhiányos csoportok időhasználati stratégiáit elemezzük. Egyenlőtlenségi indexek használatával bemutatjuk, hogy milyen különbségeket találunk a két csoport napi tevékenységstruktúrájában, miben különbözik az időhiányos csoportok életvitele, napi ritmusa azokétól, akik saját bevallásuk szerint nem szenvednek időhiányban.

A fejezet második részében bemutatjuk, hogy a szubjektív mutató mellett, milyen objektív ismérvek mentén határozhatjuk meg az időhiányt, majd ezen szempont mentén összehasonlítást teszünk a szubjektív és objektív definíció szerinti időhiányban szenvedőkre nézve, egyben részletes elemzését adjuk az időhiányos és nem időhiányos tevékenységstruktúra elemzésének mind a fő-, mind a párhuzamos életet tekintve.

A fejezet harmadik részében a tevékenységstruktúra vizsgálatának folyományaként, részletesen is kitérünk az időhiány mennyiségi aspektusának analízisére, feltételezve azt, hogy az éjszakától elhódított idő, mint a mennyiségi időhiány enyhítésére alkalmazott stratégia elsősorban az idő szűkében szenvedők körében mutatható ki. Ezen megfontolások mentén haladva Melbin elméleti munkájának megállapításai nyomán elemezzük az éjszaka - így az alvással töltött (vagy nem töltött) idő – karakterisztikáját, különös tekintettel az időhiányban szenvedők csoportjára nézve.

6.1. A magyar társadalom stressz-térképe

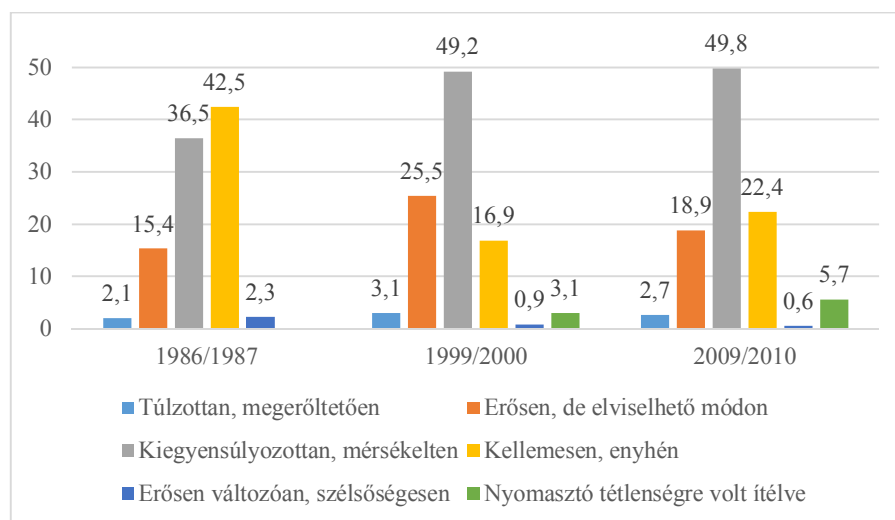
Az 1980-as évek közepe óta eltelt 30 évben jelentősen átalakult Magyarország stressz térképe (5. ábra). A legnagyobb változást a nyolcvanas években, valamint az ezredfordulón mért értékek összehasonlításakor látjuk. A nyolcvanas évek közepén a magyarok³¹ 2 százaléka, érezte kifejezetten hajszoznak magát, s nyilatkozott úgy, hogy túlzottan, megerőltetően stresszes az élete, 2000-ben már harmincból egy magyar így érzett, ekkor az elviselhetetlen stressztől szenvedők aránya 3 százalékra emelkedett, azóta szinte változatlan. Az 1980-as évek közepén minden hetedik magyar mondta azt, hogy sok stressz éri, de még elviseli az időhiány okozta feszültséget, az ezredfordulón már közel minden negyedik ember nyilatkozott hasonlóan. Dinamikusan emelkedett ugyanakkor a mérsékelt stressztől szenvedők, a kifejezetten kiegyensúlyozottan élők aránya. Az ezredfordulón minden második ember úgy ítélte meg, hogy kiegyensúlyozottan él, míg a nyolcvanas évek közepén az emberek mindössze 36 százaléka nyilatkozott így, mérsékelt napi stresszt kell elviselnie, és kicsivel több, mint minden ötödik ember (22%) mondta azt, hogy szinte egyáltalán nem szembesül a napi stresszel. Ugyanilyen mértékben (13 százalékponttal) emelkedett a kiegyensúlyozottan élők, mérsékelt stresszt megélők aránya. A nyolcvanas évek közepén az emberek 36 százaléka, 2000-ben már a fele nyilatkozott úgy, hogy mérsékelt napi stressznek volt kitéve.

A leglátványosabb fordulat az enyhe napi stresszt megélők csoportjánál látható. A nyolcvanas évek közepén a magyar társadalom több mint 40 százaléka ide sorolta magát, 2000-ben mindössze 17 százalék nyilatkozott hasonlóan. Tíz évvel később valamelyest javult az arány, 2010-ben minden ötödik ember vélte stressz mentesnek az életét. A skála másik vége az időhiány és a stressz problémája mellett egy másik ugyanakkor az adatok alapján egyre jobban azonosítható dinamikára mutat rá. Emelkedő tendenciát mutat ugyanis azoknak az aránya, akiknek a napjai nyomasztó tétlenségre vannak ítélve. A 2010-es adatok szerint a társadalom közel 6 százaléka, vagyis mintegy 550 ezer ember éli így az életét, számuk a 2000-ben mért eredményekhez képest 10 év alatt megduplázódott. A társadalmi látélet másik sarkalatos pontja a szélsőségesen változó terheléstől szenvedők csoportjának aránya a társadalmon belül. Tendenciáját tekintve a szélsőségesen változó

³¹ Az elemzésben, az idősoros összehasonlítás miatt kizárólag a 15 évesnél idősebbek adatait vettük figyelembe.

terhelésnek kitettek aránya az 1980-as évek közepe óta csökkent, napjainkban körülbelül 100 ezer ember él így (5. ábra).

5. ábra Az érzékelt időhiány vagy stressz 1987-ben, 2000-ben és 2010-ben



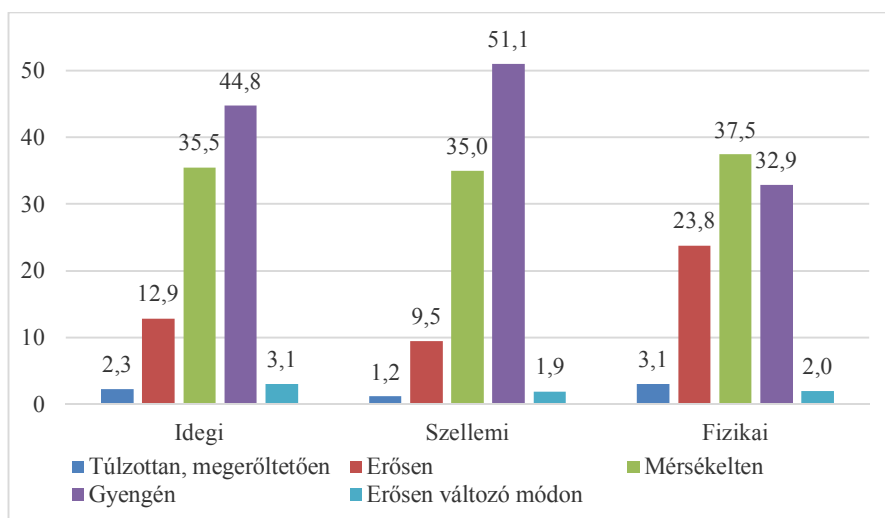
Megjegyzés: az 1986/1987-es felvétel skálaértékei mellett is a másik két felvétel megnevezései szerepelnek. Forrás: Időmérleg felvételek 1986/1987, 1999/2000 és 2009/2010. KSH, saját számítás

Összefoglalva tehát, tendenciáját tekintve az 1980-as évek közepe óta a magyar lakosság egyértelműen stresszesebbé vált. Az elviselhetetlen stressztől szenvedők aránya valamelyest emelkedett, az erős, de még elviselhető időhiányban élők aránya közel a harmadával esett vissza. A vizsgált harminc év adatait összevetve a millennium környékén voltak leginkább stresszesek a magyar emberek, az akkor mért magas értékek a 2010-es évre jelentősen csökkentek. Napjainkra a magyarok fele kiegyensúlyozottan éli az életét, kicsit több mint a negyedük egyáltalán nem ismeri a stresszt, ugyanakkor közel negyedük folyamatos időhiányban szenved, de úgy érzi, kezeli a problémát. A társadalom 3 százalékát érinti a folyamatos időhiány miatti stressz. Egy növekvő kisebbség napjai, nyomasztó tétlenséggel telnek.

Amennyiben az 1986-os évben a különböző jellemzők szerint megragadható érzékelt stresszt dimenziókként külön-külön vizsgáljuk, sokkal árnyaltabb képet kapunk. Amennyiben tehát a képzett mutató helyett dimenziókként külön vizsgáljuk az érzékelt stressz mértékét, egyértelműen láthatóvá válik a fizikai megterhelés faktorának dominanciája az összesített indexre (6. ábra). Kizárólag az idegi és szellemi stressz megítélését tekintve, az 1980-as évek közepéhez viszonyított idősor trendje tulajdonképpen megfordul. Elviselhetetlen (idegi) stresszről a társadalom kicsivel több, mint 2 százaléka

nyilatkozott a 80-as évek közepén, közelítőleg minden nyolcadik ember saját meglátása szerint erős idegi stressznek volt kitéve, mérsékelt stresszről a társadalom harmada, enyhéről közelítőleg az emberek fele számolt be. Hasonlóak a szellemi megterhelést regisztrálók arányai is, a túlzott megerőltető, illetve az erős fizikai megterhelésnek kitettek azonban már magasabb értéket mutatnak. Megerőltetőnek a társadalom 3 százaléka érzete a napi fizikai munkát, erős fizikai megterhelésről közel minden negyedik ember számolt be.

6. ábra Az idegi-, szellemi- és fizikai terhelés érzékelése 1986-ban



Forrás: Időmérleg felvételek 1986/1987. KSH, saját számítás

6.1.1. A stresszesek szociodemográfiai jellemzői

Amennyiben a stresszesek csoportját vizsgáljuk, a szociodemográfiai jellemzőket tekintve a férfiak minden vizsgált időpontban valamivel stresszesebbnek vallották magukat a nőknél. Az 1980-as évek közepén közel minden ötödik, a millenniumra majdnem minden harmadik (30%) férfi nyilatkozott úgy, hogy időhiányban szenved. Arányuk 2010-re sem változott. A nők egy hajszálnyival kisebb arányban szenvednek a stressztől, ez alól egyedül az idegi megterhelés jelent kivételt (1986-ban).

Korcsoportok szerint vizsgálva az értékek harang alakú görbét mutatnak. A legfiatalabbak és a legidősebbek stresszelnek a legkevésbé, a középkorúak, közülük is a 40-es éveikben

lévők között a legmagasabb a stresszben élők aránya. Időbeli trendjét tekintve három jelentősebb megállapítást tehetünk (5. tábla):

1) Az 1980-as évek közepétől nézve minden korosztály esetében megnövekedett a napi stresszt megélők aránya. A középkorúak számára (30-49 éves korosztály) az ezredforduló éveit különösen megterhelőek voltak, ekkor mintegy 40 százalékuk érezte túlságosan stresszesnek a mindennapokat. 2010-re ez az arány 31-33 százalékra mérséklődött. Vagyis a napi erős stressz minden harmadik középkorút érintett.

2) A legfiatalabb korosztály, a 15-19 évesek között az 1980-as évek közepe óta megháromszorozódott a túlzottan megterhelő, vagy erős napi stresszt megélők aránya. 1986-ban mindössze minden tizedik tinédzser, az ezredfordulóra már közel minden negyedik, 2010-re majdnem minden harmadik 15-19 éves szenvedett a túlzott napi stressztől.

3) 2010-re a társadalomban a napi stressz mértékének egyfajta homogenizációját láttuk, amennyiben kisimultak a különbségek az egyes korcsoportok között. A stressz általános szintjének emelkedése mellett a fiatal és a középkorosztály között eltűnt a különbség az őket érő stressz mértékét tekintve. A 15 évesektől a 60 évesekig minden korcsoportból az emberek körülbelül 30 százaléka nyilatkozott arról, hogy erős napi stresszben él. A 60 évesnél idősebbek közül minden ötödik ember érzi életét erősen stresszesnek.

Családi állapot szerint tekintve úgy tűnik, hogy az általánosan jellemző vélekedés, miszerint a fiatalok gondtalanabb, kevésbé stresszes életet élnek, az ezredforduló után immár nem érvényes. 2010-ben a házastársukkal együtt élők és az özvegyek mondták a legkevésbé stresszesnek magukat, előbbieket 28, utóbbiak 22 százaléka definiálta stressztől terhesnek a napjait. A 1980-as évek közepén és 2000-ben is leginkább a házastársukkal együtt élők és az elváltak érezték legnagyobb arányban megterhelőnek a napjaikat. Ugyanakkor, míg korábban az elváltak a házasságnál nagyobb arányban érezték életüket stresszesnek, 2010-re ez a reláció megfordult, az arányszámok kiegyenlítődték. 2010-ben a házastársukkal együtt élő házasságok 30 az elváltak 29 százaléka mondta stresszesnek magát. Időbeli trendjét tekintve a 80-as évek közepe óta változatlanul az özvegyek csoportjából érzik a legkevesebben stresszesnek a napjaikat.

Iskolai végzettség szerint vizsgálva a mindennapjaikat leginkább stresszesként megélők aránya ugyancsak harang alakú görbét mutat. Az alacsony iskolai végzettségűek

közül nyilatkoztak a legkevesebben erős vagy elviselhetetlenül megterhelő stresszről, 2010-ben mintegy 27 százalékuk érezte ilyenek a mindennapjait. A leginkább erős megterhelésnek kitettek a szakmunkás végzettségűek, igaz, arányuk az ezredfordulón mért értékhez viszonyítva jelentősen csökkent, 2010-ben majdnem 30 százalék volt. Az általános iskolát vagy azt sem végzettek, illetve a szakmunkások esetében ugyanakkor az 1980-as évek adataiból jól látszik, hogy a stressz inkább a fizikai megterhelés faktoraként jelentkezik erősebben, szellemi vagy idegi teherként a legkevésbé. A felsőfokú végzettségűek érzik a legkisebb mértékben a napi stressz nyomását, arányait tekintve közülük regisztrálták a legkevesebben a mindennapjaikat erősen stresszesnek. Ez alól egyedül az 1986-ban mért idegi megterheltség adata a kivétel. Ez esetben az iskolai végzettség emelkedésével lineárisan emelkedik a stresszesek aránya. 1986-ban a legalacsonyabb iskolai végzettségűek 15, míg a legmagasabb iskolai végzettségűek 27 százaléka érezte hajszoznak magát. Az iskolai végzettség tekintetében is megfigyelhető ugyanakkor egyfajta homogenizáció a nagyfokú stressz megéléséről számot adók arányát tekintve. 2010-ben már nem regisztráltunk óriási különbségeket a különböző iskolai végzettségű csoportok között. Az adatokból jól látszik, hogy 2010-re szinte eltűnt az alacsony iskolai végzettség „védőhatása stressz ellen”, a társadalom tagjainak közel harmada iskolai végzettségre való tekintet nélkül időhiányban szenved.

Településtípus tekintetében a 2000-es és 2010-es adatokat nézve nem következtethetünk jelentős különbségekre. Úgy tűnik az emberek lakóhelyüktől függetlenül ítélik meg a rájuk ható napi stressz mértékét; a magukat stresszesnek érzők aránya között tehát nincs különbség a lakóhely tekintetében. Egyedül ismét az 1986-os szofisztikáltabb megközelítésű adatok mutatnak rá egyfajta tendenciára, ott jól látszik egyfajta települési lejtő érvényesül. Míg a fővárostól a községek felé haladva a városi lakosok nagyobb hányada nyilatkozott erős idegi megterhelésről, addig a fizikai kimerültségről nyilatkozók aránya éppen fordított irányt mutat.

5. tábla Az idősükében lévők szociodemográfiai jellemzők szerint

%

	1986/1987			1999/2000	2009/2010
	idegi	szellemi	fizikai		
	stressz				
Nem					
Férfi	17,9	13,2	31,1	30,3	29,7
Nő	19,1	12,2	27,2	29,7	27,2
Korcsoport					
15–19 éves	10,2	15,0	15,3	23,6	29,3
20–29 éves	16,4	13,6	25,7	31,3	31,1
30–39 éves	23,3	16,2	32,3	38,5	31,1
40–49 éves	25,6	17,9	34,2	38,8	33,9
50–59 éves	19,9	11,9	33,7	31,2	30,0
60–69 éves	12,9	5,6	27,9	19,2	18,9
70 éves és idősebb	9,9	3,3	22,6	14,0	21,3
Családi állapot					
Nőtlen, hajadon	13,5	15,1	21,8	28,1	30,2
Házaspár, házastársával együtt él ^{a)}	20,0	12,8	31,6	32,9	28,5
Házaspár, házastársával nem él együtt	na	na	na	30,7	30,2
Özvegy	13,3	5,1	24,9	19,1	22,4
Elvált	23,0	15,9	29,7	32,0	29,0
Legmagasabb befejezett iskolai végzettség					
Általános iskola vagy kevesebb	15,8	8,2	31,4	24,4	27,7
Szaktanús	19,1	11,5	34,8	34,9	29,7
Középfokú végzettség	22,5	20,5	22,4	31,8	28,4
Felsőfokú vagy magasabb végzettség	26,8	27,6	18,0	31,9	27,2
Településtípus					
Budapest	22,9	19,7	26,0	31,7	29,0
Megyeszékhely	18,7	14,7	26,7	29,4	27,2
Többi város	17,0	11,7	32,8	30,0	29,2
Község	17,2	9,1	29,1	29,3	28,3
Családi életciklus					
Egyedülálló	16,8	15,0	25,8	29,5	20,3
Házaspár, gyermek nélkül	20,0	12,3	32,7	34,4	22,1
Házaspár 1 gyermekkel	22,6	15,8	32,4	37,9	27,7
Házaspár 2 gyermekkel	23,7	16,1	32,7	38,5	31,3
Házaspár 3 és több gyermekkel	24,2	13,0	37,3	39,7	33,7

Egyedülálló gyermekkel	23,7	18,7	26,9	38,5	27,2
Heti átlagos munkaidő ^{b)}					
Nem dolgozott	12,2	7,5	14,3	17,0	22,6
35 óránál kevesebb	14,1	7,1	25,2	25,7	28,7
35-49 óra között	23,7	17,7	39,2	40,1	33,2
50 óránál több	29,1	19,9	56,5	66,5	49,1
Hat év alatti gyermekek száma ^{c)}					
0	18,3	12,8	28,9	29,4	28,1
1	20,3	11,6	29,3	33,6	28,2
2	25,9	12,2	41,8	37,1	35,2
3	50,0	22,2	62,5	40,4	36,3
4	na	na	na	66,7	34,9

Megjegyzés:

a) 1986/1987-es adat esetében nem lehet megkülönböztetni, hogy házas társával együtt él, vagy külön élnek.

b) 1986/1987-ben és 1999/2000-ben az adatok az időmérlegnaplói napi adata alapján kalkulálva a heti munkaidő

c) 1986/1987-ben csak a hároméves és fiatalabb gyerekekre számolva

Forrás: Időmérleg vizsgálatok, 1986/1987, 1999/2000 és 2009/2010. Saját számítás

A családi életciklus dimenziója mentén vizsgálva a gyermek megléte és száma egyértelmű faktora a stressznek. A gyermekszám emelkedésével egyenes arányban növekszik a magukat stresszesként definiálók aránya. Az ezredfordulón az egyedülállóként gyermeket nevelők közel 40 százaléka érezte magát stresszesnek, pontosan olyan arányban, mint a két gyermeket nevelő házaspár. A legkevésbé stresszes csoport az gyermektelen szingliké, közülük csupán 30 százalék mondta magát stresszesnek. Az egyes csoportok közötti arányok a 80-as évek közepén mért adatokkal összevetve változatlan viszonyokat mutatnak, ugyanakkor abszolútértékben nézve a stresszt megélők aránya jelentősen megnőtt az ezredfordulóra, közelítőleg 15 százalékponttal lett magasabb minden kategóriában, a gyermeket nevelőket, gyermekteleneket, házaspárokat és egyedülállókat tekintve egyaránt.

Az átlagos heti keresőmunkával töltött időt tekintve (ugyan csak 2010-re van adatunk), jól látszik, hogy a ledolgozott munkaórák emelkedésével jelentősen emelkedik a magukat stresszesnek érzők aránya. A lélektani határ valahol heti 50 óra környékén lehet. Az ennél többet dolgozók közül már minden második ember jelentős időhiányban szenved (5. tábla).

6.1.2. Többváltozós számítások

A stresszesek egyes szociodemográfiai csoportokon belüli megoszlásán túl azonban arra keressük a választ, hogy különböző magyarázóváltozók hatását vizsgálva mekkora az esélye annak, hogy valaki stresszessé válik. Az esélyhányadosok becslésére logisztikus regressziós modellt alkalmaztunk. A mindhárom évben rendelkezésünkre álló szociodemográfiai háttérváltozók alapján a következő regressziós egyenletet állítottuk fel,

$$\text{logit}(y) = \beta_0 + \beta_1 * NEM + \beta_2 * KORCSOP + \beta_3 * ISKKAT + \beta_4 * GAKTKAT + \beta_5 * CSCIK + \beta_6 * TTIP.$$

amelyben a stressz (y) dichotóm függőváltozó mellett magyarázóváltozóként a nem, a kor, a legmagasabb iskolai végzettség, a gazdasági aktivitás, a családi élelciklus és a településtípus szerepelt. A referencia kategóriákat az eredményeket összefoglaló 6. tábla mutatja. A modellek magyarázó ereje egyik évben sem volt magas (a pontos Nagelkerke R^2 értékeket lásd a 6. tábla alatt), ez érthető is, hiszen az érzékelt/megélt stresszt nem csak az objektív változók mentén leírt szociodemográfiai jellemzők befolyásolják, hanem számos, kérdőíves felvételekkel nem mérhető oka is lehet. Ugyanakkor a változók 0,000 szignifikanciaszint mellett szinte kivétel nélkül szignifikáns összefüggést mutatnak, vagyis az elemzésbe bevont változók hatása erős.³²

Eredmények

Nemek szerint vizsgálva: úgy tűnik, hogy a stressznek női arca van. Bármelyik vizsgálati évet tekintjük ugyanis annak az esélye, hogy valaki stresszessé válik a nők esetében magasabb, mint a férfiaknál, rendre 1,1, 1,11 és 1,19-szer nagyobb.

³² Több modell felállításával próbálkoztunk. A modell magyarázóerején a társadalmi rétegződést mutató EGP változó valamint a kereset bevonása javított, azonban nem olyan mértékben, amely megérte volna többi változóra gyakorolt hatásokat kiküszöbölni, és azokat kiejteni a modellből.

Korcsoport: A különböző korcsoportok esélyét vizsgálva U alakú görbe rajzolódik ki. A legfiatalabbakhoz (15–19 évesek) viszonyítva a kor emelkedésével annak az esélye, hogy valaki időhiányossá válik egyre magasabb, a 40–49 éves korosztály a legveszélyeztetettebb, esetükben a tinédzserekhez viszonyítva 1,3-szoros az esélye annak, hogy szembesülnek az időhiánnyal. 50 éves kor után annak az esélye, hogy valaki időprésben él valamelyest csökken (1,2), 60 éves kor felett kell a legkisebb eséllyel számolni a stresszel. Az időbeli összehasonlítás szerint úgy tűnik, hogy napjainkban, minden korcsoportban alacsonyabb esélye van annak, hogy valaki stresszessé válik, mint a millennium környékén vagy a rendszerváltás előtt néhány évvel. Önmagában az életkor tehát nem tesz stresszesebbé.

A legmagasabb iskolai végzettség szerinti magyarázó változó esélyhányadosait tekintve 2010-ben alig látszott különbség az egyes végzettségi kategóriák között, a stresszre vonatkozó esélyhányadosokat tekintve. Látszik ugyanakkor, egyfajta csökkenő tendencia az alacsonyabbtól a magasabb iskolai végzettség felé haladva. Ez utóbbi tendencia azért érdekes, mert éppen a fordítottja annak, amit a nyolcvanas évek közepén mértünk, akkor úgy tűnik minél magasabb iskolai végzettséggel rendelkezett valaki, annál nagyobb volt az esélye (1,5-szörös) a stresszessé válásra. Ez a tendencia már a millenniumra megfordult, és azóta változatlanul úgy tűnik, hogy az iskolai végzettség emelkedésével csökken a stresszessé válás esélye.

A gazdasági aktivitás kategóriáit tekintve a nyugdíjasokhoz viszonyítva nem meglepő módon, minden vizsgálati évben a dolgozóknak volt a legnagyobb esélye arra, hogy stresszessé váljanak. Egyfajta időbeli tendencia is megfigyelhető, az esélyhányados ugyanis minden vizsgálati évben magasabb értéket mutat, így 2010-ben egy aktív keresőnek már háromszor (a nyolcvanas években még csak 1,9-szer) nagyobb esélye volt arra, hogy stresszessé váljon, mint egy nyugdíjasnak.

6. tábla A stressz magyarázóváltozóinak esélyhányadosai 1986/1987, 1999/2000, 2009/2010
logisztikus regresszió, Exp(B) értékek

	1986/1987 ⁱ⁾	1999/2000 ⁱⁱ⁾	2009/2010 ⁱⁱⁱ⁾
Nem	1,106***	1,116***	1,195***
Korcsoport	Ref.: 15-19 éves		
20–29 éves	1,227	1,292***	1,229***
30–39 éves	1,582***	1,528***	1,080***
40–49 éves	1,880***	1,573***	1,305***
50–59 éves	1,748***	1,426***	1,236***
60 éves és idősebb	1,125	1,286***	0,938***
Legmagasabb befejezett iskolai végzettség	Ref.: Általános iskola vagy kevesebb		
Szaktanácsos	1,129**	1,018***	1,014***
Középfokú végzettség	1,205***	0,856***	0,990***
Felsőfokú vagy magasabb végzettség	1,477***	0,777***	0,886***
Gazdasági aktivitás	Ref.: Nyugdíjas		
Aktív kereső	1,995***	2,777***	3,106***
Gyermekgondozási szabadságon lévő	1,080	1,428***	1,861***
Tanuló	2,461***	1,956***	2,277***
Munkanélküli	0,463	1,056***	0,931***
Egyéb	1,129	1,170***	1,643***
Családi életciklus	Ref.: Egyedülálló		
Házassal ^{a)} , gyermek nélkül	1,142**	1,219***	1,174***
Házassal ^{a)} 1 gyermekkel	1,257***	1,222***	1,113***
Házassal ^{a)} 2 gyermekkel	1,307***	1,214***	1,375***
Házassal ^{a)} 3 és több gyermekkel	1,448***	1,483***	1,677***
Egyedülálló gyermekkel	1,225	1,232***	1,206***
Településtípus	Ref.: Község		
Budapest	1,647***	1,188***	1,096***
Megyeszékhely	1,066	0,978***	0,965***
Többi város	0,934	1,036***	1,032***

Forrás: Időmérleg felvétele, KSH, saját számítás

***: Szignifikancia: 0,000

i): Nagelkerke R²: 0,049

ii): Nagelkerke R²: 0,055

iii): Nagelkerke R²: 0,087

a): A 2010-es adat tartalmazza az élettársi kapcsolatokat is.

A tanulói lét hasonló eséllyel jár idődeficittal. A dolgozók után a tanulóknak van a legnagyobb (2,26-szoros) esélye arra, hogy időhiányosakká váljanak. A diák lét - a vizsgált harminc évet tekintve - jól kimutathatóan, erősen időhiányos állapot. Az esélyhányados időbeli változását tekintve U alakú görbét látunk, amely azt mutatja, hogy az ezredfordulóra jelentősen csökkent a tanulókat érő időnyomás, ám a csökkenő tendencia megfordult, és 2010-ben ismét több, mint kétszeres (2,26) lett az esélye annak, hogy egy diák időhiányban szenved.

A munkanélküli státusz csökkenti a stressz kialakulásának esélyét. Az egyéb kategóriába sorolt eltartottak, háztartásbeliek pedig az időbeli változás tekintve 2010-ben sokkal nagyobb eséllyel (1,6) váltak időhiányossá, mint a nyolcvanas években.

A családi életciklust tekintve a gyerek száma és a párkapcsolat megléte egyértelműen befolyásolja a stressz kialakulásának esélyét. Bármelyik évet tekintjük azonban, a gyerek számának növekedésével egyenes arányban emelkedik az esélyhányados mutatója. 2010-ben az egy gyermekeseknek 1,1, a két gyermekeseknek 1,37 a három vagy több gyermekeseknek 1,67-szeres esélye volt arra, hogy stresszessé váljanak, mint a gyermeket nem nevelő egyedülállóknak.

Amennyiben a kapcsolati viszonyokat nézzük, az egyedülállókhöz képest már maga a házasság is emeli a stressz kialakulásának esélyét. Az első gyermek megszületése még nincs akkora hatással, minden további gyermek azonban jelentősen növeli az esélyét annak, hogy valaki időhiányossá váljon.

Az időbeli tendenciát tekintve azt látjuk, hogy a nyolcvanas évek közepéhez mérten általánosan emelkedtek a stressz kialakulását mutató esélyhányadosok, másként fogalmazva tehát ma, sokkal stresszesebb gyermeket nevelni, mint a nyolcvanas évek közepén volt. Egyetlen kivétel ez alól az, ha még csak egy hat éven aluli gyerek van a háztartásban. Itt az esélyhányados valamivel alacsonyabb, mint a nyolcvanas évekre becsült mutató, úgy tűnik tehát, hogy manapság az egy gyermek kevésbé erős faktora az időhiány kialakulásának, mint a nyolcvanas évek közepén volt.

Az egyedülállóként gyermeket nevelők 1,2-szeres eséllyel válnak manapság időhiányossá, mint a gyermek nélküli egyedülállók. Ez az esélyhányados, azonban a vizsgált 30 év során úgy tűnik nem változott.

Településtípus szerint vizsgálva, a nyolcvanas években mért települési lejtő már szinte eltűnt. A községekben élőkhez mérten, 2010-re ugyanakkora esélye van annak, hogy valaki stresszessé váljon bármelyik településtípuson él is. Manapság a fővárosi lét teszi a leginkább stresszessé az életet (6. tábla).

6.2. Az időtöltési mintázatok egyenlőtlenségének mérése

Az időfelhasználási egyenlőtlenségeket mérő mutatók segítségével az egyes társadalmi csoportok időfelhasználási struktúrájának összehasonlítására van lehetőségünk. Az időhasználatbeli egyenlőtlenséget mérő mutató alkalmazására több kísérletet is tettek már a kutatók. Mindegyik egyenlőtlenségi mutató célja az volt, hogy a jövedelemegyenlőtlenségek mérésnek mintájára, olyan mutatószámot hozzanak létre, amely a különböző társadalmi csoportok idő felhasználási karakterisztikájának különbségeit képes mérni. Az úgynevezett *Ferge-Converse féle szerkezet-eltolódási mutatót*, vagy T-indexet az 1963-as időmérleg-felvétel elemzésének munkálatai során dolgozták ki, elsősorban az egyes naptípusok, mint hétköznap-hétvége, munkával, illetve munka-tevékenység nélkül töltött napok, vagy a hét egyes napjainak összehasonlításához használták. Olyan objektív mérőszámot akartak alkotni, amely azt mutatta meg, hogy egy adott nap melyik másikkal hasonlít a legjobban; például a szombati nap inkább a vasárnaphoz vagy valamelyik hétköznap-hoz hasonlatos.

A mutató képlete:

$$T' = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^k (a_i - b_i)^2}{k}}$$

Ahol:

a= az egyik nap

b= a másik összehasonlítani kívánt nap

i= az adott tevékenység jele

így: a_i = az i tevékenységre fordított idő az 'a' csoportban

b_i = az i tevékenységre fordított idő a 'b' csoportban

k= a számításához felhasznált összes tevékenységcsoport száma

A mutatót később alkalmazták különböző társadalmi csoportok időtöltési struktúrájának különbségét vizsgáló elemzések során is. Kétféle számítási módot is kidolgoztak az időhasználati mintázatok egyenlőtlenségének mérésére. Az egyik számítási mód az adott tevékenységre fordított időmennyiség különbsége alapján kalkulál. Ezen módszer szerint a mutató értéke 0 és 1440 közé eshet, ahol a 0 teljes homogenitást mutatja, vagyis azt, hogy a két vizsgált csoport tevékenységszerkezete tökéletesen egyezik, az 1440 pedig éppen ennek az ellenkezőjét, vagyis a tökéletes különbözőséget. Mivel a mutató kizárólag az adott tevékenységre fordított átlagos időmennyiség különbségével dolgozik, számos kritika megfogalmazódott az alkalmazhatóságával kapcsolatban. Az egyik kritika arra mutat rá, hogy az index kalkulációja során nem veszi figyelembe az egyes tevékenységek hosszát, így a rövidebb tevékenységek is ugyanolyan súllyal szerepelnek a számításban, vagyis nagyobb hatást gyakorolnak az indexre.

A másik számítási mód a tevékenységek 24 órán belüli arányával operál, a mutató pedig százalékos értéket ad. A mutató értéke ennek megfelelően 0 és 100 közé eshet. A $T=0$ esetében tehát minden tevékenység időtartama azonos, $T=100$ pedig azt jelenti, hogy mind a 24 órát egy tevékenység foglalja le, de ez a tevékenység a két csoportban nem azonos.

A mutató képlete:

$$T = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^k \left(\frac{a_i}{24} - \frac{b_i}{24}\right)^2}{k}} * 100$$

Szalai Sándor ez utóbbi módszerrel alapuló számítása, amely ugyancsak a szerkezeti eltéréseket veszi figyelembe, súlyozott formában számol a két vizsgált csoport együttes időráfordításával. Mindkét mutató kritikája, hogy érzékenyek a tevékenységek aggregáltsági szintjére, kevesebb számú tevékenységcsoport alkalmazásakor az időhasználati mintázatok különbségeit nem tudják feltárni. További kritika a mutató alkalmazhatóságával kapcsolatban annak problematikus interpretációja.

Az időmérleg statisztikákban alkalmazott különféle mutatók szintetizálásából alkotta meg Jay Stewart az ún. *súlyozott abszolút-eltérés indexet* (*the weighted absolute deviation index*), vagy az angol rövidítése alapján a továbbiakban T_{WAD} -mutatóként hivatkozott

indexet. A nullához közeli érték arról árulkodik, hogy a két csoport időfelhasználása meglehetősen hasonló, míg az 1-hez közeli érték pont az ellenkezőjére utal.

A mutató képlete:

$$TWAD = \sum_{i=1}^k \frac{|a_i - b_i|}{a_i + b_i} * \frac{a_i + b_i}{2880}$$

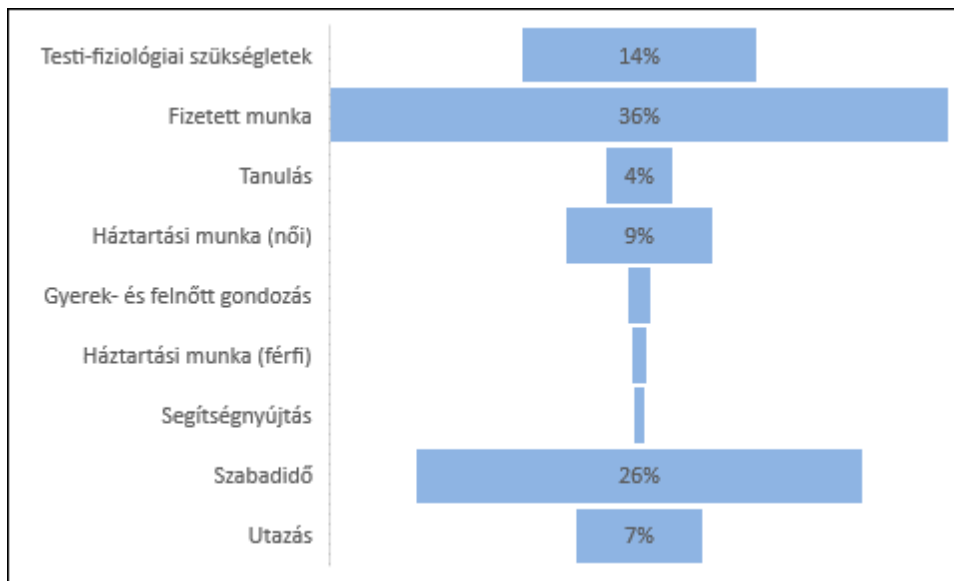
A mutató kiszámításának lényege, hogy az időfelhasználásának szerkezete mentén összehasonlítani kívánt két csoportban – vagyis esetünkben az időhiányosak és a nem időhiányosak csoportjában – megvizsgálja, hogy mekkora az eltérés az egyes tevékenységek szánt időben, majd ezeket, a percben mért eltérések abszolútértékét összeadva, a két csoport teljes napi eltölthető percmennyiségéhez, $2 \times 1440 = 2880$ perchez viszonyítja. Másként fogalmazva: a 0-tól 1-ig terjedő mutató azt fejezi ki, hogy a két csoport a rendelkezésre álló időmennyiségének hány százalékát tölti másképp. Elemzésünkben a Stewart-féle súlyozott abszolút-eltérés indexet használjuk a stresszesek és nem stresszesek időallokációs struktúrájának összehasonlítására.

6.2.1. Az időhiány TWAD-indexe

Az időhiányosok és nem időhiányosok átlagos tevékenységszerkezeti különbsége első pillantásra nem mutat túl nagy eltérést, a TWAD mutató értéke viszonylag alacsony. Az alacsony érték magyarázata, hogy a mindenki számára létszükségletet jelentő biológiai igényekre szánt idő közel a felét viszi el a napi 1440 percnél, így a TWAD maximális értéke az elméleti 0,5-ös értéket ritkán haladhatja meg.

Az időhiányosok és nem időhiányosok időfelhasználási különbségeit mutató TWAD - index értéke 0,03, ami kifejezetten alacsony időszerkezeti differenciára utal, vagyis a két csoport időfelhasználása a tevékenység főkategóriák mentén vizsgálva meglehetősen hasonló. Azonban, ha megvizsgáljuk, hogy milyen tevékenységek mentén tevődik össze ez a parányinak tűnő különbség, már láthatóak jól elhatárolható eltérések.

7. ábra Az időhiányosak és nem időhiányosak időfelhasználási különbségeinek összetevői, 2010



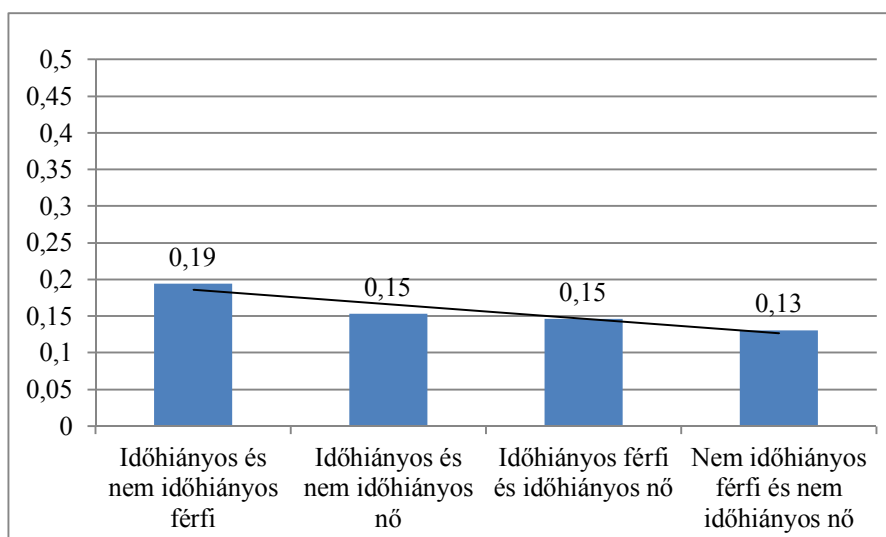
Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Az időfelhasználási különbségek több mint harmadáért (36%) a fizetett munkára fordított különböző mennyiségű idő a felelős, amelyre magától értetődően az időhiányban szenvedők szánnak több időt egy nap. Az egyenlőtlenség másik forrása a szabadidőre jutó idő mennyisége közötti különbség, ez mintegy negyedét (26%) adja a differencia okának, viszonylag magas a fiziológiai szükségletek kielégítéséből adódó eltérés (14%), és a hipotézisekben megfogalmazottakhoz képest valamint a szakirodalom által várt eredményektől kissé eltérően, viszonylag alacsony mértékben, mindössze 9 százalékban felelős csak az időfelhasználási differenciáért a tipikusan női háztartási munkavégzésre szánt időkülönbség. Hét százaléknál az utazási időből adódó differencia. A szerkezet-eltolódási mutatót viszonylag kis mértékben befolyásolja a gondoskodásra, a férfi háztartási- és ház körüli munkákra, valamint a segítségnyújtásra fordított napi átlagos időmennyiség (7. ábra).

6.2.2. Az időhiány szerkezet-eltérési mutatója szociodemográfiai jellemzők szerint

A férfiak és nők időallokációs struktúrájának összevetése az időhiányos és nem időhiányos csoportok összevetésben már sokkal definiáltabb különbségek mutathatók ki a csoportok időhasználati mintázatait tekintve. A szerkezet-eltolódási mutató értéke az időhiányos és nem időhiányos férfiak időallokációs struktúrájának összevetésekor adja a legmagasabb (0,19), és a nem időhiányos férfiak és nem időhiányos nők esetében a legalacsonyabb. Mindez tehát azt jelenti, hogy várakozásainkkal ellentétben az időhiányban szenvedő férfiak és a nem időhiányos férfiak napi tevékenységinek struktúrája különbözik a leginkább, nem az időszükében lévő nőké és férfiaké (8. ábra).

8. ábra Az időhiány TWAD-indexe nemek szerint, 2010



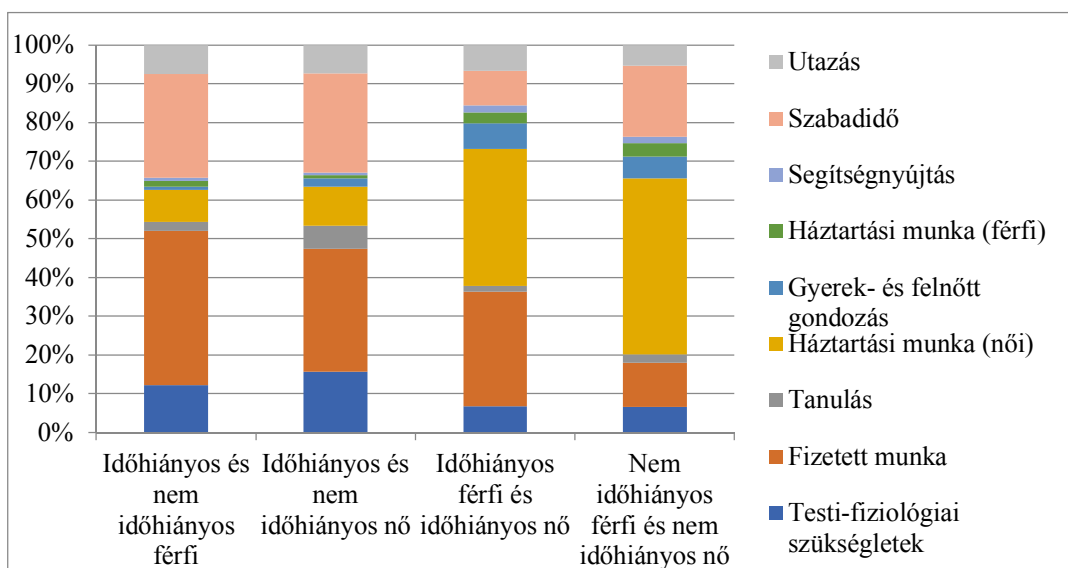
Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Miből adódnak a különbségek? A leginkább eltérő időhasználati struktúrával rendelkező csoportok esetében két meghatározó faktor van. Az egyik a fizetett munkára szánt idő, ez a különbség 40 százalékát, a másik leginkább a szabadidős tevékenységekre fordított időhalmaz, ez utóbbi a differencia 26 százalékát adja. Ezek együttesen a különbség kétharmadát magyarázzák. Az időallokációs struktúra különbségét 12 százalékban a fiziológiai szükségletekre, alig 8 százalékban pedig a női háztartási munkára szánt idő mennyisége adja.

Nagyon hasonló mintázatot látunk az időhiányos és nem időhiányos nők csoportjának összevetésekor is, esetükben ugyancsak a fizetett munkára és a szabadidő szánt idő

különbségének százalékos aránya adja az időhasználati különbségek magyarázatának legnagyobb hányadát. Esetükben a fizetett munkára szánt idő 31, a szabadidős különbségek 25 százalékát adják a differenciának. Nincs óriási eltérés az időhiányos és nem időhiányos nők háztartási munkára fordított idejének napi volumene között. A T_{WAD} indexet magyarázó arány ugyanis a differencia mindössze 10 százalékát adja. Ez tehát azt támasztja alá, hogy ugyan a nem időhiányos nők több időt szánnak a háztartási munkák elvégzésére napi időbeosztásukat tekintve, a házimunka az időhiányos nők életében is stabilan jelenlévő feladat, amely mozdíthatatlanul beépült az időallokációs rendbe. A házimunkára időt kell szánni, nincs kibúvó. Úgy tűnik tehát, hogy azonos nemek között vizsgálva az időhasználati eltéréseket mutató egyenlőtlenségi indikátor mentén, az időhiány jól megragadható a fizetett munkára szánt idő és a szabadon eltölthető idő különbségével.

9. ábra A szerkezet-eltérés különbségei nemek szerint, 2010



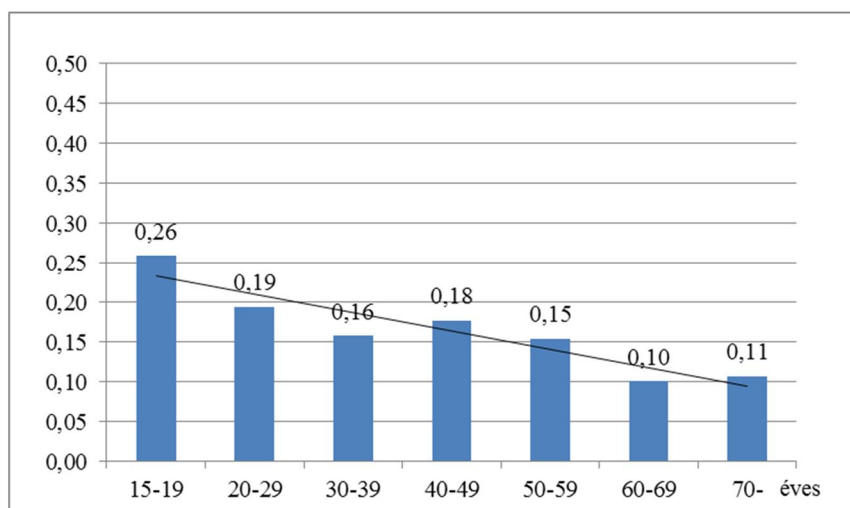
Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Egészen más kép rajzolódik ki az időhiányos férfiak és időhiányos nők, valamint a nem időhiányos férfiak és nem időhiányos nők időhasználati struktúrájának összevetésekor. Ugyan a szerkezet-eltolódási mutató értéke ebben a relációban vizsgálva kisebb, mint az azonos nemek közötti összehasonlításban, az időhasználati különbség mégis változatosabb képet mutat. A különböző nemek összevetésekor a legszembetűnőbb differencia a háztartási munkával töltött idő eltérésének százalékos aránya. Az időhiányos nők és férfiak időallokációs struktúrájának eltérését legnagyobb arányban a háztartási, valamint a fizetett munkára fordított idő különbsége adja. A háztartási munka több mint

egyharmad arányban, a nap 24 órájából fizetett munkára kiharított idő különbsége pedig 30 százalékban felelős az eltérésért. A nem időhiányos nők és férfiak napi időtöltési struktúrájában tapasztalt differenciának pedig már közel a felét (45%) a tipikusan női háztartási munkára szánt idő különbsége magyarázza.

Az időfelhasználás egyenlőtlenségét mutató index a legfiatalabb korcsoportok esetében a legmagasabb, ez tehát azt jelenti, hogy a tizenévesek időhasználati struktúrái különböznek a leginkább egymástól időhiányosakat és nem időhiányosakat tekintve. A kor előrehaladtával az eltérés csökken (10. ábra).

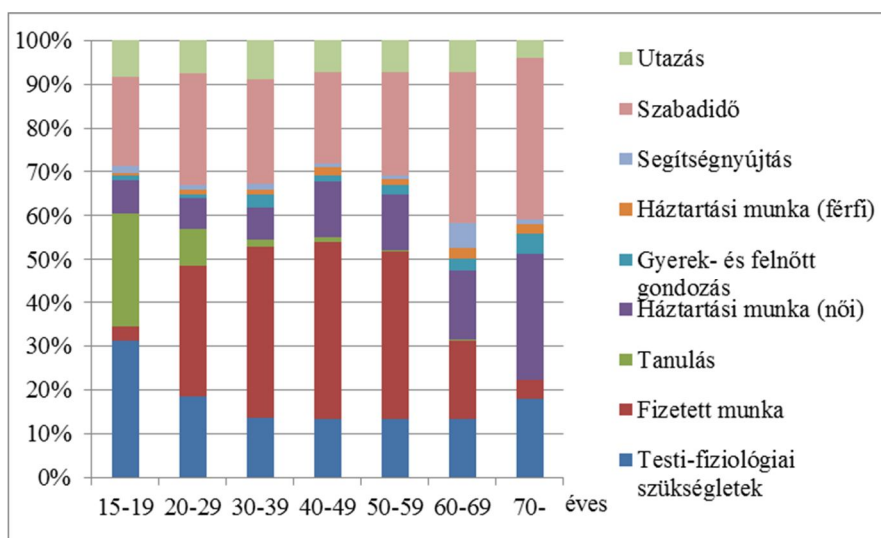
10. ábra Az időhiány TWAD-indexe, korcsoportok szerint, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

A korcsoportokat tekintve a tizenéveseknél az időallokációs struktúra különbségét közel 30 százalékban a tanulásra fordított idő adja, és ugyanilyen arányú differenciát mutat a biológiai szükségletekre szánt időmennyiség is. A középkorúaknál az időhasználati különbségek leginkább a fizetett munkára szánt időből adódnak. A legidősebbek esetében a legfőbb differenciáló tényező a szabadon eltölthető idő mennyiségének különbségéből adódik. többségében női háztartási munka 40 éves kor felett válik a stresszesek és nem stresszesek időallokációs struktúrájának differenciáló faktorává. A legidősebbek esetében az időhiányosok és nem időhiányosok napirendjének legfőbb különbségét a szabadidő eltöltésére fordított idő után a háztartási munkára szánt időmennyiség adja (11. ábra).

11. ábra A szerkezet-eltérés különbségei, korcsoport szerint, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

A további szociodemográfiai jellemzők szerint számított szerkezet-eltolódási mutatók is hasonló eredményeket hoztak. Az aktív keresők esetében a stresszesek és nem stresszesek közötti időallokációs eltérést egyértelműen a munkára fordított időmennyiség különbsége adja, míg a regressziós modell alapján a második legnagyobb hatást gyakorló magyarázó változó, a családi életciklus egyes attribútumai szerint felrajzolt szerkezet-eltolódási mutató esetében a munkára fordított idő és a gyermekről való gondoskodás, karöltve a háztartási munkára fordított idővel adja a differencia legnagyobb hányadát.

6.3. Időhiány csökkentő stratégiák: multitasking

Ahogy azt az elméleti bevezetőben láttuk, az időhiány leküzdésének egyik gyakran vitatott, ugyanakkor széles körben alkalmazott stratégiája a multitasking, vagyis több tevékenység egyidejű végzése. Számos empirikus kutatás született már a témában, ám ezek döntő hányada pszichológiai, még inkább orvosi szempontból közelíti a kérdést. Az időhiány különböző szempontú megközelítésinek tehát reményeink szerint újszerű elemzését hozza a párhuzamos tevékenységek és az időhiány kapcsolatának vizsgálata.

Ahogy azt korábban már kifejtettük, Blakelock 1960-ban publikált munkájában az időhiány definícióját egy adott tevékenység flexibilitásával magyarázta. A flexibilitás elmélet azonban csak a tevékenységek időbeli sorrendjének cserélhetőségével, illetve a tevékenységek időbeli egymásutánosságának sűrítésével operál, ugyanakkor nem veszi figyelembe, hogy egyes tevékenységek nem csak időben egymás után, de párhuzamosan, más tevékenységekkel együtt is művelhetők. Ebben a fejezetben tehát arra teszünk kísérletet, hogy bemutassuk, hogy időtöltési szokásaikat vizsgálva miben és hogyan tér el a stresszesek fő- és párhuzamos élete a többségétől, milyen mintázatok mutathatók ki az időszükében lévők másodlagos életének időhasználati stratégiáiban, és hogyan viszonyul mindez a fő élethez.

Ahhoz, hogy a fő- és a párhuzamos életben töltött idővel egyaránt kalkulálni tudjunk, az időhiány vizsgálatának módszertani alapjául a lineáris idő axiómájának teoretikai elvetése szolgál. Ebben a megközelítésben tehát a párhuzamos tevékenységek és az időhiány kapcsolatának vizsgálata során az időt szimultán múltó dimenzióként kezeljük. Olyan elméleti keretben gondolkodunk tehát, ahol az egymással párhuzamosan zajló tevékenységeket párhuzamos dimenziókként definiáljuk és amennyiben az idő axiomatikus linearitása helyett elfogadjuk a szimultaneitás létét, lehetőségünk nyílik arra, hogy a különböző idődimenziókat külön kezelve, az egyes 'idősíkokban' eltöltött időt szeparáltan mérjük, egyben megvizsgáljuk a különböző 'idősíkokban' végzett tevékenységek struktúráját. A párhuzamosan végzett tevékenységekre szánt időt, ebben a megközelítésben tehát valóban idősokszorozó, pontosabban idő duplikáló (mivel csak egyetlen párhuzamos

tevékenységről van információnk)³³ mechanizmusként kezeljük. Ez az elméleti keret nem áll távol az időmérleg vizsgálatok módszertanától, amennyiben az egyes főtevékenységek mellett végzett úgynevezett másodlagos- vagy melléktevékenységeket, pontosabban az arra fordított időt a naplókban külön oszlopban rögzítik. A módszer hátránya azonban, hogy az időmérleg vizsgálati naplókban egyetlen párhuzamos tevékenység rögzítésére van lehetőség, így a valódi multitasking (három esetleg négy tevékenység egyidejű végzésének) vizsgálatára nincs mód.

A fejezet második felében tehát arra keressük a választ, hogy van-e, és ha igen, milyen hatása van az életünkre a párhuzamos tevékenységeinknek, csökkenti-e az időhiány érzetét, ha egyszerre több dologgal is foglalkozunk, vagy éppen ellenkező hatással bír. Az időhiány és a párhuzamos élet vizsgálatához a bevezetőben elfogadott okfejtésnek megfelelően definiáljuk a *teljes nap* és *teljes élet* fogalmát, majd a létrehozott új mutatók mentén feltárjuk a parallel élet karakterisztikáját, amelyhez az időhiány definiálására is alkalmas mutatókat vezetünk be. Az időhiányt két mutató mentén operacionalizáljuk. Az **intenzitás mutató** a napi tevékenységek sűrűségét mutatja meg (vagyis azt, hogy egy átlagos napon hány tevékenységet végzünk), a **terjedelem mutató** pedig azt, hogy milyen hosszan tevékenykedünk egy nap, az alvásidő hosszát leszámítva.

Ebben a fejezetben nem végzünk időbeli összehasonlítást. Az indokunk adatfelvétel módszertani magyarázat. Egyrészt, az időmérlegkutatók körében a párhuzamos tevékenységek kérdésének módszertana erősen vitatott. A melléktevékenységek ideje az időmérlegnaplóban a főtevékenységek idejéhez kötött. Amennyiben a párhuzamos tevékenység rövidebb ideig tartott, mint a főtevékenység, azt nem lehet rögzíteni, az esetleges áthajlásokat (amikor más főtevékenység mellett folytatódott a párhuzamos tevékenység), gyakran nem rögzítik. Kritikaként szokott felmerülni az is, hogy a naplóban csak egyetlen párhuzamos tevékenységet lehet rögzíteni, így a valódi multitasking vizsgálhatatlan. Másrészt, a 2009/2010-es felvétel előkészítésekor a kérdezőbiztosok oktatása során külön hangsúlyt kapott a multitasking kérdése, emiatt a 2009/2010-es adatbázisban feltehetően pontosabb adatokkal rendelkezünk a párhuzamos

³³ Amennyiben több párhuzamos tevékenységről rendelkezünk adatokkal, úgy több elemzési lehetőségünk lenne. A 2017-ben országos reprezentatív mintán felvett próba-időmérleg egyik módszertani újítása volt, hogy nem csak egy, hanem két párhuzamos tevékenységet is meg lehetett jelölni. Itt elsősorban a beszélgetés, zenehallgatás, tv nézés kategóriák jöttek be, de a második párhuzamos tevékenységek aránya elenyésző volt.

tevékenységekről, mint a korábbiakban, így az évek közötti összehasonlítás lehetséges lenne, de nem feltétlenül szerencsés.

6.3.1. Az élet sűrűje

Az idő szimultaneitásának elméleti elfogadására azért volt szükség, hogy bevezethessük a teljes nap fogalmát,³⁴ amelyet a fő- és a párhuzamos élet mutatóinak összekapcsolása révén definiálunk.

$$\text{Főtevékenységek} + \text{Párhuzamos tevékenységek} = \text{Teljes nap}$$

Főtevékenységnek nevezük azokat a tevékenységeket, amelyeket a válaszadók elsődleges cselekvésként jelöltek meg az időmérleg naplókban. Párhuzamos-, vagy melléktevékenységnek nevezük a főtevékenységgel egy időben végzett dolgokat, ezek többnyire kiegészítő vagy alárendelt szerepű tevékenységként kapcsolódnak az elsődleges tevékenységhez.³⁵

A teljes nap mutató használata lehetővé teszi, hogy plauzibilisen ábrázoljuk mind az intenzitás- mind a terjedelem mutatót az időhiány karakterisztikájának megragadásában. A teljes nap sűrűségét tehát a fő- és a párhuzamos tevékenységek napi átlagos számával vizsgáltuk. Az adatokból jól látszik, hogy a teljes élet sűrűségét tekintve a párhuzamos élet aránya a teljes napon belül egyáltalán nem elhanyagolható. Megoszlását tekintve az időhiánnyal küzdők életének 29, míg a kevésbé stresszes emberek napi tevékenységeinek 28 százaléka a mellékéletben zajlik. Másként fogalmazva tehát úgy tűnik, hogy a stresszes emberek életében - várakozásainknak megfelelően - hajszálnyival több a szimultán cselekvés, vagyis a multitasking.

Számokban kifejezve ez annyit tesz, hogy egy év egy átlagos napjának sűrűsége az időhiányosok számára azt jelenti, hogy a naponta átlagosan végzett közel 33

³⁴ Sebők és Sik munkájában (Sebők-Sik, 2010) a 'teljes élet' megnevezés szerepel, a teljes nap helyett. Ebben a dolgozatban a teljes élet más definíciót kap.

³⁵ Az időmérleg módszertana szerint a válaszadók maguk döntenek el, hogy a párhuzamosan végzett tevékenységek közül melyiket sorolják a fő- illetve a melléktevékenység kategóriába. Az alvás az egyedüli olyan tevékenység, amely mellett nem szerepelhet párhuzamos cselekvés.

tevékenységből majdnem 10-et valamilyen párhuzamos tevékenység kísér. Ugyanakkor a nem stresszes emberek napi tevékenységeiknek kisebb hányadát végzik úgy, hogy közben még mással is foglalkoznak. A nem stresszelők napi, átlagosan 31,7 tevékenységből, 8,9 mellett csinálnak még valami mást is, szemben az időhiányról számot adók 9,5-ös intenzitás mutatójával. Az idő szűkösségét enyhítendő multitasking tehát sokkal inkább jellemzi a stresszeseket, s noha a különbség az intenzitás mutatókat tekintve hajszálnyinak tűnik, ez a hajszál nem is olyan vékony, ahogy az a tevékenységek hosszának vizsgálatakor kiderül majd.

7. tábla A napi tevékenységek átlagos száma, 2010

a tevékenységek száma

	Főtevékenység*			Párhuzamos tevékenység			Teljes nap		
	Stresszes	Nem stresszes	Átlag	Stresszes	Nem stresszes	Átlag	Stresszes	Nem stresszes	Átlag
Átlag	23,4	22,9	22,9	9,5	8,9	9,2	32,8	31,7	31,9
Medián	23,0	22,0	23,0	9,0	9,0	9,0	32,0	31,0	31,0
Módusz	24,0	23,0	23,0	10,0	9,0	9,0	27,0	28,0	29,0
Szórás	6,0	5,7	5,8	5,2	5,1	5,2	9,6	9,3	9,5

Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás

A tevékenységek hosszát nézve a teljes nap mutató a fő- és párhuzamos tevékenységek alvásidő nélkül számított hosszát mutatja, kizárólag azt az időmennyiséget, amit ébren, valamilyen cselekvéssel töltünk. Ahogy azt láttuk, az időhiányban szenvedők esetében az összes tevékenység 29 százaléka, az összidő (vagyis a fő- és párhuzamos tevékenységek hossza) majdnem harmada (32%) a mellékéletben játszódik le.

Számokban kifejezve, a stresszesek napi majdnem 16 órán át (15 óra 48 perc) tevékenykednek a főéletükben, amit kiegészít még a mellékesen végzett tevékenységek több, mint 7 és fél órányi ideje (7 óra 34 perc), vagyis összesen több mint egy napot, pontosan 24 óra 22 percet élnek. Nota bene alvásidő nélkül számítva! Ezzel szemben a nem stresszesek 14 óra 36 percet tevékenykednek naponta, és 'csak' 6 óra 42 percet töltenek párhuzamos tevékenységekkel, így a teljes életük napi hossza a stresszesekéhez viszonyítva közel három órával kevesebb, mindössze 21 óra 18 perc (ugyancsak az alvásidő nélkül számítva).

8. tábla A főtevékenységek, a párhuzamos tevékenységek és a teljes nap hossza egy átlagos napon, megterheltség szerint, 2010

perc

	Főtevékenység*			Párhuzamos tevékenység			Teljes nap		
	Stresszes	Nem stresszes	Átlag	Stresszes	Nem stresszes	Átlag	Stresszes	Nem stresszes	Átlag
Átlag	948	876	896	454	402	414	1403	1279	1307
Medián	960	890	905	445	390	400	1375	1260	1280
Módusz	960	900	960	0	0	0	1140	1020	1140
Szórás	119,6	125,7	128	264,7	230,4	239,7	314,9	279,9	293,6

*az alvásidőt nem számítva

Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Mindezek, az egy átlagos napon belül talált különbségek talán nem tűnnek óriásinak, ám, ha bővítjük az idő horizontot, és nem egy napban, hanem egy teljes életben gondolkodunk, máris jelentősebb a differencia. Ennek bizonyítására végezzünk el gondolatkísérletet, amelynek keretében választ találhatunk arra, hogy mekkora befolyással lehet egy ember életére ez a csekély napi különbség.

6.3.2. A gyertya két vége

Gondolatkísérletünkben az előbb definiált mutatók segítségével lehetőségünk nyílik arra, hogy a külön-külön mért fő- és párhuzamos tevékenységek idejét összeadva (mintha azok nem szimultán, hanem időben egymást követve valósultak volna meg) kiszámítsuk, hogy valójában mennyire sokat is 'él' egy ember; egyben meghatározzuk azt is, hogy mekkora különbség van az időhiányos és a nem időhiányos emberek által „élt” élethossz között. A teoretikus számítás módja a következő: a teljes élet átlagos hosszának megállapítását követően mindkét csoport (stresszesek és nem stresszesek) esetében kiszámítjuk a napi átlagos alvásidő hosszát, majd a megfelelő csoportokon belül, a két értéket összeadjuk. Így megkapjuk, egy átlagos nap „tényleges” hosszát percekben mérve, amely magába foglalja a fő- és melléktevékenységek hosszát, valamint az alvásidőt.

Ahhoz, hogy a tényleges élet hosszát meghatározzuk, a születéskor várható élettartam hosszával kalkuláltunk. A KSH 2017-es STADAT táblájának adatai szerint, a születéskor várható átlagos élettartam ma Magyarországon 75,8 év.

A számítás menete a következő:

1) Kiszámítjuk egy átlagos nap tényleges hosszát: (teljes nap hossza (perc) + alvás hossza (perc)) = 1 átlagos nap 'tényleges' hossza (perc).

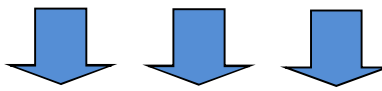
2) Ezt követően kiszámítjuk egy átlagos év 'tényleges' hosszát: 1 átlagos nap 'tényleges' hossza (perc) * 365 = 1 átlagos év 'tényleges' hossza (perc).

3) Végül meghatározzuk a várható teljes élet 'tényleges' hosszát: 1 átlagos év 'tényleges' hossza (perc) * születéskor várható átlagos élettartam (év) = várható teljes élet 'tényleges' hossza (perc).

9. tábla Hány év a világ?

	Stresszes	Nem stresszes	Átlag
A teljes nap átlagos hossza, perc/nap	1 403	1 279	1 307
Az alvás átlagos hossza, perc/nap	471	529	516
Egy nap átlagos hossza, a teljes napot és az alvás hosszát is figyelembe véve, perc	1 874	1 808	1 823
Születéskor várható átlagos élettartam Magyarországon	75,8 év*		

perc



99 év 95 év 96 év

*Stadat táblák KSH, 2017-es adat www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_eves/i_wdsd008.html

Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010, saját számítás.

A megfelelő egyszerű matematikai műveletek³⁶ elvégzését követően adódik az eredmény, miszerint a stresszben élők, ébrenléti idejük megnyújtásával (az alvásidőre vonatkozó adatokat lásd az előző fejezetben), valamint azzal, hogy gyakrabban és hosszabb ideig végeznek szimultán több dolgot is egyszerre, - a jelenlegi születéskor várható élettartammal kalkulálva - 'ténylegesen' 99 évet élnek. Az időzavarban nem lévő nyugodtabban élők, teljes életüket tekintve átlagosan négy évvel kevesebbet, mintegy 95 évet élnek.

³⁶ A várható teljes élet percekben mért hosszát innen már csak át kell váltani évekre.

A teoretikus okfejtés végén a kérdés is teoretikus: vajon megéri azért az extra négy évért ennyit stresszelni? Bárhogy is válaszolunk erre a felvetésre, az adatok alapján annyi mindenesetre bizonyos, hogy a folyamatos időszakában élő emberek valóban két végén égetik a gyertyát, napi elfoglaltságaikat tekintve mindenki másnál 'sűrűbb és hosszabb életet' élnek.

6.3.3. Párhuzamos stratégiák

Tovább lépve az elemzésben, a következő kérdésünk, hogy vajon mivel telik ez a 'rengeteg' idő, illetve az időtöltési mintázatokat vizsgálva van-e különbség a stresszes és nem stresszes emberek időallokációs stratégiái között?

Ahogy azt a szerkezeti egyenlőtlenség mutatók taglalásakor már kifejtettük, könnyen belátható, hogy az elemi tevékenységkategóriák szintjén való összevetés aránytalanul magas különbséget mutatna ki a két csoport tevékenységstruktúrájának összehasonlításakor ezért a további elemzésekben a hierarchikus tevékenységstruktúra főtevékenység kategóriáival dolgozunk tovább. A kutatási kérdéseknek megfelelően többféle kategorizálást is használhatunk, mi a nemzetközi harmonizációs standardok használatával, a HETUS által meghatározott összevont tevékenységkategóriák mentén hasonlítjuk össze a stresszesek és nem stresszesek csoportját³⁷.

A tradicionális hierarchikus tevékenység-klasszifikáció szerint közelítve - a főéletet tekintve -, az időhiányos emberek, egy átlagos napnak majdnem a felét (45%) biológiailag kötött tevékenységekre fordítják; így az evés, ivás, szükségletek végzése és az alvás esetükben napi 10 óra 45 percet vesz el. A nap másik fele (42%) társadalmilag kötött tevékenységekkel telik. Percekben kifejezve a munkára (legyen az fizetett-, önkéntes-, vagy házimunka), tanulásra, valamint a közlekedésre összességében 10 óra 6 perc megy el. A maradék, a szabadon felhasználható idő esetükben mindössze 3 óra 14 perc. Ezzel szemben azok, akik nem élnek az idő nyomása alatt, egy órával többet, naponta átlagosan

³⁷ Egy 2015-ös Eurostat grant pályázat keretében a Finn Statisztikai Hivatal vezetésével, 16 európai ország vállalta, hogy a legfrissebb időmérleg felvételük adatait felhasználva létrehoznak egy módszertanilag és változókészletét tekintve is egységes adatbázist. Az adatbázis elkészült, az Eurostat legutóbbi nyilatkozata szerint a tagországok számára 2017 decemberében lesz elérhető. A nemzetközi összehasonlító elemzések az itt kidolgozott módszertan mentén tehát könnyűszerrel megtehetőek majd.

11 óra 50 percet töltenek a biológiai létünket fenntartó tevékenységekkel, mint a nem stresszesek, kicsivel több, mint 6 és háromnegyed órát munkálkodnak (fizetésért vagy anélkül), és majdnem 5 és fél órájuk van a kikapcsolódásra.

10. tábla A főtevékenységekkel töltött napi átlagos idő, 2010

perc

	Személyes szükségletek	Fizetett munka	Tanulás	Háztartási munka és gondoskodás	Önkéntes munka	Szórakozás	Sport	Hobbi	Média	Közlekedés	Egyéb
Stresszes	645	272	52	186	12	52	8	22	113	79	0
Nem stresszes	710	94	36	210	10	82	16	42	183	57	1
Diff.	-65	178	15	-24	2	-31	-8	-20	-71	21	-1

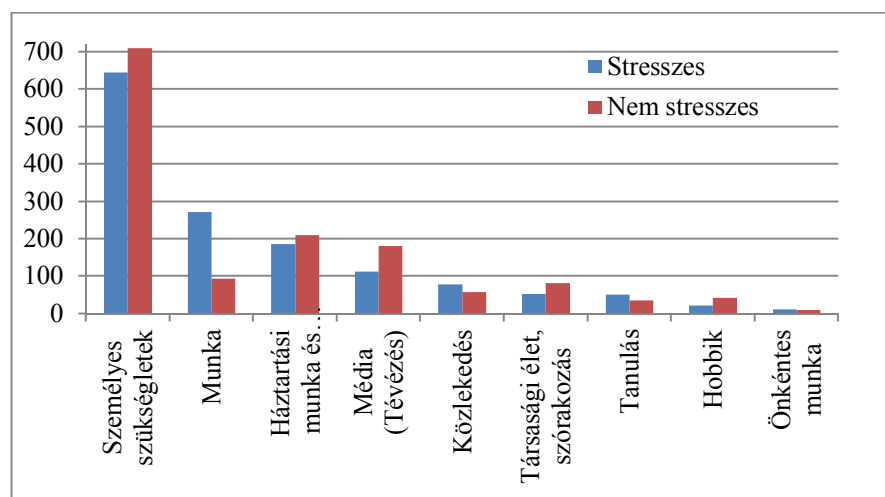
Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Részletesebben vizsgálva az időhiányosok és a nem időhiányosok tevékenységeinek napi mintázatát markáns különbségeket látunk. Durkheim homo duplex modelljére visszautalva, az időhiányosok időallokációs stratégiájában elsősorban a külső intézmények által meghatározott társadalmi lényként integráló tevékenységekre fordított időmennyiség, mint a fizetett munka vagy a tanulás magas hányada jellemző, minden más másodlagos szerepet kap az életükben a nem stresszesekéhez viszonyítva.

A különbség legnagyobb része a fizetett munkára fordított időből adódik. Az időhiányosak átlagosan napi közel 3 órával többet dolgoznak, negyedórával több időt töltenek tanulással, 21 perccel többet közlekedéssel.

A társadalmi lényként integráló tevékenységek sorában a háztartáson belül integráló tevékenységekre szánt idő esetükben közel fél órával kevesebb. Leginkább azonban a szabadon felhasználható időt kitöltő tevékenységeknek van deficitje az időszükében lévők életében. Médiafogyasztásra több mint egy órával, hobbira, sportra, valamint társas kapcsolatokra és szórakozásra fél-fél órával kevesebb jut. A biológiai szükségletek kielégítésére (ahogy azt korábban láttuk, elsősorban az alvásidő megrövidítésével) ugyancsak egy órával kevesebbet fordítanak a stresszesek.

12. ábra A főtevékenységekkel töltött átlagos idő, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Mindez a párhuzamos életben egészen más arányokat mutat. A párhuzamos életben töltött idő karakterisztikáját tekintve a 11. táblából jól látszik, hogy az időhiányosok a fő életből hozott szabadidős szükségleteik deficitjét párhuzamos életükben igyekeznek pótolni. A személyes szükségletekre szánt pótídő esetében nincs különbség az időhiányban lévők és a nem időhiányosok között, mindegyik csoport átlagosan kicsivel több, mint fél órát tölt ezzel, csak úgy mellékesen. Ugyanakkor az időszükében lévők párhuzamos életükben tehát valamilyen főtevékenység mellett átlagosan napi 5 óra 25 percet töltenek társas tevékenységgel és szórakozással, és kicsivel több, mint egy és negyedórát médiafogyasztással.

Az időhiányos és nem időhiányos csoportok párhuzamos életben művelt cselekvései közötti differencia számítása ugyanakkor egyértelműbben megragadható, ha kizárólag azokat az eseteket vizsgáljuk, amikor a naplótöltők jelöltek valamilyen párhuzamos tevékenységet; az időmérleg módszertan három klasszikus mutatója³⁸ szerinti 'C' mutató elméleti keretének analógiáját alkalmazva. A párhuzamos élet karakterisztikáját ebben a fókuszban vizsgálva – a módszerből következően – sokkal szofisztikáltabb képet kapunk a párhuzamos életről.

³⁸ lásd módszertani fejezet

11. tábla A párhuzamos tevékenységekkel töltött napi átlagos idő, 2010

perc

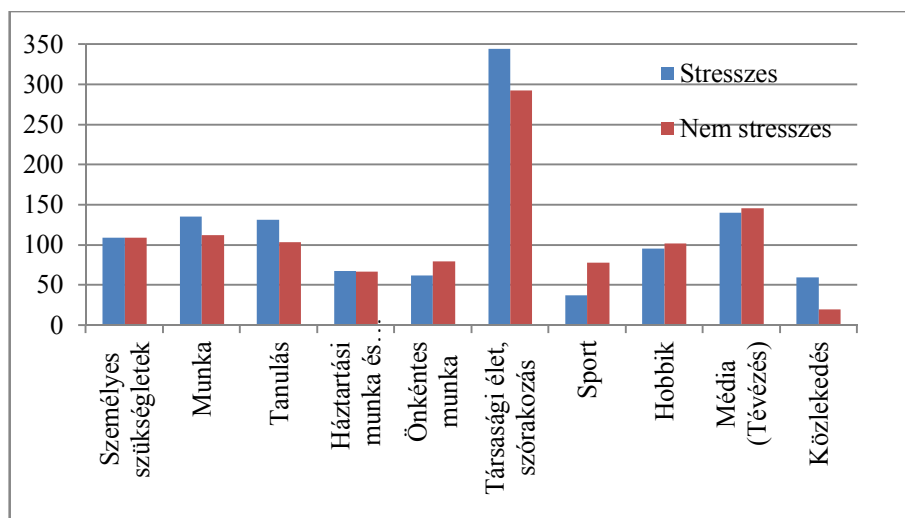
	Személyes szükség- letek	Fizetett munka	Tanu- lás	Háztartási munka és gondos- kodás	Önkén- tes munka	Szóra- kozás	Sport	Hobbi	Mé- dia	Közle- kedés
Stressz es	33	1	1	8	0	325	0	4	77	0
Nem stressze s	34	0	0	7	1	267	1	4	84	0
Diff.	-1	1	0	1	-1	58	-1	0	-7	0

Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Ebben a fókuszban már mérni tudjuk, hogy azok, akik időhiányosak és azok is, akik nem, a szórakozás, társas tevékenységek és a média fogyasztás mellett, jelentős mennyiségű időt töltenek csak úgy „mellékesen” társadalmilag kötött tevékenységekkel is, például munkával vagy tanulással. Az időhiányban szenvedők a párhuzamos életükben két és negyedórát töltenek munkával és közel ugyanennyi időt tanulással. Önkéntes munkára és a sportra kevesebb idejük jut, előbbi esetében kicsit több mint negyedórával, míg sportra közel háromnegyed órával. A nem időhiányosak mind önkéntes munkára, mind sportra közelítőleg fél-fél órával kevesebb időt fordítanak a párhuzamos életükben, mint a stresszesek.

Azok közül, akik valamely főtevékenység mellett jelöltek párhuzamos tevékenységet tovább erősíti azt a hipotézist, hogy az időhiány egyrészt a társadalmi kötelezettségeknek való megfelelés nyomásából fakad, így az idő szűkében lévők párhuzamos életükben kompenzációs mechanizmust működtetve kénytelenek (vagy igyekeznek) a fő életben kimaradt vagy el nem végzett cselekvéseiket pótolni.

13. ábra A párhuzamos tevékenységekre fordított átlagos idő naponta, azok körében, akik végezték is az adott napon az adott tevékenységet, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Kiemelve azokat a főkategóriákat, amelyek estében markáns eltérést tapasztalunk, a stresszesek és nem stresszesek csoportját vizsgálva, mind a főélet mind a mellékélet tevékenységeire fordított időmennyiségek tekintetében azonosítottuk azokat a tevékenységkategóriákat, amelyek a főcsoporton belül a differenciák döntő hányadát adják. Az időszükében lévők tehát a társasági életet és a szórakozást, valamint munkájuk vagy a tanulás egy részét a párhuzamos életükben nagyobb arányban művelik, mint az időhiányban nem szenvedők.

12. tábla A párhuzamos tevékenységekre fordított átlagos idő naponta, azok körében, akik végezték is az adott napon az adott tevékenységet, 2010

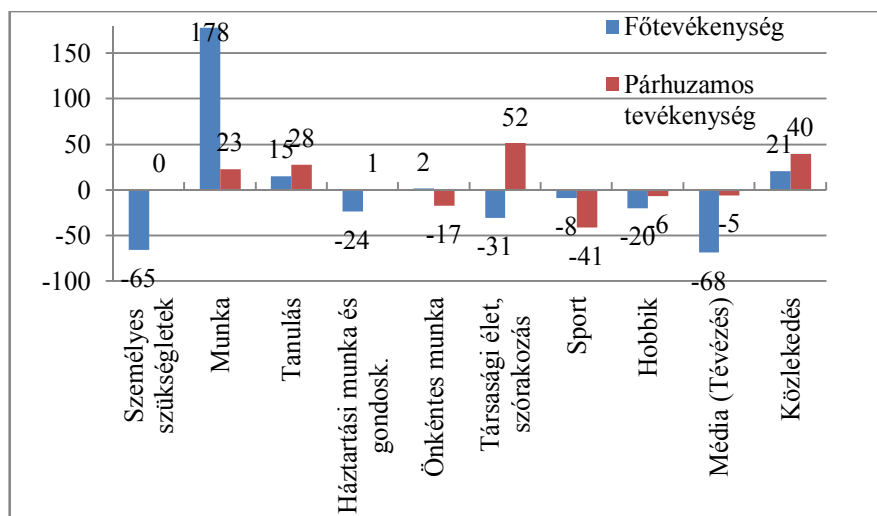
perc

	Személyes szükségletek	Munka	Tanulás	Háztartási munka és gondoskodás	Önkéntes munka	Szórakozás	Sport	Hobbi	Média	Közlekedés
Stresszes	109	136	132	68	62	344	38	96	141	60
Nem stresszes	109	113	103	67	79	293	78	102	146	20
Diff.	0	23	28	1	-17	52	-41	-6	-5	40

Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Mindezekon túl, a stresszesek a közlekedést egyfajta melléktevékenységként használva naponta átlagosan 40 percnyi időt nyernek más tennivalóik elvégzésére. A munkára, tanulásra és közlekedésre ugyanakkor a főéletükben is több időt szánnak, mint a nem stresszesek. Az élet minden más dimenziója esetében idődeficittal élnek. Így mind a fő-, mind a párhuzamos életükben kevesebb idő jut a stresszeseknek a személyes (fiziológiai) szükségleteik kielégítésére, a háztartási és az önkéntes munkára, sportra, hobbira és tévénézésre is (14. ábra).

14. ábra A stresszes és nem stresszes emberek napi időhasználatának különbségei, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Mikor élünk párhuzamos életet?

Annak érdekében, hogy megmutassuk valójában milyen tevékenységek mellett élünk párhuzamos életet, és ez a másodélet mennyire szivárog be a főéletünkbe, egy táblában mutatjuk be, hogy 'A' főtevékenység idejének hány százalékában végzünk 'B' párhuzamos tevékenységet. A lehetséges kombinációs lehetőségek számossága miatt itt is csak azt az első négy tevékenységet vizsgáltuk, amely mérhető módon megjelenik a párhuzamos életben és értelmes kombinációt ad valamely főéletbeli tevékenységgel.

13. tábla A főtevékenységek melletti párhuzamos tevékenységek aránya, 2010

%

Főtevékenység	Beszélgetés		Zenehallgatás		Evés	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Fizetett munka	40	29	6	4	3	2
Utazás	10	5	6	3	0	0
Evés	44	50	5	7	-	-
Tévénézés	25	23	-	-	4	5

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH. saját számítás

Az elemi tevékenységkategóriákat tekintve a legtöbb időt a mellékletben beszélgetéssel töltjük. A stresszesek a fizetett munkával töltött időnek a 40 százalékát végig beszélnek, a nem stresszesek csak a munkaidő 29 százalékában beszélgetnek. A stresszesek utazás közben idejük 10, a nem stresszesek csak 5 százalékában beszélgetnek. Az emberek többsége étkezés közben beszélget, a nem stresszesek evésre fordított idejük felében, a stresszesek egy kicsivel kevesebbet, idejük 44 százalékában teszik ezt. A tévénézési idő negyede telik beszélgetéssel az időszükében lévők esetében, de közel ugyanilyen arányban (23%) használják a nem stresszesek is a televíziózásra szánt időt diskurálásra.

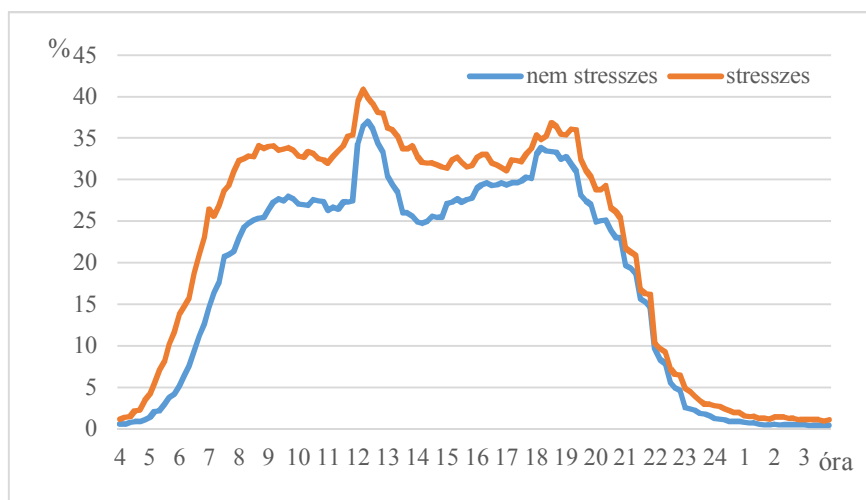
Házimunka végzés, jelesül takarítás mellett inkább a nem stresszesek hallgatnak zenét (3%), a stresszeseknek mindössze 1 százaléka szórakoztatja magát így.

Homo loquens, avagy magyar ember evés közben...

Megvizsgáltuk azt is, hogy az elemi tevékenységkategóriák szintjén, melyek azok a napi feladatok, cselekvések, amelyekre a párhuzamos életben a legtöbb idő jut. A leggyakoribb párhuzamos tevékenység a beszélgetés. A stresszesek napi öt és negyedórát beszélnek úgy, hogy közben valami más dolguk van, a nem stresszesek egy órával kevesebbet, négy és negyedórát társalognak csak úgy mellékesen. Ahhoz, hogy lássuk hogyan alakul a nap folyamán a beszélgetés üteme, a párhuzamos tevékenységként beszélgetők százalékos arányát mutató tempogramot³⁹ készítettünk külön a stresszesekre és a nem stresszesekre (15. ábra).

³⁹ Az alkalmazott számítás menetét lásd a módszertani fejezetben.

15. ábra A stresszes és nem stresszes emberek beszélgetéssel töltött idejének ritmusa a párhuzamos életben, 2010

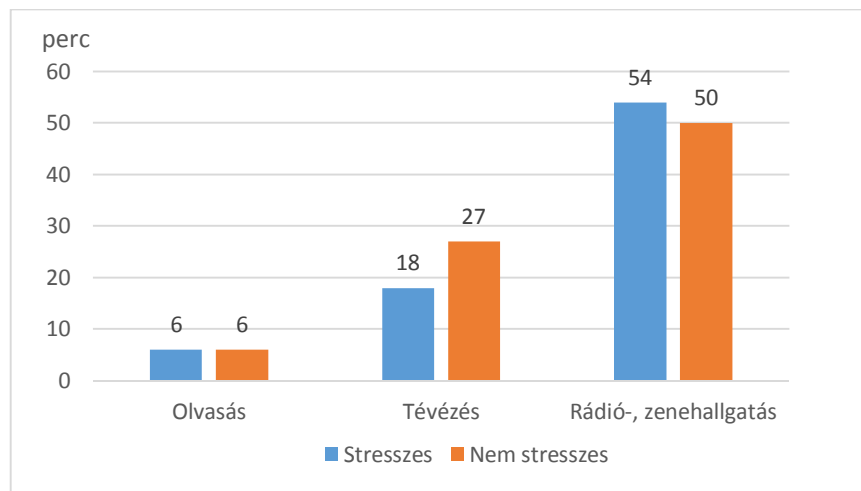


Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

A beszélgetés ritmusát tekintve jól látható, hogy a stresszesek sokkal többet beszélnek a mellékéletükben. Reggel nyolc és délután hat között szinte változatlan arányban minden harmadik stresszes beszél, miközben valami mást csinál. Ez alól egyedül az étkezési idők jelentenek kivételt, mert akkor még többen beszélgetnek. Ebédidőben ez az arány már 40 százalék körül alakul, sőt még a nem stresszeseknek is több, mint harmada beszélget evés közben. A vacsora idejét tekintve ugyanilyen mintázatot látunk, hét és nyolc között ugyancsak többen (36-38%) beszélnek valamilyen más tevékenység végzése közben. Magyar ember, tehát ha valamikor, akkor evés közben beszél, nem követve az közismert szólásban megfogalmazottakat. A beszélgetés görbe mintázatát tekintve jól látszik, hogy a stresszeseknek mindig nagyobb hányada beszélget csak úgy mellékesen, mint a nem stresszeseknek (15. ábra).

A tévénézés és zenehallgatás értékeiből egyértelműen kirajzolódik a társadalom háttérzaj iránti igénye. A nem stresszesek egy kicsivel több stimulációt igényelnek, ők inkább a tévét működtetik, míg valami mással vannak elfoglalva, náluk átlagosan napi fél órát megy a tévéből jövő háttérzöreje, a stresszesek inkább a fülhallgatót és a rádiót részesítik előnyben, napi 54 percet hallgatják más feladataik mellett a rádiót, és közel fél órát szól a tévé, úgy, hogy nem figyelnek rá. Az olvasásra szánt idő majdhogynem csak a párhuzamos életben van jelen. Stressztől függetlenül, átlagosan napi hat percet töltünk olvasással, főként utazás közben.

16. ábra A stresszes és nem stresszes emberek olvasással, tévézéssel és zenehallgatással töltött ideje a párhuzamos életben, 2010



Forrás: Időmérleg vizsgálat, 2009/2010. Saját számítás.

Összefoglalva tehát, a legjellemzőbb párhuzamos tevékenység a beszélgetés. A stresszesek sokkal beszédesebbek a párhuzamos életükben, de ez a fajta kommunikáció ugyanúgy jellemzi a nem stresszeseket is. A beszélgetés jól láthatóan kulcsfontosságú az emberek életében. Ez alapján akár azt is mondhatnánk, a homo sapiens kora lejárt, a mai kor emberét inkább homo loquens-nek nevezhetnénk.

6.4. Időhiány csökkentő stratégiák: az időmennyiség növelése

A mennyiségi időhiány kapcsán a következő kérdésekre kereshetjük a választ: vajon mennyi időt töltenek az időhiányban szenvedők a különböző tevékenységekkel, és ez hogyan tér el az időhiányt nem érzékelők tevékenységstruktúrájától, vajon az időhiányban szenvedők milyen stratégiákat alkalmaznak - és vajon mennyire hatékonyan - a rendelkezésükre álló időmennyiség megnövelése érdekében?

Feltételezésünk szerint a napi 24 órnyi időmennyiségből az ellátandó feladatainkra szánt idő megnövelésére adott, majdhogynem kézenfekvő válasz, a biológiai szükségletekre szánt időmennyiség (esetünkben jelesül az alvásra szánt idő) csökkentése; vagyis, ha valamire nincs időnk, akkor ez egyik leggyakrabban alkalmazott stratégia, hogy az alvásidőből csípünk le egy keveset (vagy sokat). A gondolat nem újkeletű. „Melbin

1978-ban megjelent zseniális tanulmányának kiinduló tétele szerint az emberiség térbeli terjeszkedésére mind kevésbé szabad a tér, s emiatt a terjeszkedés az időben folytatódik. A modern ember, egy hasonlattal élve már nem a szűzföldet töri fel, hanem az éjszaka telepesévé válik, azáltal, hogy tevékenységeinek egy részét erre az időszakra csoportosítja, az éjszakát lakja be. Az éjszaka meghódítása tehát azt jelenti, hogy a túlszűfolt nappalból mind több tevékenység tevődik át a korábban „lakatlan” éjszakába.” Gondoljunk például az éjszakai- és többműszakos munka térnyerésére, az éjszakában nyúló televíziós és 24 órás rádióadásokra, a gombamód szaporodó éjszaka is nyitva tartó bevásárlóközpontok, mozik, színházak, szórakozóhelyek, vonat- és repülőgépjáratok szaporodására és a mindezeket működtető, ellenőrző, őrző-védő emberek munkájára” (Altorjai-Giczi-Sik, 2003:8). Elemzésünkben tehát azt feltételezzük, hogy az időhiány kezelésének kézenfekvő módja az éjszaka gyarmatosítása. Altorjai-Giczi-Sik (2003) bebizonyította, hogy az éjszaka meghódítása társadalom bizonyos szegmenseiben, így a fiatalok, a városlakók és a magasan iskolázottak körében nagyobb ütemű. Következésképpen azt feltételezzük, hogy a nappali tevékenységek éjszakába nyúló betüremkedése, az időhiány csökkentésének egyfajta manifesztációja. A melbini alapkérdések az időhiány vizsgálata szempontjából átfoglalva tehát a következők lesznek: Vajon az éjszaka meghódítása során mutatkoznak-e eltérések a gyarmatosítás ütemében a társadalom egyes metszetei, így az időhiányos és az időhiánnyal nem küzdő társadalmi csoportok között? Ha igen, melyek azok a társadalmi, térbeli és időbeli jellemzők, amelyekre az éjszaka meghódítása a leginkább, illetve a legkevésbé jellemző?

Vajon egyértelműen kimutatható-e az éjszaka meghódítása az időhiányban szenvedők esetében, és végül vajon növekedett-e 1986 és 2010 között a magyar társadalomban az időhiányban szenvedők esetében az éjszakától elhódított idő mennyisége?

Az időmérleg segítségével a melbini alaptételt elemi módon úgy tudjuk tesztelni, hogy megvizsgáljuk, hogy 1986 és 2010 között nőtt-e az éjszakai órák alatti nem-alvás elterjedtsége, terjedelme, tehát - a korábbi mérési elvnek megfelelően – azt vizsgáljuk, hogy a vizsgált időszakban változtak-e az alvási szokások, mind az időhiányos, mind a nem időhiányos csoportok esetében. Amennyiben igen, kíváncsiak vagyunk arra is, hogy vajon melyek azok a tevékenységek, amelyek áttolódnak az éjszakába, s hogy ezek az időallokációs stratégiák vajon valóban enyhítik-e az időhiány okozta feszültséget.

6.4.1. Az éjszaka határai

Az első gond, amibe elemzésünk során beleütköztünk, hogy mit nevezünk éjszakának. Az éjszaka határainak meghatározására alapvetően kétféle megoldás kínálkozik. Definiálhatjuk az éjszakát egyrészt *társadalmi absztrakciók* mentén, de meghatározhatjuk azt a *természet ritmusa* szerint is. A leginkább magától értetődő megoldás ez utóbbi, a természeti ritmushoz köthető meghatározás lenne, amennyiben az éjszakát a Nap lenyugvása és felkelése közötti időszakként definiáljuk. Ez azonban legfeljebb a természeti népeknél lenne alkalmas empirikus elemzést megalapozó definícióként, lévén a világítás feltalálásával, így a tevékenykedésre alkalmas idő meghosszabbításával az ember mindinkább elszakadt a természeti sötétség és világosság szabályozó ciklusától (bővebben lásd Melbin, 1978). Ebből kiindulva a melbini megközelítéshez jól illeszkedő, az egyes emberek viselkedéséből levezethető, tehát az időmérleg által pontosan mérhető, megoldás kínálkozik a mennyiségi időhiány méréséhez alkalmas definíciónak, így az éjszakát az alvással töltött idő által határozzuk meg, határait ennek megfelelően az elalvás és a felébredés közötti idővel definiáltuk.⁴⁰

Az éjszaka terjedelmét ebben a dolgozatban három változóval mérjük: az első az alvás hossza; feltételezve, hogy az éjszaka minden ember számára azonos az elalvás és az ébredés közötti idővel. Az elalvást az időmérleg naplójában az alvás kezdete jelentette, ami egyben jelenthette azt is, hogy valaki lefeküdt, de azt is, hogy még nem aludt el azonnal. Az időmérlegnapló sajátossága, hogy 2010-ben megkülönböztette már az alvást, az 'alvásra való várakozás idejétől', de a korábbi években még nem. Ezeket a tevékenységeket egy kódon, az alvás kódján kezeli. A másik két indikátor az elalvás és az ébredés időpontja, amelyek az éjszaka határait, annak elejét és végét mutatják.⁴¹ Az alvásidőt az időmérleg megfelelő kategóriájával mérjük, tehát a lefekvés és az elalvás, illetve az ébredés és a felkelés között esetleg előforduló tevékenységeket az éjszaka határainak számítása során nem vizsgáljuk (ezekre nincs is nagyon adat az időmérleg naplókban).

⁴⁰ Lásd részletesebben: Altorjai-Giczi-Sik: Az élet üteme, 2003. KSH

⁴¹ A tanulmányban a felkelés és az ébredés, illetve az elalvás és a lefekvés fogalmakat szinonimaként használjuk.

14. tábla Az éjszaka terjedelmének változása, 1986 és 2010 között

óra.perc

	1986/1987*		1999/2000		2009/2010	
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás
Alvásidő hossza	8.30	1.6	8.39	1.5	8.36	1.5
Elalvás időpontja	21.52	0.9	22.12	1.1	22.18	1.1
Ébredés időpontja	6.20	1.3	6.43	1.3	6.45	1.2

*15–69 éves korosztály

Forrás: Időmérleg felvételek 1986/1987, 1999/2000 és 2009/2010, KSH, saját számítás

A 14. táblából jól látható, hogy az alvás napi üteme nem tér el lényegesen 1986-ban és 2010-ben. Mint a táblázat első sorában látható, az alvásidő hosszában nem következett be változás 1986 és 2010 között, az elmúlt 30 évben az alvásidő hossza majdhogynem konstans maradt, átlagosan 8 és fél óra. Az 14. táblából jól látszik, hogy ennek oka az, hogy az ébredés és az elalvás időpontja közel azonos mértékben tolódott későbbre. A változások csekély mértéke arra utal, hogy a fenti időszak rövid volt ahhoz, hogy az élet biológiailag legközvetlenebbül meghatározott ütemében változás következzen be. Ez érvényes az este és a reggel egyes időpillanataiban elalvók, illetve ébredők arányára. Az élet ütemének teljes mértékű biológiai determináltsága ellen szól azonban az a kicsiny eltérés, mely szerint 2010-ben a magyar lakosok egy hajszálnyival később ébredtek, illetve feküdtek le. Ez a hajszál nem is olyan vékony, hiszen például este 10-kor vagy reggel 6-kor, 2010-ben 10-10 százalékkal többen aludtak, illetve voltak még ébren, az 1986-ban mért adatokhoz képest⁴². Az időmérlegben mind 1986-ban mind 2000-ben elenyésző volt azok aránya, akik a vizsgált napon nem aludtak. Az 1986/1987-es adatfelvételben 2, 2000-ben 16 ilyen esetet akadt, 2010-ben azonban szignifikánsan több, mintegy 2 százalék volt a nem alvók aránya. Mindezek a változások egyértelműen arra utalnak, hogy a magyar lakosság egy része megkezdte „az éjszaka meghódítását” (Melbin, 1978). A gyarmatosítás üteme az ezredfordulóig gyorsabb ütemben zajlott, majd az azt követő tíz év során ugyancsak növekvő, de már kevésbé dinamikus változást hozott az éjszaka meghódításának ütemében.

⁴² Az 1986 és 2000 közötti részletesebb, szociodemográfiai jellemzők szerinti elemzést lásd Altörjai-Giczi-Sik, 2003.

Feltételezésünk szerint az éjszakától elhódított idő dinamikája és mennyisége szoros összefüggést mutat az időhiány karakterisztikájával.

A következő fejezetekben azt vizsgáljuk, hogy milyen eltérések mutatkoznak a társadalom egyes csoportjai (nem, kor, iskolai végzettség, gazdasági aktivitás, családi életciklus) a tér és az időhiány releváns metszetei szerint. Az adott dimenzió hatásának erejét regressziós modellekkel teszteljük.

6.4.2. Stresszes nappalok, rövid éjszakák

Az időhiány faktorát is figyelembe véve ugyanakkor kifejezetten markáns különbségeket látunk az éjszaka meghódításának ütemében. A 2010-es adatokból (15. tábla) jól látszik, hogy napjainkban a stresszben élők az átlaghoz viszonyítva naponta közelítőleg 40 perccel, a nem stresszesekhez mérten pedig majdnem egy teljes órával alszanak kevesebbet. Az elalvás időpontját tekintve nem mutatkozik jelentős eltérés, úgy tűnik, hogy a negyed és fél 11 közötti időintervallum a magyar emberek átlagos biológiai túrésszintje; ennél tovább nem nagyon maradnak ébren. Az átlagosnál hosszabb, illetve rövidebb alvásidő forrását tehát nem az elalvás, hanem az ébredés idejében kell keresni. A stresszben élők majdnem egy órával (egész pontosan 40 perccel) korábban kelnek fel a nem stresszelőkhöz mérten; átlagosan negyed 7 előtt egy kicsivel, míg a nem stresszesek ráérősen, valamivel 7 óra előtt ébrednek. A tíz évvel korábbi adatokkal összevetve az eredményeket, még inkább igazolódni látszik, hogy az idő szűkében lévők, időhiányos állapotukat az éjszakától elhódított percekkel igyekeznek csökkenteni. 2010-ben a stresszesek közelítőleg ugyanakkor ébredtek, mint az ezredforduló idején (átlagosan negyed 7 előtt néhány perccel), azonban jó 10 perccel később feküdtek le, mint 1999-ben. Az időhiányosok csoportjának alvásideje tehát a millennium után eltelt 10 évben közelítőleg tíz perccel, 8 órától 7 óra 51 percre csökkent. Kisebb volumenű, de hasonló irányú változás zajlott le a nem stresszesek körében is az alvásidő hosszát tekintve. Az időhiányban nem szenvedők az ezredfordulón 8 óra 54 perccel, 2010-ben átlagosan öt perccel kevesebb időt töltöttek az éjszakai alvással. A változást azonban ebben a csoportban az elalvás időpontjának későbbre tolódása mellett az ébredés időpontjának korábbra kerülése együttesen eredményezte (15. tábla). Egyfajta óvatos megközelítéssel tehát azt mondhatjuk, hogy a felgyorsult életritmus

első jeleként értékelhetjük, hogy az emberek napi alvásra szánt ideje az utóbbi tíz évben csökkent, így növelve a nappali tevékenységekre fordított időmennyiséget.

15. tábla Az éjszaka terjedelme az időhiány jellemzője szerint, 1999/2000 és 2010

óra.perc

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alvásidő hossza	7.53	8.43	8.00	8.54	7.51	8.49
Elalvás időpontja	21.55	21.51	22.13	22.12	22.22	22.17
Ébredés időpontja	5.48	6.27	6.11	6.57	6.13	6.53

Forrás: Időmérleg felvétel 1999/2000, 2009/2010. KSH, saját számítás

Kiegészítve az idősort az 1986/1987-es adatokkal, még egyértelműbben rajzolódik ki a tendencia, miszerint az időzavarban lévők az éjszaka megkurtításával igyekeznek további időt nyerni feladataik elvégzésére. A nem stresszesekhez viszonyítva az éjszaka hossza, vagyis az alvásra fordított idő konstans egy órával kevesebb az időhiányosok körében, a stressz oka szerint azonban még erősebb distinkciók figyelhetők meg az éjszaka terjedelmének mutatói esetében. A fizikai-, szellemi- és idegi kimerültség közül leginkább a szellemi kimerültségről panaszkodók illeszkednek az idősoros trendbe, ami egyben azt is mutatja, hogy a definiált háromféle megterhelés közül leginkább a szellemi kimerültség korrelál a stresszel. Az idegi kimerültség (amit a köznyelv leggyakrabban ért a stressz alatt) hasonló összefüggést mutat, míg a fizikai kimerültség a klasszikus stresszes állapottól eltérő időallokációs karakterisztikát generál. Az 1986/1987-es adatok azt mutatják, hogy ebben a csoportban tolódott a legkésőbbre (22 óra 2 percre) az elalvás ideje, noha közel ugyanolyan korán kelnek, mint az idegi stressznek kitettek (átlagosan 6 óra előtt egy kicsivel), így az átlagos alvásra szánt idő ebben a csoportban a legrövidebb, mindössze 7 óra 53 perc. Az idegi terheléstől kimerültek valamivel többet alszanak (8 óra 5 percet), köszönhetően annak, hogy a szellemi kimerültségről számot adókhöz viszonyítva átlagosan 10 perccel korábban fekszenek. Az erős fizikai terhelést megélők csoportjában azonban nyomát sem leljük az éjszaka gyarmatosításának igényének. Ők is közel 8 órás alszanak, akár a többiek, ám a nehéz fizikai munkát végzők fekszenek a legkorábban, háromnegyed 10-kor, egyben ők kelnek a legkorábban, 5 óra 52 perckor.

16. tábla Az éjszaka terjedelme az időhiány jellemzője szerint, 1986/1987

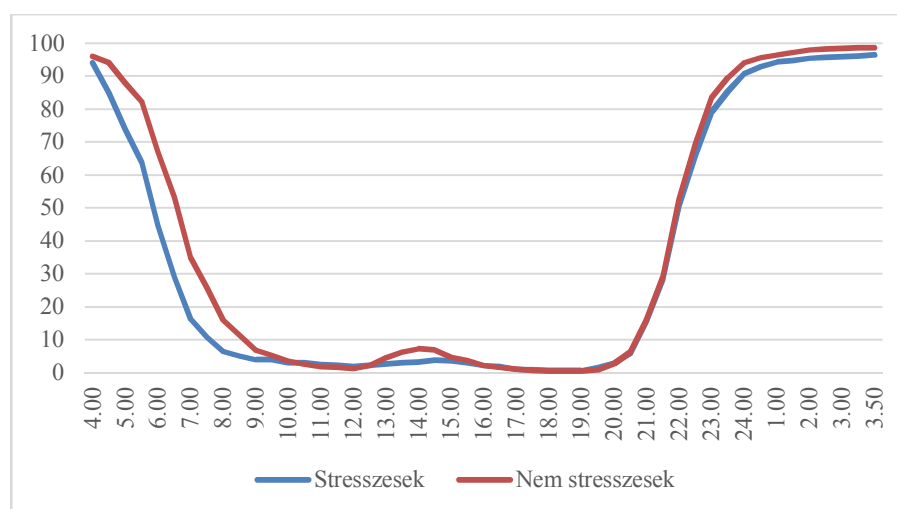
óra.perc

	Stresszes			Nem stresszes		
	Fizikailag	Szellemileg	Idegileg	Fizikailag	Szellemileg	Idegileg
Alvásidő hossza	7.58	7.53	8.05	8.48	8.43	8.43
Elalvás időpontja	21.46	22.02	21.52	21.54	21.50	21.52
Ébredés időpontja	5.52	5.57	5.56	6.34	6.26	6.28

Forrás: Időmérleg felvétel 1986/1987. KSH, saját számítás

Egy adott tevékenység napi ritmusát az úgynevezett tempogramok felrajzolásával tudjuk ábrázolni. Az alvásgörbét tekintve jól látható, hogy 2010-ben a magyar lakosság legalább 30 százaléka reggel 7 óra előtt és este fél tíz után aludt. Az alvásgörbe kezdeti szakasza, vagyis az ébredés ritmusa a tempogramon jól láthatóan, közel egy órányi *ritmuseltolódást* jelez (17. ábra). Ritmuseltolódásról akkor beszélünk, ha az összehasonlított két csoportban a tempogram görbéjének mintázata azonos módon ismétlődik egy későbbi időpontban. Az ébredési időt tekintve ritmuseltolódást látunk a stresszesek és nem stresszesek csoportja között. A mintázat azonos, hiszen a két görbe párhuzamosan fut, de egy órányi eltolódás van közöttük. Úgy tűnik, hogy aki időhiányban szenved, az egy órával korábban kel fel, mint aki nem. Számokban kifejezve: a stresszesek több mint fele (55%) már hajnali 6 előtt felkel, reggel 7-kor már alig 16 százaléka van ágyban. Ezzel szemben a nem stresszelők fele 6.50-kor még alszik, és ahogy a stresszeseknek reggel 7-kor, a nem stresszeseknek 16 százaléka reggel 8-kor még ágyban van.

17. ábra A stresszesek és nem stresszesek napi alvásrítmusa, 2010



Forrás: Időmérleg felvétel 2009/2010. KSH. Saját számítás.

Az elalvás görbéje az ébredésénél is meredekebb, és nincs jelentős eltérés a két csoport között. 20 és 21 óra között a lakosság 3–16 százaléka, 21 óra után a nem stresszesek valamelyest növekvő arányban térnek nyugovóra. Este tízkor a lakosság fele (a stresszesek 50, a nem stresszesek 53 százaléka) alszik. Éjfélkor a stresszesek 10 százaléka még ébren van, a nem stresszesek 95 százaléka pedig már nyugovóra tért. Az éjszaka mélyén, hajnali 3.50-kor alszik a legtöbb ember, ekkor már a stresszesek közül is csak három százalék, a nem stresszesek esetében pedig minden százezer ember közül csak egy van még ébren. Ahogy azt a 18. ábra mutatja, hajnali négytől a stresszesek körében dinamikusan csökken az alvók aránya, a nem stresszesek komótosabb ritmusban ébrednek.

A két csoport időhasználati mintázata közötti látványos eltérés a nap közepén lévő kis hullám, amely a délutáni szieszta idejét mutatja. A nem stresszesek csoportjában minden tizedik embernek van erre lehetősége, az időszakében lévők közül szinte senkinek.

Hol a határ?

Az alvás olyan élettani szükséglet, amelynek idejét nem lehet korlátlanul csökkenteni. Az alváshiány számos fiziológiai tünetet produkál, szélsőséges esetben súlyos betegségekhez vezethet. Annak bizonyítására, hogy az időhiányos emberek sokkal inkább önkizsákmányoló módon bánnak az idejükkel, megvizsgáltuk azt is, hogy milyen mértékben szenvednek alváshiányban. A határvonalat öt órányi alvásidőnél húztuk meg, mint egészségügyi korlát.

Az 1980-as évek közepe óta úgy tűnik akár stresszelünk, akár nem, az alvási periódusok egyre rövidebben lettek. A stresszesek esetében látványos a változás, napjainkban az időhiányban élők öt százaléka napi öt óránál kevesebbet alszik, szemben az 1980-as évek közepén mért három százalékkal, negyedük 5–7 órát alszik naponta, közel felüknek 7–9 órája van az éjszakai pihenésre.

17. tábla Az alvásidő hossza

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
5 óránál kevesebbet aludt	2,8	1,0	2,7	1,5	4,9	1,9
5–7 órát aludt	26,9	14,1	22,6	11,0	25,4	13,5
7–9 órát aludt	54,3	48,5	55,5	46,2	52,1	46,1
9 óránál többet aludt	16,0	36,4	19,1	41,3	17,6	38,5
Összesen	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH, saját számítás

Úgy tűnik tehát, hogy az éjszaka meghódításában, egyben az időhiányra adott válaszként, a társadalom egy kis szelete már elérte azt a határt, amely a lehetséges maximumig fokozva a biológiai önkizsákmányolást, amennyiben az 5 óránál kevesebb alvásidőt ekképpen minősítjük. A nem stresszeseknek is egyre növekvő hányada feszíti ki a testi szükségleteinek határait (arányuk 1 százalékról 2 százalékra emelkedett), ám esetükben egyelőre még kevésbé népes csoportról beszélünk.

6.4.3. Az időhiány a társadalom és az idő egyes metszeteiben

A következőkben azt vizsgáljuk, hogy milyen eltérések mutatkoznak az éjszaka terjedelmében 1986 és 2010 között a társadalom egyes csoportjai és az idő releváns metszetei esetében, a stresszeseket és nem stresszeseket tekintve. Az elemzés során előbb a három időpontban külön-külön, majd egymáshoz képest vizsgáljuk, hogy az adott társadalmi (nem, kor, településtípus, családi életciklus, iskolai végzettség) csoportokban vagy időmetszetekben mekkora eltérések tapasztalhatók az éjszaka terjedelmében mind az időhiányosokat mind a nem időhiányosokat tekintve. Az elemzésben ismét az éjszaka határaiként definiált változók mentén haladunk.

Alváshossz

Bármilyen szociodemográfiai változó mentén szemléljük az éjszaka határait, az alvás hosszát tekintve egyértelmű, hogy a stresszesek sokkal kevesebbet alszanak, mint a nem

stresszesek. A stresszes és nem stresszes férfiak csoportjának alvásra fordított ideje között egy kicsivel több, mint egy óra a különbség, a nőknél 50 perc. Nincs ebben változás az időbeli összehasonlítást tekintve, annál inkább az elalvás időpontját tekintve, ami a nemtől és a stressz mértékétől függetlenül későbbre tolódott. A legtöbb alvásra a nem stresszes tizenévesek számíthatnak (átlagosan 9 óra 15 percet alszanak) a legkevesebb alvásidő az egy gyermeket nevelő házasoknak és a dolgozóknak jut, átlagosan 7 óra 28 perc. Az időbeli trendet tekintve a felsőfokú végzettségűek esetében csökkent legnagyobb mértékben az átlagos alvásidő, közel 20 perccel. Fordított a tendencia az egyedülállók és a gyermek nélkül élő házasok esetében. Nekik, akár stresszesek, akár nem, manapság egy kicsivel több idejük jut az alvásra, mint a nyolcvanas években (lásd Melléklet táblái: M1-M6). Ez az oly sokat emlegetett, a fiatal gyermektelenekre jellemző hedonizmus egyfajta alátámasztása lehet, amennyiben a hosszabb alvásidőt az élet egyfajta élvezeteként foghatjuk fel.

18. tábla Az éjszaka terjedelme gazdasági aktivitás szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alváshossz						
Aktív kereső	7.37	8.56	7.42	8.28	7.28	8.18
Gyermekgondozási szabadságon lévő	8.08	8.23	8.10	8.40	8.05	8.33
Tanuló	8.42	9.11	8.23	9.17	8.22	9.12
Nyugdíjas	8.51	9.28	8.46	9.18	8.41	9.08
Munkanélküli	9.13	9.20	8.23	8.58	8.16	8.48
Egyéb	8.47	9.06	8.18	9.06	8.21	8.59
Elalvás időpontja						
Aktív kereső	21.59	21.59	22.16	22.24	22.26	22.25
Gyermekgondozási szabadságon lévő	22.02	22.03	22.25	22.12	22.44	22.22
Tanuló	22.08	22.04	22.28	22.35	22.34	22.45
Nyugdíjas	21.36	21.35	21.51	21.53	22.14	22.05
Munkanélküli	21.53	22.11	22.01	22.18	22.10	22.36
Egyéb	21.26	21.31	22.07	22.16	22.11	22.14
Ébredés időpontja						
Aktív kereső	5.39	6.15	6.01	6.47	5.58	6.39

Gyermekgondozási szabadságon lévő	6.00	6.22	6.12	6.43	6.14	6.33
Tanuló	6.45	7.15	6.51	7.48	6.53	7.54
Nyugdíjas	6.16	6.43	6.21	6.50	6.36	6.42
Munkanélküli	7.58	7.31	6.18	7.07	6.21	7.09
Egyéb	6.03	6.28	6.24	7.12	6.20	6.56

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH. Saját számítás

Ébredési idő

Az ébredési idő tekintetében ugyancsak nagy különbségeket látunk a stresszesek és nem stresszesek különböző csoportjai között. Minimálisan fél, átlagosan 50 perc körüli a differencia. Legkorábban az időhiányban élő dolgozók és az egy gyermeket nevelő házaspárok kelnek, hajnali 5.48-kor. A stresszesek közül legtávolabb az egyedülállók és budapestiek aludhatnak, ők 6.38 illetve 6.34-kor kelnek. A nem stresszeseket tekintve legkorábban a gyerekekkel otthon lévők és két gyermeket nevelő házaspárok kelnek (6.30 után egy kicsivel), legtávolabb a fiatalok, a tizen- és huszonévesek aludhatnak, ők átlagosan valamivel háromnegyed nyolc előtt ébrednek. Az időbeli változásokat tekintve minden szociodemográfiai csoport esetében kimutatható, akár a stresszeseket nézzük, akár a nem stresszesek csoportját, hogy az felkelés időpontja a nyolcvanas évekhez mért 30 esztendő alatt későbbre tolódott.

Elalvási idő

Az elalvás ideje mind a stresszesek, mind a nem stresszesek körében változó mértékben ugyan, de későbbre tolódott. A legmarkánsabb a változás talán a dolgozók és a kisgyermekkel otthon lévők csoportja esetében (18. tábla). Az 1980-as évek közepén a dolgozók a stressz mértékétől függetlenül átlagosan este tíz körül feküdtek, 2010-re az aktív keresők közel fél órával később (22.25) bújtak ágyba. A kisgyermekesek közül az időszükében lévők átlagosan háromnegyed tízig voltak ébren 2010-ben, közel háromnegyedórával később feküdtek le, mint a nyolcvanas évek közepén. A nem stresszesek lefekvési ideje is kitolódott, ők fél tíz előtt néhány perccel nyugovóra tértek.

Hasonlóan nagymértékű eltolódás a fiatalok, elsősorban a tinédzserek és a huszonévesek lefekvés idejének időpontjában látszik. A lefekvés adatokból az is egyértelmű, hogy a várakozásainkkal ellentétben nem általános, hogy a stresszesek fekszenek később, vagyis kizárólag az elalvás mutatóját tekintve nem egyértelmű, hogy csakis az időhiányban szenvedők feszítenék ki az éjszaka határait. Sőt, míg a nyolcvanas évek közepén egy 15-19 éves, akár időszerűében volt, akár nem, kilenc óra előtt egy kicsivel már aludt, manapság a stresszes tinédzserek átlagosan kilenc óra tíz perckor, akik nem stresszelnek, fél tíz után fekszenek le.

Többszörös modellek

Az összefüggések vizsgálatára logisztikus regressziós modellt állítottunk fel. A modell függő változója most is a stressz volt, a korábbi magyarázó változók mellé beépítettük az éjszaka határaiként definiált három mutatókat és az adatfelvételi évek változóját is. Az éjszaka határait mutató három változó, az alvásidő hossza, az ébredési idő és a felkelési idő közül, az alvásidő esetében volt a legmagasabb a Wald statisztika értéke, ezért a változók közötti heteroszkedaszticitás kiküszöbölésére végül egyedül az alvás idejének hosszát használtuk az összevont modellben. Így értük el a legjobb illeszkedési mutatókat és a modell magyarázóereje is így lett a legmagasabb. A Nagelkerke R^2 értéke 0,14 vagyis a modell magyarázóereje (a társadalomtudományi kutatásokon belül) elfogadhatónak mondható.

A kereszttáblákból is kiderült már, hogy az éjszaka határainak kitolása különbséget generál a stresszesek és nem stresszesek csoportja között, a hatás erősségére azonban most sikerült fényt deríteni. A hosszabb alvásidő tehát jól láthatóan csökkenti az esélyét annak, hogy valaki stresszessé válik.

A vizsgálati évek ugyancsak nagyon erős hatással bírnak. Az 1980-as évek közepét véve referenciaként a millenniumra a magyar emberek háromszor akkora eséllyel váltak stresszessé, mint korábban. Tíz évvel későbbre ez a mutató valamelyest mérséklődött, 2010-ben már csak, 2,2-szeres esélye volt a magyaroknak arra, hogy idődeficitesek legyenek. Az időbeli trendet tekintve a változás iránya egyértelmű. Napjainkra az időhiány betüremkedett a mindennapokba, a relatíve időhiánymentes nyolcvanas évekhez képest manapság sokszoros az esélye annak, hogy stresszessé válunk.

19. tábla A stressz magyarázóváltozóinak esélyhányadosai, bővített modell⁴³

	Exp(B)	Szignifikancia
Nem	1,178	0,000
Korcsoport	Ref.: 15-19 éves	
20-29 éves	1,245	0,002
30-39 éves	1,415	0,000
40-49 éves	1,523	0,000
50-59 éves	1,391	0,000
60 éves és idősebb	0,990	0,919
Legmagasabb befejezett iskolai végzettség	Ref.: Általános iskola vagy kevesebb	
Szaktanácsos	1,058	0,042
Középfokú végzettség	0,955	0,091
Felsőfokú vagy magasabb végzettség	0,970	0,371
Gazdasági aktivitás	Ref.: Nyugdíjas	
Aktív kereső	2,092	0,000
Gyermekgondozási szabadságon lévő	1,228	0,002
Tanuló	1,913	0,000
Munkanélküli	0,932	0,303
Egyéb	1,164	0,012
Családi életciklus	Ref.: Egyedülálló	
Házas ^{a)} , gyermek nélkül	1,147	0,000
Házas ^{a)} 1 gyermekkel	1,190	0,000
Házas ^{a)} 2 gyermekkel	1,204	0,000
Házas ^{a)} 3 és több gyermekkel	1,412	0,000
Egyedülálló gyermekkel	1,201	0,000
Településtípus	Ref.: Község	
Budapest	1,290	0,000
Megyeszékhely	1,021	0,464
Többi város	1,033	0,184
Alvásidő hossza	0,996	0,000
Kérdés éve	Ref.: 1986/1987	

⁴³ Mindhárom év adata egy modellben.

1999/2000	3,186	0,000
2009/2010	2,234	0,000

Forrás: Időmérleg felvétele, KSH. Saját számítás.

^{a)}:A 2010-es adat tartalmazza az élettársi kapcsolatokat is.

Nagelkerke R^2 : 0,14

Az idő hatása, az éjszaka határai és a stressz

Másfajta megközelítéssel élünk az éjszakai határainak időbeli változását vizsgálva, ha olyan modelleket alkotunk, amelyekben az adott dimenzió hatásának erejét és az évek közötti változás mértékét lineáris regressziós egyenletekkel becsüljük, ahol függőváltozóként az éjszaka határainak mutatóit használjuk, magyarázó változóként pedig a dichotóm stressz változót és a kérdezés évét építettük be.

Mind a stresszhez, mind a kérdezés évéhez tartozó szignifikanciaszint azt jelzi, hogy mindkét független változó hatása 95%-os valószínűségi szinten szignifikáns (a szignifikancia érték mindenütt 0,000). A független változók magyarázóereje (B) semmiféle átfedést nem tartalmaz.

20. tábla A stressz és az idő hatása az éjszaka határaitra

	Alvásidő hossza		Ébredési idő		Elalvási idő	
	Unst. regr együttható B	Stand regr együttható Beta	Unst. regr együttható B	Stand regr együttható Beta	Unst. regr együttható B	Stand regr együttható Beta
Stressz	-52,105	-0,208	-40,010	-0,212	2,833	0,018
Kérdezés éve	4,910	0,030	18,801	0,154	17,820	0,179

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH. Saját számítás

Az **alvásidő hosszát** tekintve a B értékek alapján úgy tűnik, hogy a regressziós sík a stressz dimenzióban sokkal meredekebb, mint a kérdezés évét tekintve, mivel a stresszhez tartozó B érték abszolút értékben sokkal nagyobb, mint a kérdezés évéhez tartozó. A felkelési időt hasonló erősséggel befolyásolja a stressz, a lefekvési időre gyakorolt hatást tekintve azonban éppen fordított összefüggést látunk. Az elalvás időpontjára kevésbé hat a stressz, az eltelt harminc évben lezajlott változások annál inkább. Az együtthatók előjelei negatív összefüggést mutatnak, az alvásidő hosszát és az ébredési időt tekintve, ami tehát azt

jelenti, hogy a stressz jelentősen csökkenti az alvásra fordítható időt, és korábbra tolja az ébredés időpontját.

A kérdés éve mindenütt pozitív hatást gyakorol az éjszaka határainak kitolódását vizsgáló modellekben, de eltérő erősséggel hat a különböző mutatókat szemlélve. Az alvásidő hosszát az időhiány jelentősen csökkenti, ugyanakkor sokkal kisebb, de pozitív hatást gyakorolt rá az idő, vagyis úgy tűnik, hogy a stressz hatását kiszűrve az eltelt időben kismértékben hosszabbá vált az alvásra szánt időt.

A **felkelési időt** jelentősen befolyásolja az időhiány, a béta érték azt mutatja, hogy a stressz hatására csökken az ébredési idő, vagyis aki stresszel, sokkal korábban kel fel, mint aki nem. Amennyiben az időhiány hatását kontroll alatt tartjuk, az idő, amely az életritmus megváltozását mutathatja, jól láthatóan kisebb, de egyértelműen pozitív hatást gyakorol az ébredési időre, vagyis minden más hatás kiszűrése mellett az idő előrehaladtával az embereknek egyértelműen később kell felkelnie (20. tábla). A stressz, a béta értéket tekintve nagyobb hatással bír az ébredés idejére, mint a 30 év alatt megváltozott társadalmi jellemzők.

Az **elalvás időpontját** nézve a két változó hatásának erőssége éppen fordítva működik. Az elalvási időre nagyobb hatást gyakorol az vizsgálati időpontok között eltelt idő, vagyis kizárólag a társadalmi változások egészének hatására az elalvás ideje jóval későbbre tolódott. A stressz kisebb, de ugyanilyen irányú hatással bír.

6.5. A tevékenységek rugalmassága és az időhiány

Az időhiány vizsgálatában az időtöltési struktúra áttekintése tájékoztat az egyes tevékenységek időigényéről és az egy napon belüli súlyáról, illetve részben arról, hogy milyen tényezők, pontosabban milyen más tevékenységek hatnak az időbeosztás egészére. Az eddig tárgyalt napi időallokációs struktúra feltárásából csak közvetve lehet következtetni arra, hogy melyek az úgynevezett „rugalmas” és „merev” tevékenységek, tehát, azok, amelyek bizonyos tényezők hatására a legnagyobb időbeli változékonyságot mutatják, és melyek azok, amelyek a legkevésbé bizonyulnak rugalmasnak. Míg az elméleti bevezetőben hivatkozott Blakelock inkább az egyes tevékenységek esetében önmaguk definíciós keretén belül próbálta megragadni a rugalmasságot, mi a rugalmasság számításokkal inkább az különböző tevékenységek egymásra hatására koncentrálnak. Ez a

fajta rugalmasság vizsgálat tehát eltér a blakelocki modelltől, amennyiben inkább a tevékenységek egymás közötti viszonya szerint definiálja a flexibilitást.

A tevékenységek közötti összefüggések sajátos vizsgálati módszere a rugalmassági számítások alkalmazása az időmérleg adatokra. Ez a számítás arra ad választ, hogy ha 'A' tevékenység tartama egy órával nőne, akkor mennyit változna (nőne vagy csökkenne) a 'B' tevékenység időtartama, másként fogalmazva, az 'A' tevékenység tartamának 1 százalékos növekedésével a 'B' tevékenység milyen arányú változása jár együtt.

Amennyiben az időmérlegnaplókban rögzített közel 1000 féle elemi tevékenységkategóriát mind figyelembe vennénk, számos rugalmassági együttható lenne számítható. Természetesen irreális és értelmetlen cél lenne minden lehetséges összefüggést vizsgálni, ugyanakkor a kutatási kérdés szempontjából érdekes és releváns összefüggések száma is igen nagy. A rugalmassági számításokban ezért csak azokat a tevékenységpárok vettük figyelembe, amelyekről az eddigi elemzésekből már világosan látszott, hogy hatásuk van egymásra. Így a stresszesek és nem stresszesek kategóriáján túl csak néhány népességcsoportra korlátoztuk a vizsgálatot.

A kiválasztott tevékenységpárokat úgy határoztuk meg, hogy a pár egyik elemét mindig a munkaidő alkotta. Azt vizsgáltuk tehát, hogy a stresszesek és nem stresszesek csoportjainál a munkaidő 1 órányi (vagy 1 százalékos) növekedése milyen változással jár együtt az alvásidő, a szabadidő és a házimunkára fordított idő tartamában. A választást egyrésztől indokolja, hogy a leíró, feltáró elemzések során egyértelművé vált, hogy az időhiány elsősorban a fizetett munkára és a háztartási munkára fordított idő, valamint a szabadidő mennyiségének egymásra hatásából adódik. Másrésztől, a munkaidő kiválasztása esetében mind a stresszesek, mind a nem stresszesek csoportját tekintve azt feltételezzük, hogy a vizsgált kapcsolat lényegében kauzális jellegű, vagyis, hogy a munkaidő változását követi más tevékenységek tartamának változása. A kauzalitás ugyanakkor nem szükségszerű feltétel a számításoknál, azonban, ha van oksági kapcsolat, az megkönnyíti az eredmények értelmezését.

A vizsgált tevékenységpárok közötti kapcsolat minden esetben jól leírható volt egyenessel, vagyis a függőváltozóként kezelt tevékenységek időtartama a munkaidő növekedésével arányosan csökkent. Így mindenütt lineáris regresszió alapján lehetett a rugalmassági együtthatót meghatározni.

6.5.1. Szórásvizsgálatok

A szórások, és főként a relatív szórások azt mutatják, hogy az alaptevékenységek közül (a fiziológiai szükségleteken kívül, ami szinte stabil) akár a stresszeseket akár nem stresszeseket tekintjük, az alvásidő szórásainak értéke tömörül legjobban az átlag köré, és a szabadidő ingadozik a legszélesebb határok között. A stresszesek csoportjában azonban látszik (ha csak halványan is) egyfajta időbeli tendencia, ami azt mutatja, hogy az alvásra szánt időt a stresszes nők, de még inkább a stresszes férfiak, rugalmasabban kezelték 2010-ben, mint a nyolcvanas évek közepén, ami úgy tűnik, ugyancsak megerősíti a melbini tétel alapján megalkotott feltevésünket, amely az időhiány enyhítésére kidolgozott stratégiákban a stresszesek körében az éjszaka határainak kitolását feltételezi.

21. tábla Az adott tevékenységre fordított idő és annak szórása

	Fizetett munka			Házimunka			Szabadidő			Alvásidő		
	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010	1986/ 1987	1999/ 2000	2009/ 2010
	szórása (óra. perc)											
Stresszes												
Férfi	4.18	4.37	4.17	1.59	1.55	1.47	1.59	2.17	2.12	1.33	1.43	1.55
Nő	4.09	4.10	4.02	3.00	3.06	2.30	1.51	2.11	2.01	1.30	1.28	1.37
Nem stresszes												
Férfi	4.14	3.40	3.38	1.28	1.58	1.48	4.27	3.04	2.54	1.49	1.52	1.55
Nő	3.27	2.55	2.54	4.25	2.43	2.12	3.45	2.40	2.34	1.34	1.38	1.40
	relatív szórása ($\frac{\text{szórás}}{\text{átlag}}$, %)											
Stresszes												
Férfi	61,8	80,6	66,8	159,1	154,9	191,5	75,2	67,5	70,0	20,0	22,0	25,0
Nő	87,2	112,8	96,2	78,9	81,1	92,8	78,7	70,5	68,7	18,8	17,9	20,3
Nem stresszes												
Férfi	118,1	176,7	139,2	130,0	115,1	125,2	64,1	52,3	53,5	21,2	21,0	22,0
Nő	162,1	215,7	169,9	64,5	67,4	68,6	64,1	53,9	55,8	17,9	18,1	18,9

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH, saját számítás

A stresszesek csoportját tekintve az adatokból jól látszik, hogy a nőknek a férfiakhoz viszonyítva mind a házimunka, mind a szabadidő tekintetében sokkal alacsonyabb a

rugalmasságuk, míg a fizetett munka esetében lényegesen magasabb (21. tábla). Másként kifejezve, az időszakében lévő nők a férfiakhoz viszonyítva fizetett munkára fordított idejük rugalmasságával is próbálnak enyhíteni az idő okozta nyomáson. A relatív szórás értékeiből azonban jól látszik az is, hogy a nők (akár stresszes, akár nem) sokkal kevesébe szabadon alakíthatják a napi időbeosztásukat, mint a férfiak. Mind az alvásra, mind a házimunkára, mind a szabadon eltölthető időre vonatkozó relatív szórási értékek sokkal inkább csoportosulnak az átlag körül, mint a férfiak esetében.

Látványos a különbség a nem stresszes férfiak és nők **háztartási munkára** szánt idejének relatív szórásait tekintve (21. tábla). A nők esetében kalkulált szórások azt mutatják, hogy a háztartási munkára fordított idő csak annyi rugalmassággal bír, mint a szabadidőre szánt, míg a férfiak esetében a háztartási munka idejének szórása minden vizsgált tevékenység között a legmagasabb. Ez tehát azt jelenti, hogy számukra semmilyen kényszerítőereje nincs az otthoni teendőknek, míg a nők úgy gazdálkodnak ezzel a tevékenységcsokorral akár a szabadidejükkel.

A nők és férfiak közötti aránypárok közötti különbségek stabilak maradtak a vizsgált harminc évben, ugyanakkor a csoporton belüli (csak nők, vagy csak férfiak) értékeket tekintve a férfiaknál az időben haladva egyre magasabb szórásértékeket látunk, ami azt mutatja, hogy számukra a nyolcvanas évek közepe és 2010 között csökkent a háztartási munka időnyomása. Ugyanakkor a nőknél alacsonyabb a relatív szórás értéke, ami a férfiaknál megfigyelhető tendenciával ellentétben rugalmatlanabb időallokációs struktúrára enged következtetni.

Különbséget egyedül a fizetett munkára fordított idő rugalmasságában látunk. A stresszes férfiak ezt a tevékenységet kezelik a legkevésbé rugalmasan (leginkább ebben az esetben csoportosulnak a szórásértékek az átlag körül), míg a stresszes nők ugyanúgy kezelik a fizetett munkaidő flexibilitását akár a fizetetlen háztartási munkáét. Mindez tehát azt jelenti, hogy a nők általában, de mindenekelőtt a stresszes nők, sokkal inkább bezártak a napi tevékenységeik rutinjába, sokkal kevésbé rendelkeznek szabadon, rugalmasan az idejükkel, mint a férfiak. A stresszes nők esetében tehát egyfajta, a patriarchális időrezsím manifesztációjaként is értékelhető időkényszert látunk, amely a tradicionális női szerepek társadalmi beágyazódását erősíti. Az időgazdálkodás ilyen fajta rugalmatlanságát **idősatunak** neveztük el. A nők, különösen az időszakében lévők tehát egyfajta idősatuban élnek, társadalmi kötelességeik rabjai, és nem kalkulálnak olyan mennyiségű szabadidővel, amiből még bőven lehetne feláldozni a munkaidő növelése érdekében. Az idősatu

intézménye a 80-as évek közepe óta kimutatható, és változatlan teherként van jelen a nők életében.

6.5.2. Többváltozós elemzések

A szórások és relatív szórások vizsgálata mellett, kísérletet tettünk arra, is, hogy a fentebb látott összefüggések alapján választ találjunk arra, hogy melyik tevékenység merev vagy rugalmas. Az elemzést mind a stresszesek, mind a nem stresszesek körében elvégeztük, ahol minden esetben azt vizsgáltuk, hogy hogyan befolyásolja a munkával töltött időtartam a házimunka, a szabadidő és az alvás tartamát. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a stresszes (és nem stresszes) nők és férfiak esetében a munkával töltött idő kitolódása mely tevékenységet, milyen mértékben “nyomna össze”. A rugalmassági mutató tehát azt fejezi ki, hogy amennyiben ‘A’ tevékenység tartama egy órával nő, akkor mennyit változik, illetve milyen irányban (nő vagy csökken) a B tevékenység időtartama. A rugalmassági mutatók kiszámításához lineáris regressziós modelleket állítottunk fel (KSH, 1964).

A rugalmasság vizsgálatokhoz a következő modelleket használtuk:⁴⁴

$$Y_1 = B_0 + B_1 * FIZMUNK.$$

$$Y_2 = B_0 + B_1 * FIZMUNK.$$

$$Y_3 = B_0 + B_1 * FIZMUNK.$$

Ahol a függő változók: $Y_1 = \text{HAZMUNK}$ vagyis a házimunkára fordított idő hossza
 $Y_2 = \text{SZABTEV}$ vagyis a szabadidős tevékenységekre fordított idő
hossza
 $Y_3 = \text{ALVAS}$ vagyis az alvásra fordított idő hossza

Mindegyik modellt évenként, minden csoportra (stresszes nők/férfiak, valamint nem stresszes nők/férfiak) külön-külön futtattuk le. Mivel az adatbázisban minden tevékenység időtartama percekben szerepelt, a modell primer eredményi is azt mutatják, hogy X (fizetett

⁴⁴ A számításoknál csak azokat vettük figyelembe, akik fizetett munkára fordított ideje nagyobb volt 0-nál.

munkaidő) egy percnyi növelésével az Y (az adott függőváltozó) hány perccel csökken. A kapott értéket, tehát át kellett számítanunk⁴⁵, így a táblázatban már az szerepel, hogy a fizetett munkaidő egy órányi növelésével hány perccel csökken a házimunkára, szabadidős tevékenységekre vagy az alvásra szánt idő mennyisége.

A számítások eredményeként azt látjuk, hogy a munkaidő kitolódása elsősorban a szabadidőt csökkenti; a **stresszesek** esetében usque negyedórával, a nem stresszeseknél körülbelül 20 perccel. A stresszes férfiak esetében ugyanakkor egyfajta időbeli tendencia is megfigyelhető. A 22. táblában jól látszik, hogy a munkaidő egy órányi megnövelésével a stresszes férfiak, az 1980-as évekhez mérten egyre többet vontak el az alvásidejükből, közel hasonló nagyságrendben, mint amennyivel a szabadidejük csökkentették. Esetükben az 1980-as évek közepén, az pénzkereső munka 1 órányi növelése 10 perccel nyomta össze az alvásidőt, 2000-ben már 14, 2010-pedig 16 perccel kevesebb idő jutott a pihenésre. Az éjszakától nyert idő, mint az időhiány csökkentésére alkalmazott stratégia tehát elsősorban a stresszes férfiak csoportjára jellemző, ők azok, akik inkább az alvásra szánt időt áldozzák fel, hogy feladataik végére érjenek. A stresszes nők hasonló időbeli tendencia mentén, de percekben mérve kevesebb időt vonnak el az alvástól, fizetett munkaidejük megnyúlása esetén.

Az időbeli trendet figyelve, a stresszes nők esetében a szabadidő nyomódik össze egyre jobban. Azok a nők, akik a nyolcvanas évek közepén időhiánnyal küzdöttek, munkaidejük egy órányi meghosszabbításával átlagosan 10 perccel, 2000-ben 13 perccel 2010-ben pedig már negyedórával kevesebb szabadidővel rendelkeztek.

Míg azonban a stresszes férfiaknál azt látjuk, hogy a 2000 és 2010 között eltelt tíz évben a fizetett munkára szánt idő megnövelése érdekében inkább az alvásról mondtak le, mint a szabadidőről, a stresszes nők esetében ez éppen fordítva van. Ők inkább a szabadon eltölthető idejüket áldozzák fel, nem az alvást.

⁴⁵ Egyrészt az egy percnyi változás hatását mutató adatot átszámítottuk órára, így könnyebb értelmezni, másrészt, a kapott eredmény óra.százalék formáról, óra.perc formátumra váltottuk, szintén a könnyebb interpretáció érdekében.

22. tábla A kereső tevékenységre fordított idő hatása a házimunkára, a szabadidőre és az alvásra⁴⁶

perc

	1986/1987			1999/2000			2009/2010		
	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás
Stresszes									
Férfi	-4,6	-13,1	-10,5	-3,2	-17,9	-14,5	-6,0	-14,8	-16,4
Nő	-15,9	-10,0	-7,8	-17,0	-13,1	-8,6	-12,4	-15,3	-11,1
Nem stresszes									
Férfi	-3,9	-19,2	-11,5	-4,3	-21,8	-15,7	-8,1	-21,1	-16,3
Nő	-20,2	-12,8	-8,7	-14,9	-17,6	-10,1	-12,7	-17,8	-10,4

Megjegyzés: Minden eredmény 95 százalékos megbízhatósági szinten szignifikáns.

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH saját számítás

A **nem stresszeseket** tekintve: a fizetett munkára fordított idő egy órányi növelésével a férfiaknak leginkább a szabadideje csökken, átlagosan 21 perccel. Ez az érték azonban a nyolcvanas évek közepétől a millenniumig átlagosan két perccel emelkedett, azóta pedig szinte változatlan, ami azt jelenti, hogy a nem stresszesek - közülük is leginkább a férfiak esetében - nagyon is stabilan tartja magát az a stratégia, amely a munkaidő növekedést a szabadidő kárára kompenzálja. A nyolcvanas évek óta a nem stresszesek körében megnövekedett az alvástól elrabolt időmennyiség is. A stresszesekkel összevetve, a nem stresszes férfiak 'időnövelő' stratégiája a szabadidő csökkentésére fókuszál, amíg a stresszes férfiak inkább az alvásidőt csökkentik, a szabadidőről nem mondanak le. *Egyedül a stresszes férfiak hajlandóak percekben mérve átlagosan több időt elvonni az alvástól, mint a szabadidőtől.* Ez pedig egyértelmű bizonyítékát adja annak, hogy az éjszaka gyarmatosítóit elsősorban a stresszes férfiak körében kell keresnünk.

Miután megállapítottuk, hogy percekben mérve átlagosan mennyi időt áldozunk fel a munka oltárán, adódik a kérdés, hogy ezek a percdatok vajon mekkora hányadát képviselik a rendelkezésünkre álló házimunkára szánt, szabadon eltölthető vagy alvásidőnek.

⁴⁶ A percértékek kiszámításánál a percekben kapott B értéket vettük figyelembe, a könnyebb interpretáció kedvéért nem egy időintervallumot, csak az intervallum középértékét adjuk meg, tehát a standard hibával nem kalkuláltunk.

Log-log modellek

Másfajta megközelítést adja egy tevékenység rugalmasságának, ha nem percekben, hanem százalékos arányban mérjük 'A' tevékenység 'B'-re gyakorolt hatását, vagyis a 'B' tevékenység 'összenyomhatóságát'. Ahhoz, hogy a százalékos arányt ki tudjuk fejezni, exponenciális regressziós modellt, úgynevezett log-log modellt alkalmaztunk.

$$Y_i = \beta_0 X_i^{\beta_1} e^{u_i}$$

a hibtagot u -val jelölve felírható az alábbi módon:

$$\ln Y_i = \ln \beta_0 + \beta_1 \ln X_i + u_i$$

ahol \ln a természetes alapú logaritmus $\ln \beta_0 = \alpha$ esetén:

$$\ln Y_i = \alpha + \beta_1 \ln X_i + u_i$$

Az α és β_1 paramétert tekintve a modell lineáris kell, hogy legyen, így OLS módszerrel becsülhető. A linearitás miatt az ilyen modellt log-log vagy log-lineáris modellnek is nevezik. A modellben β_1 tehát felírható lesz Y és X relatív változásának hányadosaként.

$$\beta_1 = \frac{Y \text{ relatív változása}}{X \text{ relatív változása}}$$

A log-lineáris modell meredekséget jelző mutatója β_1 a változók relatív kapcsolatára ad választ (mivel a változók logaritmusát szerepeltetjük). Az elaszticitás ebben az esetben tehát azt mutatja meg, hogy X relatív változása milyen változást idéz elő Y -ban.

Ebben a számításban, tehát a változók logaritmusával dolgoztunk, így a felállított regressziós egyenletek a következők voltak⁴⁷:

$$\ln Y_1 = \ln \beta_0 + \beta_1 * \text{LOGFIZMUNK} + u_i.$$

$$\ln Y_2 = \ln \beta_0 + \beta_1 * \text{LOGFIZMUNK} + u_i.$$

$$\ln Y_3 = \ln \beta_0 + \beta_1 * \text{LOGFIZMUNK} + u_i.$$

Ahol $Y_1 = \text{LOGHAZMUNK}$ vagyis a házimunkára fordított idő

$Y_2 = \text{LOGSZABTEV}$ vagyis a szabadidős tevékenységekre fordított idő

$Y_3 = \text{LOGALVAS}$ vagyis az alvásra fordított idő

$X = \text{LOGFIZMUNK}$ vagyis a fizetett munkára fordított idő

A kapott eredmények azt mutatják, hogy a fizetett munkára szánt idő 1 százalékkal történő növelésével hány százalékkal csökken a házimunkára, szabadidőre és alvásra szánt idő mennyisége. A 23. tábla a β értékeket tartalmazza, de az elemzésben a gördülékenyebb interpretáció kedvéért 10 százalékos eltolódásra értelmezzük az adatokat.

Eredmények

Amennyiben többet kell dolgozniuk, a stresszes férfiak a házimunkát ignorálják leginkább. Munkaidejük 10 százaléknyi növekedésével, közel 6 százalékkal csökkentik a háztartási munkára szánt időt, és noha tudjuk, hogy a férfiak a 80-as évek közepével összevetve egyre több időt fordítanak a házimunkára (ahogy azt láttuk, elsősorban a főzésre), feltehetően ebben az esetben a házimunka inkább a nőkre marad. 2010-ben két százalékkal csökkent egy stresszes férfi alvásideje, és 3,5 százalékkal kevesebb szabadideje maradt, ha 10 százalékkal több időt fordított munkára. Az időbeli tendenciát tekintve azt látjuk, hogy a férfiak akár stresszesek, akár nem, elsősorban a házimunkából szállnak ki, sőt, a vizsgált harminc éves periódusban, úgy tűnik, egyre növekvő mértékben. A háztartási munkamegosztás tehát változatlanul erősen, ha lehet, egy hangyányival még erősebben kötődik manapság a hagyományos nemi szerepekhez. Ha a férfinak dolgozni kell, a

⁴⁷ A logaritmálás előtt a zéró időket minden változóban missingre vettük.

háztartási munka másra marad (vagy elmarad). A munkaidő növekedése az alvás mennyiségét is befolyásolja, az időbeli tendenciát tekintve úgy tűnik egyre növekvő mértékben. Az alvás, lévén biológiai szükséglet, kötött tevékenység, változásának iránya és aránya akár ilyen kismértékű eltérés is mutat egyértelműen irányjelző.

23. tábla A kereső tevékenységre fordított idő hatása a házimunkára, a szabadidőre és az alvásra (log-log modell)

%

	1986/1987			1999/2000			2009/2010		
	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás	Házi- munka	Szabad- idő	Alvás
Stresszes									
Férfi	-0,551	-0,343	-0,121	-0,447	-0,459	-0,198	-0,592	-0,359	-0,210
Nő	-0,545	-0,305	-0,073	-0,555	-0,309	-0,069	-0,406	-0,360	-0,093
Nem stresszes									
Férfi	-0,325	-0,340	-0,093	-0,427	-0,374	-0,148	-0,477	-0,326	-0,111
Nő	-0,402	-0,244	-0,058	-0,373	-0,302	-0,064	-0,333	-0,263	-0,072

Megjegyzés: Minden eredmény 95 százalékos megbízhatósági szinten szignifikáns.

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH saját számítás

Az időbeli változásokat tekintve növekvő mértékű rugalmasságot látunk a nem stresszes férfiak házimunkára fordított idejének rugalmasságában is. Úgy tűnik tehát, hogy férfiak munkaidejének növekedése, arányosan az otthoni munka idejének csökkenésére hat leginkább. Ez alól a nők sem kivételek. Amennyiben a 80-as évek rugalmassági mutatóival vetjük össze, a 2010-es adatokat azt látjuk, hogy a stresszes és nem stresszes nők egyaránt nagyobb mértékben áldozzák fel a szabadidejüket a munkaidő megnövekedésével (magasabb a rugalmassági együttható), és arányosan ugyanígy kevesebbet vesznek el a házimunka idejéből is.

A munkaidő egységnyi növekedésével, a stresszes férfiak alvásra szánt idejének rugalmassága összevethető a nem stresszes nők szabadidejének relatív csökkenésével.

6.5. Jövedelem és időhiány

Az eddigi magyarázó modellekben leginkább csak utaltunk arra, hogy a jövedelem változó miért nem került be a számításokba, illetve, ha bekerült, akkor is csak kis mértékben sikerült növelnie a modell magyarázóerejét. A jövedelem és az időhiány összefüggésének vizsgálata ugyanakkor megkerülhetetlen egy az időhiány karakterisztikájával foglalkozó dolgozatban, és nem is szeretnék megkerülni a kérdést. Noha a nagy időmérleg állományokban rendelkezésünkre álló változókészlet alapján nem tudunk olyan egységes modellt felállítani, amely minden vizsgálati évben megfelelő lett volna a hipotéziseink tesztelésére, az egyes adatbázisokból fel tudunk állítani olyan modelleket, amelyekben az időmérleg személy partnerére vonatkozó aktivitási adatokat be tudjuk építeni a vizsgálatba. Így elemezhetővé válik az időszűke és a kereset kérdése, igaz, csak keresztmetszeti eredményeket kapunk belőle.

A hipotéziseink ellenőrzéséhez a szubjektív időhiány (*experienced timestress*) mutatóját az eddigiek szerint operacionalizáljuk, de az elemzésbe ezen a ponton bevonjuk az objektív időhiány (*objective timestress*) fogalmát is. Ez utóbbi mutató kiszámítására több módszertani eljárás is kínálkozik: egyrészt kiszámíthatjuk az átlagos munkaidőt és azt, aki ennél a mennyiségnél jelentősen több időt fordít munkára objektív időhiányban szenvedőnek tekintjük, ugyanakkor – a magyar társadalom többsége számára általánosan elfogadott heti 40 órás munkaidőt is vehetjük alapnak, és ehhez is mérhetjük a kiszámolt munkaórákat.

Mivel egyéni kereseti adataink csak az 1986/1987-es fájlban vannak (ott is csak kategorizált formában), az időhiány összefüggését a jövedelemmel egyéni szinten továbbra sem tudjuk (idősorosán) vizsgálni. Azt feltételezzük ugyanakkor, hogy meg tudjuk ragadni az összefüggést egy olyan háztartási szintű modellben - ahol a háztartás minden tagjáról van adatunk -, amelyben aszerint definiáljuk a háztartásokat, hogy hány aktívan dolgozó, vagyis jövedelmet szerző tagjuk van. A jövedelem és az időhiány összefüggésének vizsgálatát a legfrissebb, 2009/2010-es adatokon végeztük el.

A háztartáson belüli összefüggéseket vizsgálva, külön hipotézissel élve a munkában gazdag, és munkában szegény háztartásokra nézve a következő állításokat fogalmaztuk meg:

1) Első hipotézisünk szerint a női munkavállalás emeli a stressz mértékét a férjben és a feleségben egyaránt, akár dolgozik a férj, akár nem.

2) A második hipotézisünk az, hogy amennyiben a férj dolgozik, a feleség pedig nem végez jövedelemszerző munkát, a családi jövedelem emelkedésével a férj esélye arra, hogy stresszessé váljon, csökken. Azt feltételezzük tehát, hogy a *nem dolgozó* feleség által biztosított „stabil otthoni háttér” csökkenti a férjek stressznek való kitettségét.

Elsőként olyan kétkeresős háztartásokat vizsgáltunk, amelyekben a férj és a feleség is dolgozik. Ezt követően kiterjesztjük az elemzést azokra a háztartásokra, ahol csak egy kereső van, a másik fél inaktív.

Mielőtt tovább mennénk az elemzésben, kisebb kitérőként mindhárom vizsgálati évben megnéztük, hogy a férj és feleség státusz szerint van-e különbség a napi stressz mértékében.

24. tábla A fizetett munkát végző férjek és feleségek aránya, stressz szerint

%

Mennyire érzi hajszoltnak magát?	1986/1987 ^{a)}		1999/2000 ^{b)}		2009/2010 ^{c)}	
	Férj	Feleség	Férj	Feleség	Férj	Feleség
Túlzottan	2,8	2,9	4,7	4,8	3,6	3,9
Erősen	17,2	17,1	37,5	36,8	30,4	29,1
Mérsékelt	37,4	39,7	41,3	47,2	43,2	51,9
Enyhén	38,2	35,6	12,6	9,7	19,5	14,1
Nyomasztó, tétlen napja volt	na	na	1,3	0,7	2,8	0,3
Szélsőségesen változóan	3,4	3,8	0,8	0,7	0,4	0,7

Forrás: Időmérleg felvételek, KSH. Saját számítás

a) N= 12 841 (Idegi stressz adatai)

b) N= 10 028

c) N= 1 989

Az adatokból jól látszik, hogy a túlzott, erős stressz egyformán érinti mind a férjeket, mind a feleségeket, a különbségek inkább a mérsékelt és az enyhe stressz megítélésben rejlenek. A párkapcsolatban élő nők fele mérsékelt stressznek van kitéve, a férfiak a nőknél nagyobb

arányban mondják, hogy enyhe időnyomással élnek. A nyomasztó tétlenség inkább férfi sajátosság. 2,8 százalékuk süllyed apátiába. Az unalomban élő férjek aránya a millennium óta megduplázódott, manapság naponta átlagosan több mint 250 ezer férj napja tétlenül telik el. A feleségeknek nincs idejük ilyesmire, a tétlenségben élők aránya mindössze 0,3 százalék (24. tábla).

Többváltozós modellek

A hipotézisek tesztelésére olyan logisztikus regressziós modelleket állítottunk fel, amelyekben függőváltozóként a stressz dichotóm változója szerepelt, a magyarázó változók közé pedig a hat év alatti gyerekek számát, a kereső tevékenységgel töltött időt, a társ gazdasági aktivitását, a műszakrendet (éjjel vagy nappal dolgozik), a háztartás jövedelmét (kategorizálva), és a kérdezett egészségi állapotát vettük be. Ez utóbbi változó oly mértékben hozzájárult a modell magyarázóerejének növeléséhez, hogy benne hagytuk az egyenletben.

A felállított regressziós egyenlet tehát a következő:

$$\text{logit}(y) = \beta_0 + \beta_1 * \text{GYER6} + \beta_2 * \text{KERTEV} + \beta_3 * \text{MREND} + \beta_4 * \text{HTJOV} + \beta_5 * \text{EU}.$$

A modellek magyarázóereje kifejezetten jónak mondható, a Nagelkerke R^2 mutatója magas. Ez tehát azt jelenti, hogy sikerült olyan változókat bevonnunk a modellbe, amelyek megfelelően magyarázzák a stresszessé válás esélyét.

Kétféle sokaságon is teszteltük a felállított egyenletet. Az első modellben háztartásonként definiáltuk azokat a házasságokat vagy együtt élő élettársakat, ahol az időmérleg-személy és annak társa is dolgozott.

A másik modellbe azok a háztartások kerültek, ahol az időmérleg-személy dolgozott, a társa nem. Mivel a társról nincs időadatunk, csak a gazdasági aktivitását ismerjük, ezért a fordított szituációt nem tudtuk bevenni a modellbe. A modellek a férjek stresszessé válásának esélyhányadosait mutatják.

25. tábla Logisztikus regressziós modellek a háztartásban lévő keresők és a stressz összefüggésére, 2009/2010

Exp (B) értékek

	A férj jövedelemszerző munkát végez és	
	a társ is dolgozik	a társ nem dolgozik
A 6 év alatti gyermekek száma	Ref: nincs gyermeke	
1 gyermek	0,877***	1,326***
2 vagy több	1,623***	1,043***
Keresőmunkára fordított idő	1,003***	1,005***
Műszakrend	1,212***	0,805***
Háztartási jövedelem kategóriák (Ft)	Ref.:201–250 ezer Ft	
1. 1–120 ezer	0,590***	0,557***
2. 121–160 ezer	0,858***	0,639***
3. 161–200 ezer	1,342***	0,911***
4. 251–300 ezer	1,077***	1,176***
5. 301–400 ezer	1,038***	3,302***
6. 400 ezer felett	0,734***	4,473***
Egészségi állapot	Ref.: Kielégítő	
Nagyon jó	0,360***	0,283***
Jó	0,683***	1,038***
Rossz vagy nagyon rossz	0,794***	1,941***
Constant	0,163	0,136
Nagelkerke R ²	0,205	0,317

Forrás: Időmérleg felvétel 2009/2010, KSH. Saját számítás.

Eredmények

Úgy tűnik, a **6 év alatti gyermekek** száma erősen befolyásolja a stressz esélyét, akár a kétkeresős, akár az egy keresős háztartásokat nézünk. A gyermektelenekhez viszonyítva azokban a háztartásokban, ahol a férj és a feleség is dolgozik az első gyermek megszületése nincs jelentős hatással az időhiány kialakulására. Míg az egy keresős modellben, ahol a férj dolgozik, a feleség pedig inaktív (vagy munkanélküli) már egy 6 éven aluli gyermek is jelentősen emeli az esélyét az időhiányossá válásnak, szám szerint 1,3-szoros eséllyel számolhatunk azzal, hogy a férj stresszes lesz, mint hogy nem. Ott, ahol mindketten végeznek jövedelemszerző munkát, két 6 éven aluli gyermek mellett mutatható ki hasonló esélyű stressz faktor a férjekre nézve. Ebben a modellben nem látszik, mivel az

összehasonlíthatóság miatt a gyermekek számát mutató változóban összevonásokat végeztünk⁴⁸, de egy részletesebb attribútum listával dolgozó számításban a 3 és több gyermeket nevelő párok esetében, ahol a társ nem dolgozott, 2,8-szorosára nőtt az esélyhányados. Tehát a harmadik 6 éven aluli gyermek, 2,8-szorosára növeli annak az esélyét, hogy a férj stresszes lesz, amennyiben a felesége nem dolgozik.

A kereső munkára fordított idő mindkét modellben megemelte az esélyét annak, hogy a férj stresszessé válik. Ez nem meglepetés. Értelemszerűnek tűnik, hogy azok a férfiak, akiknek a társa nem dolgozik, egy kicsivel stresszesebbek, ha többet több időt fordítanak fizetett munkára, mint a kétkeresős háztartásban élő férfiak. Az esélyhányadosok ugyan nem tűnnek olyan magasnak, ám a keresőtevékenységre fordított idő folytonos változóként, percekben szerepelt a modellben így tekintve az esélyhányadosokat, már nem is olyan alacsonyak.

A műszakrend, vagyis az, hogy a pénzkereső munka csak a nappalra korlátozódik vagy éjszaka (is) kell dolgozni, a kétkeresős modellben fejt ki nagyobb hatást. A munka éjszakába nyúlása a dolgozó társsal rendelkező férfiak esetében jelent nagyobb (1,2) nyomást. Azokban a háztartásokban, ahol a feleség nem dolgozik, az éjszakába nyúló munkavégzés vagy az éjszakai munkarend kifejezetten csökkenti az esélyét annak, hogy férj stresszessé váljon. Óvatos interpretálással azt is mondhatjuk, hogy az egykeresős háztartásban élő férfiak az éjszakai műszakba menekülnek a gyermek(ek) okozta stressz elől.

A **háztartási jövedelem** kategóriát a modellek összehasonlíthatóságának érdekében szintén redukálnunk kellett, elsősorban a legalacsonyabb és a legmagasabb kategóriák esetében végeztünk összevonásokat. Ez leginkább azért érdekes, mert a primer modellekben a kétkeresős háztartásokban az alacsony jövedelmi kategóriákban nem volt értelmezhető az eredmény, míg az egy keresős modellben a magas jövedelemkategóriák esetében ütköztünk hasonló problémába.

A kétkeresős modellben harang alakú összefüggést látunk a stressz kialakulásának esélye és a háztartás jövedelme között. A két végleten, vagyis a legalacsonyabb és a legmagasabb

⁴⁸ A kétkeresős modellben nem adott értéket a 3 vagy több gyermekes kategóriára a becslés, ezért összevontuk azt a két gyermekessel.

háztartási jövedelemmel rendelkező háztartások esetében a legalacsonyabb az esélye annak, hogy a férj stresszessé válik, ha olyan társsal él, aki pénzkereső munkát végez. Úgy tűnik, az átlag körüli háztartási jövedelem megszerzése teszi a leginkább stresszessé azokat a férjeket, akiknek a társa is dolgozik.

Az egykeresős modellben ugyanakkor a háztartási jövedelem emelkedésével lineáris összefüggésben lévő emelkedő trendet látunk. Másként fogalmazva, azokban a háztartásokban, ahol a férj dolgozik, a feleség pedig nem, a magasabb háztartási jövedelem megszerzése a férj számára szignifikánsan nagyobb esélyét hozza annak, hogy a férj stresszessé válik. A stresszessé válás választóvonalára 2010-ben úgy tűnik 300 ezer forint háztartási jövedelem volt, ugyanis itt látunk ugrást az esélyhányados értékének emelkedésében. A következő 100 ezer forintnyi jövedelem előteremtése ugyancsak erős befolyással bír a stresszre. 2010-ben egy 400 ezer forint feletti háztartási jövedelmet elérő férj esélye arra, hogy stresszessé válik majdnem 4,5-szeres volt az átlagos 200-250 ezer forintos jövedelmet elérő férjhez képest.

Az **egészségi állapot** hatását nézve, a kielégítő közérzethez viszonyítva egyértelmű, hogy azok, akik jónak vagy nagyon jónak értékelték az egészségüket, kisebb eséllyel váltak stresszessé, mint a rossz állapotban lévők. A trend nyilvánvaló, a két csoport esetében a különbség leginkább az esélyhányadosok értékében rejlik. Úgy tűnik, hogy az átlagos egészségi állapotnak örvendőkkel összevetve, az egykeresős modellben a férjek nagyobb eséllyel válnak stresszessé már az egészségi állapotukban bekövetkező kisebb romlás miatt is. Ebben a modellben is össze kellett vonnunk két kategóriát az összehasonlíthatóság érdekében, így került egy attribútumba a rossz és nagyon rossz egészségi állapot. A primer modellben az egykeresős háztartásokban jól látszott, hogy a nagyon rossz egészségi állapot még nagyobb hatással van a stresszre. A kétkeresős modellben (ekkor az alacsony elemszám miatt) értelmezhetetlen volt a nagyon rossz kategória.

7. ÖSSZEFOGLALÁS

A gyorsuló életritmus és az időhiány, valamint az ezek nyomán megváltozó társadalmi normák és egyéni szociokulturális preferenciák jellegzetes karakterisztikáját adják modern társadalmunknak. A megváltozott társadalmi- és gazdasági környezet a társadalom nagytöbbsége számára egyfajta gyorsuló életritmust eredményezett, amely a produktivitás és főként a hasznosság eszményképével karöltve olyan társadalmi szinten is lényeges időallokációs változásokat eredményezett, amelyek jól definiálható jelenségekként feslenek fel a társadalom szövetében. Az embereket nyomasztó időzavar vagy időhiány és az ezzel járó stressz azonban nem újkeletű. A társadalmi változások nyomán, és a felgyorsult életritmus eredményeként ugyanakkor még egyetlen korszakban sem tevődött ekkora időkényszer az egyénre. Dolgozatunkban ezzel az időkényszerrel foglalkoztunk.

Az időhiány problémájának megismerése érdekében elsőként az időről és az időhiány definíciójáról értekeztünk. Áttekintettük azokat az elméleti felvetéseket és iskolákat, amelyek magával az idővel, és az időhiány szociológiájával foglalkoztak. Az időhiány karakterisztikájának megrajzolásához a gyorsaság, hasznosság, produktivitás triangulumának, mint modern eszménykép kialakulásának lehetséges okait elemezve bemutattuk azokat az elméleti alapokat, amelyek a gyorsuló életritmus okán fellépő társadalmi- és szociokulturális ösztönözőket és preferenciákat vizsgálták. Bemutattuk, hogy ezek a változások szoros összefüggésben állnak a gazdasági termelés átalakulásával, s hogy a modern társadalmakban az egyének a jövedelem megszerzéséről inkább a jövedelem elköltésére koncentrálnak, így a fogyasztásra szánt idő mennyisége és minősége korunkra státuszjelzővé vált, ahogy a fogyasztáshoz szükséges idő hiánya is. Az időhiány kutatását tehát egyrészt a társadalmilag kötött idő és a fogyasztáshoz rendelkezésünkre álló szabadidő diszkrepanciájában kerestük, bizonyítva egyben, hogy Veblen korával ellentétben, ahol a társadalmi státuszt a korlátlan szabadidő és fogyasztás összefonódása jellemezte, a modern társadalmakban azt, az egyén elfoglaltsága fémjelzi.

Az idő, mint erőforrás közgazdaságtani vetületének tárgyalásakor két fő elmélet köré csoportosítottuk az időhiány operacionalizálhatóságának problémáját. Egyrészt Blakelock (1960) rugalmasság és likviditás alapú elméletét és annak kritikáját ismertettük, majd a közgazdaságtani alapokra épülő, az időt tőkeként kezelő Hamermesh és Lee (2005) kutatásait dolgoztuk fel.

Az időhiány gazdaságtani vetületének vizsgálatakor arra is kitértünk, hogy az idő miként értékelhető tőkeként, milyen axiomatikus jellemzőkkel bír, majd kísérletet tettünk annak bemutatására, hogy az axiómák felrúgásával milyen további lehetőségek kínálkoznak az időhiány elemzéséhez. Ebben a kontextusban került a sor *párhuzamos élet* koncepciójának bemutatására és a parallel élet vizsgálatának az időhiánnyal való összevetésére. Az empirikus rész másik alapjaként szolgáló melbini tézisek ismertetésével azt bizonyítottuk, hogy az időallokációs struktúrák elemzésekor a társadalom bizonyos meghatározott szegmenseiben olyan növekvő számú egyénetet találunk, akik a szokásostól elhajló munkaidő- és szabadidő-eltöltési mintákat használnak.

Dolgozatunk három fő hipotéziscsozor köré épült. Az első hipotéziscsozor az érzékelt időhiány karakterisztikájára, időbeli változására koncentrált. Azt feltételeztük, hogy az időhiány érzékelése szoros összefüggést mutat a magyar társadalom átalakulásával, vagyis az 1980-as évek óta az egyének életritmusa gyorsabbá vált, az időhiánytól szenvedők aránya pedig magasabb lett. Illetve feltételezzük, hogy a stresszesek és nem stresszesek időallokációs struktúrájának különbsége a fizetett munkára és a háztartási munkára fordított időmennyiségből adódik.

A második hipotézis csoport az időmegtakarító stratégiákra koncentrált. Feltételeztük, hogy az időhiány kezelésére alkalmazott stratégiák elsősorban a stresszeseket jellemzik, a nem stresszesek esetében nem találkozunk ilyen rendszerekkel. Feltettük azt is, hogy a stresszesek csoportja gyakrabban alkalmazza a multitasking-ot az időhiány kezelésére, mint a nem stresszeseké, a párhuzamos életben pótolva azokat a tevékenységeket, amelyek a főéletből hiányoznak. Feltételeztük azt is, hogy az időhiánnyal küzdők esetében a munkaidő megnövelése leginkább a biológiai szükségletekre, így az alvásra szánt idő, és csak kisebb mértékben a szabadon felhasználható idő csökkenésével jár.

Az utolsó hipotéziseinkkel a jövedelem és az időhiány összefüggését vizsgáltuk. A szakirodalom (Gershuny, 2004, Hamermesh, 2004) alapján feltételeztük, hogy a munkában gazdag háztartások esetében minél magasabb a háztartás jövedelme, annál erősebb az időhiány érzése azokban a háztartástagokban, akik pénzkereső munkát végeznek. A háztartáson belüli összefüggéseket vizsgálva annak bizonyítására tettünk kísérletet, hogy a feleség munkavállalása emeli a stressz mértékét a férjben, akár dolgozik, akár nem. Illetve azt is feltételeztük, hogy amennyiben a férj dolgozik, a feleség pedig nem végez jövedelemszerző munkát, a családi jövedelem emelkedésével csökken a férj, esélye arra, hogy stresszessé váljon. Azt feltételezzük tehát, hogy a *nem dolgozó* feleség által biztosított „stabil otthoni háttér” csökkenti a férjek stressznek való kitétséget.

Hipotéziseinket a KSH Időmérleg adatbázisain teszteltük. Az időbeli trendek megragadásához az 1986/1987-es, az 1999/2000-es illetve a 2009/2010 teljes éves kérdezést felölelő adatbázisokat használtuk. Az időmérleg kutatások átfogó vizsgálatok, amelyek komplex módon, az időtöltési mintázatok elemzésével közelítik az egyes társadalmi csoportok viselkedésének típusait és magyarázzák annak összefüggését más szociokulturális jellemzőkkel. A felvétel során a mintába került egyének egy teljes napjukról rögzítenek minden eseményt, annak körülményeivel együtt.

Kutatásunkban többféle módszerrel dolgoztunk. A leíró elemzésekhez keresztábrákat és szórásvizsgálatokat végeztünk, a magyarázó modellekhez lineáris-, logisztikus-, és log-log regressziós egyenleteket állítottunk fel. Az időhiány megragadásához dichotóm függőváltozót alakítottunk ki mindhárom vizsgálati évre, így az időbeli tendenciákat is mérni tudtuk. Az időhiány csökkentésére alkalmazott stratégiák, így a multitasking vizsgálatok során az elemzések során a tevékenységek gyakoriságát mutató *intenzitás* és *terjedelem* mutatókat készítettünk, az éjszaka gyarmatosításának bizonyítására az éjszaka határait mutató indikátorokat definiáltunk. A stressz és az egyes tevékenységek rugalmasságának elemzéséhez lineáris regressziós egyenleteken alapuló rugalmasság mutatókat számítottunk.

Az időhiány karakterisztikájának megragadásához elsőként idősoros adatokon bemutattuk, hogy a nyolcvanas évek közepétől indulva hogyan alakult át a magyar társadalom időhiány érzete. Bemutattuk, hogy az 1980-as évek közepéhez mérten, a magyar lakosság egyértelműen stresszesebbé vált. Míg a nyolcvanas évek közepén a magyarok 2 százaléka érezte hajszoitnak magát, s nyilatkozott úgy, hogy túlzottan stresszes az élete. 2000-ben már minden harmincből egy magyar így érzett, azóta az elviselhetetlen stressztől szenvedők aránya szinte változatlan. A stressz problémája mellett ugyanakkor egy másik, az adatok alapján egyre könnyebben azonosítható emelkedő tendenciát mutat azoknak az aránya, akik alaktalan időhasználati struktúrában töltik a mindennapokat. Ez a csoport nem időhiányra panaszkodik, az ő napjaik nyomasztó tétlenségre vannak ítélve. A 2010-ben a társadalomnak közel 6 százaléka, vagyis mintegy 550 ezer ember élte így az életét; számuk 10 év alatt megduplázódott.

A férfiak minden vizsgált évben stresszesebbnek bizonyultak, mint a nők, 2010-ben minden harmadik férfi nyilatkozott arról, hogy időhiányban szenved. A korcsoportokat tekintve harang alakú összefüggést találtunk. A legfiatalabbak és a legidősebbek küzdenek a legkevésbé időzavarral, a középkorúak, főként a 40-es korosztály, a leginkább. Közülük napjainkban minden harmadik időhiányosnak vallotta magát. A gyermekek számának

növekedésével párhuzamosan emelkedik a stresszessé válás esélye. Míg a gyermektelenek közül minden ötödik mondta csak stresszesnek magát 2010-ben, a gyermekek közül minden harmadik nyilatkozott így. A 6 év alatti kicsiket nevelő háztartásokban élők stresszesek leginkább. Egy gyermek csak kismértékben, két vagy több kisgyermek nevelése azonban már szignifikánsan növeli a stresszt kialakulásának esélyét. A munkaidő növekedése, egyértelműen hatással van az időhiányra. A heti 50 óránál többet dolgozók fele stresszes manapság, a nem dolgozók közül csak minden negyedik-ötödik. A mai Magyarországon a stresszes ember archetípusa a 40-es éveiben járó, középfokú végzettségű, három vagy több gyermeket nevelő, heti 50 óránál többet dolgozó budapesti férfi.

Annak meghatározása után, hogy mely csoportok a tipikusan időszakában lévők a mai magyar társadalomban, kutatásunkban az időhiányosok és nem időhiányosok időhasználati stratégiáit vizsgáltuk. A társadalmi időallokációs struktúrákat és az időhasználat napi ritmusát elemezve egy szerkezet-eltolódási mutató, a TWAD-index kiszámításával bemutattuk, hogy a társadalom különböző csoportjai milyen arányban szentelik idejüket egy adott tevékenységnek, milyen különbségek láthatók a két csoport időhasználati szokásai között, és mindez hogyan függ össze az idődeficittel. Az időhiányosok és nem időhiányosok átlagos tevékenység szerkezeti különbsége első pillantásra nem mutat túl nagy eltérést, a TWAD mutató értéke viszonylag alacsony. Az alacsony érték magyarázata, hogy a mindenki számára létszükségletet jelentő biológiai igényekre szánt idő közel a felét viszi el a napi 1440 percnél, így a TWAD maximális értéke az elméleti 0,5-ös értéket ritkán haladhatja meg. Az időhiányosok és nem időhiányosok időfelhasználási különbségeit mutató TWAD-index értéke 0,03 volt, ami azt mutatta, hogy a két csoport időfelhasználása a tevékenység fő kategóriák mentén vizsgálva meglehetősen hasonló. Azonban, amikor megvizsgáltuk, hogy milyen tevékenységek mentén tevődik össze ez a párányinak tűnő különbség, már láthatóak voltak jól elhatárolható eltérések. Eredményeink azt mutatták, hogy az időhasználati eltéréseket mutató egyenlőtlenségi indikátor mentén, az időhiány jól megragadható a fizetett munkára, valamint a hői háztartási munkára szánt idő és a szabadon eltölthető idő különbségével. A fizetett munkára szánt idő az időallokációs differencia 36 százalékát adta, a szabadidő a negyedét, a háztartási munka pedig közelítőleg a tizedét.

A dolgozat következő részében az időszorozó stratégiák közül elsőként a multitaskinggal foglalkoztunk. Teoretikusan bebizonyítottuk, hogy az idő párhuzamos is lehet, hiszen egy időben egyszerre több tevékenység elvégzésére lehetünk képesek. Ebben

az elméleti keretben azt vizsgáltuk, hogy az időhiányra adott másik ösztönös válasz, a minél rövidebb időintervallumban elvégzett minél több feladat, vagyis tevékenységeink párhuzamossága, milyen karakterisztikát mutat, és milyen párhuzamos stratégiák jellemzik az időhiányban szenvedőket. A főélet és a mellékélet vagy párhuzamos élet definíciójának bevezetése után *terjedelem- és sűrűség mutatókat* számítottunk. Az első mutatóval a fő- és párhuzamos tevékenységek alvásidő nélkül számított hosszát definiáltuk, a második mutatóval a tevékenységek intenzitását vizsgáltuk. Azt láttuk, hogy az időhiányban szenvedők esetében az összes tevékenység 29 százaléka, az összidő (vagyis a fő- és párhuzamos tevékenységek hossza) majdnem harmada (32%) a mellékéletben játszódik le. A stresszesek tehát napi majdnem 16 órán át tevékenykednek a főéletükben, amit kiegészít még a mellékesen végzett tevékenységek több, mint 7 és fél órányi ideje, vagyis összesen több mint egy napot, pontosan 24 óra 22 percet élnek. Naponta. Alvásidő nélkül számítva! Ezzel szemben a nem stresszesek 14 óra 36 percet tevékenykednek egy átlagos napon, és 'csak' 6 óra 42 percet töltenek párhuzamos tevékenységekkel, így a teljes életük napi hossza a stresszesekéhez viszonyítva közel három órával kevesebb, mindössze 21 óra 18 perc (ugyancsak az alvásidő nélkül számítva). Megállapítottuk, hogy amennyiben a fő- és párhuzamos életünket nem szimultán élnénk, hanem az időt kinyújtva, a tevékenységek hosszát egymás után számítanánk, a stresszesek majdnem 100 évet, a nem stresszesek átlagosan 96 évet élnének. Vajon megéri ezért a plusz 4 évért ennyit stresszelni?

Tartalmát tekintve a párhuzamos élet többnyire a szórakozásról szól. Az időhiányosok ide sűrítene minden olyan tevékenységet, amelyre nem jut idejük a főéletükben. A leggyakoribb párhuzamos elfoglaltság a beszélgetés. A tevékenység párhuzamos életbeli ritmusát tempogramon ábrázolva megállapítottuk, hogy az emberek többnyire munka és evés közben beszélgetnek, a stresszesek munkaidejük 40 százalékát, az étkezésre fordított időnek pedig a felét töltik beszélgetéssel.

A dolgozat következő fejezetében a tevékenységstruktúra vizsgálatának folyományaként, részletesen is kitértünk az időhiány mennyiségi aspektusának analízisére, feltételezve azt, hogy az éjszakától elhódított idő, mint a mennyiségi időhiány enyhítésére alkalmazott stratégia elsősorban az időszakében lévők körében mutatható ki. Ezen megfontolások mentén haladva Melbin elméleti munkájának megállapításai nyomán elemeztük az éjszaka - így az alvással töltött (vagy nem töltött) idő – karakterisztikáját, különös tekintettel az időhiányban szenvedők csoportjára nézve. Megállapítottuk, hogy az időhiány faktorát is figyelembe véve kifejezetten markáns különbségeket látunk az éjszaka meghódításának ütemében. Napjainkban a stresszben élők az átlaghoz viszonyítva naponta

közelítőleg 40 perccel, a nem stresszesekhez mérten pedig majdnem egy teljes órával alszanak kevesebbet. Az elalvás időpontját tekintve nem mutatkozik jelentős eltérés, úgy tűnik, hogy a negyed és fél 11 közötti időintervallum a magyar emberek átlagos biológiai túrésszintje; ennél tovább nem nagyon maradnak ébren. Az átlagosnál hosszabb, illetve rövidebb alvásidő forrását tehát nem az elalvás, hanem az ébredés idejében kell keresni. Az adatokból azt mutatták, hogy a stresszben élők majdnem egy órával (egész pontosan 40 perccel) korábban kelnek fel a nem stresszelőkhöz mérten; átlagosan negyed 7 előtt egy kicsivel, míg a nem stresszesek ráérősen, valamivel 7 óra előtt ébrednek. Az 1986/1987-es adatokkal összevetve az eredményeket, még inkább igazolódott, hogy az idő szűkében lévők, időhiányos állapotukat az éjszakától elhódított percekkel igyekeznek csökkenteni. 2010-ben a stresszesek jó fél órával később feküdtek le, mint a nyolcvanas évek közepén. Amellett, hogy a nyolcvanas évekhez képest az ébredés időpontja későbbre tolódott egyfajta óvatos megközelítéssel azt mondhatjuk, hogy a felgyorsult életritmus első jeleként értékelhetjük, hogy az emberek napi alvásra szánt ideje az utóbbi tíz évben csökkent, ezzel párhuzamosan a lefekvés időpontja az éjszakába tolódott, így növelve a nappali tevékenységekre fordított időmennyiséget, mintegy bizonyítékát adva az éjszaka gyarmatosításának. A stresszesek és nem stresszesek napi ébredési ritmusában egyértelmű ritmuseltolódást látunk. Akik nem stresszelnek, azok is ugyanolyan ütemben kelnek fel, mint a stresszesek csak egy órával később teszik ezt. Az alvásidő csökkentésében, így az éjszaka meghódításában a társadalom egy kis szelete már elérte azt a határt, amellyel a lehetséges maximumig feszítette a biológiai önkizsákmányolást. A stresszesek közel 5 százaléka napi 5 óránál kevesebbet alszik.

Az éjszaka határainak vizsgálatával megállapítottuk, hogy a stressz kialakulásának egyik fő indikátora az alvásidő hossza (vagy rövidege). Az éjszaka határainak időbeli változását vizsgálva olyan modelleket állítottunk fel, amelyekben az adott dimenzió hatásának erejét és az évek közötti változás mértékét lineáris regressziós egyenletekkel becsültük. Függetlenként az éjszaka határainak mutatót használtuk, magyarázó változóként a dichotóm stressz változót és a kérdezés évét építettük be. Megállapítottuk, hogy a kérdezés éve mindenütt pozitív hatást gyakorol az éjszaka határainak kitolódását vizsgáló modellekben, de eltérő erősséggel hat a különböző mutatókat szemlélve.

Az időhiány karakterisztikájának mélyebb megértéséhez, a dolgozat következő fejezetében a tevékenységek közötti összefüggések sajátos vizsgálatára *rugalmassági számításokat* készítettünk. Az órákban (percekben) becsült rugalmassági mutatókra alkalmazott szórás és relatív szórás vizsgálatokban megállapítottuk, hogy a férfiak esetében

a legkisebb rugalmasságot a fizetett munkára fordított időben tapasztaljuk, míg a stresszes nők ugyanúgy kezelik a fizetett munkaidő flexibilitását akár a fizetetlen háztartási munkáét. A stresszes nők esetében tehát egyfajta, a patriarchális időrezsím manifesztációjaként is értékelhető időkényszert látunk, amely a tradicionális női szerepek társadalmi beágyazódását erősíti. Az időgazdálkodás ilyen fajta rugalmatlanságát **idősatunak** neveztük el. A nők, különösen az időszükében lévők egyfajta idősatuban élnek, társadalmi kötelességeik rabjai, és nem kalkulálnak olyan mennyiségű szabadidővel, amiből még bőven lehetne feláldozni a munkaidő növelése érdekében. Az idősatu intézménye a 80-as évek közepe óta kimutatható, és változatlan teherként van jelen a nők életében.

A rugalmassági együtthatók másik számítási módja az, amikor arra ad választ, hogy ha 'A' tevékenység tartama egy órával nőne, akkor mennyit, és milyen irányba változna (nőne vagy csökkenne) a 'B' tevékenység időtartama, másként fogalmazva, az 'A' tevékenység tartamának 1 órányi vagy 1 százalékos növekedésével a 'B' tevékenység milyen arányú változása jár együtt. A perc adatokat lineáris regressziós modellekkel becsültük, a százaléknyi változás mérésére log-log modelleket állítottunk fel.

Az értekezés utolsó fejezetében a jövedelem és az időhiány összefüggését vizsgáltuk meg. Modelljeinket a munkában szegény (egykeresős) és munkában gazdag (kétkeresős) háztartások vizsgálatára állítottuk fel. A kétkeresős modellben harang alakú összefüggést láttunk a stressz kialakulásának esélye és a háztartás jövedelme között. A legalacsonyabb és a legmagasabb háztartási jövedelemmel rendelkező háztartások esetében a legalacsonyabb az esélye annak, hogy a férj stresszessé válik, ha olyan társsal él, aki pénzkereső munkát végez. Úgy tűnik, az átlag körüli háztartási jövedelem megszerzése teszi a leginkább stresszessé azokat a férjeket, akiknek a társa is dolgozik.

Az egykeresős modell eredményei azt mutatták, hogy a magasabb háztartási jövedelem megszerzése a férj számára szignifikánsan nagyobb esélyét hozza annak, hogy a férj stresszessé válik.

Az időhiány témájában még végtelenül sok kutatási kérdés maradt nyitva. Elemzések és összefüggések megszámlálhatatlan sorát lehetne még vizsgálni. Két irányban tervezem folytatni a kutatást.

Elsőként a gazdaságtudományi elméletekkel összefüggésben a láthatatlan munka vizsgálatára szeretnék fókuszálni. A jövedelmek, a fizetett-, és a láthatatlan munka elemzésével azt szeretném bemutatni, hogy milyen distinkciók tehetők az időhiányos és nem időhiányos emberek háztartási- és fizetett munkával töltött időallokációs stratégiái

között, illetve milyen specifikusan kimutatható (elsősorban idő) transzferek enyhítenek az idő szűkösségének szorító érzésén az időhiánnyal küzdő és kevésbé küzdő társadalmi csoportok esetében.

A másik kutatási irány, az alaktalan időhasználati sémák feltárása, ugyancsak érdekes feladat. Ebben a keretben az időfelhasználás szempontjából marginális helyzetű csoportok vizsgálatával foglalkozom majd.

Az időhiány releváns kutatási terület, mindenkit érint, mindenkinek van véleménye róla. Az elmúlt években, ha bármikor, bármilyen helyzetben előkerült az, hogy milyen témában írom a disszertációm, szinte azonnali válaszként jött, hogy „na az időhiányról tudnék neked mesélni, mennyi időd van”. Általában kevés időm volt, és ezt mindenki természetesnek tartotta.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Mindenekelőtt és leginkább a két tutoromnak, *Sik Endrének* és *Székelyi Máriának* tartozom köszönettel. Bandit lassan húsz éve ismerem. A KSH óriási épületének egy folyosóvégi kis szobájában találkoztunk, szobatársak lettünk, majd amikor folyamatosan belekotyogtam egy időmérleges projektjébe egyszer csak azt mondta: „Kollégák, akkor most Johannát hivatalosan is bevesszük a munkába.” Azóta foglalkozom időmérleg kutatással. Banditól tanultam jól írni (s ha valahol csuklik még a szöveg, az nem az ő hibája), az egyetemi évek után tőle tanultam az igazi szakmát, és ő volt az, akinek csak három fényképet lehetett megmutatni egy hosszú nyaralás 800 fotója közül, mondván a helyes szelektálás életmentő a szociológia tudományában. Briliáns elme, hálás vagyok, hogy vele dolgozhattam. Sok leckét kaptam tőle, mind javamra szolgált.

Mariska a stabilitást jelentette számomra a disszertáció készítése során. Szakmai tudása, lényeglátása mindig lenyűgözött, embersége és határtalan kedvessége pedig sok mélyponton segített át. Tőle tanultam meg a szociológia módszertanát, és kívánva sem kaphattam volna jobb tanárt.

Köszönettel tartozom *Lengyel Györgynek*, aki anno felvett a doktori iskolájába, és *Örkény Antalnak*, akinél befejezem a doktori tanulmányaimat. Mindkettőjüktől rengeteg biztatást és támogatást kaptam.

Köszönettel tartozom *Merkl Ildinek*, aki programozás technikát tanított nekem, sok fortélyt megosztva velem.

Köszönöm *Janák Katinak*, aki lehetővé tette, hogy a munkám mellett a disszertáció írással is foglalkozhassak, és köszönettel tartozom a KSH-nak is, hogy támogatta a tanulmányaimat.

Hálás vagyok a családomnak, hogy túrték a disszertációírás nyügét és nyilait. Köszönöm Lilinek és Szofinak, hogy hagytak (néha) dolgozni. Nélkülük sokkal korábban készen lett volna ez a munka, de csak velük van értelme a dolognak.

MELLÉKLET

M1. tábla Az éjszaka terjedelme nemek szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alváshossz						
Férfi	7.43	8.37	7.47	8.50	7.39	8.42
Nő	8.01	8.49	8.12	8.58	7.57	8.47
Elalvás időpontja						
Férfi	21.56	21.53	22.18	22.21	22.29	22.26
Nő	21.54	21.50	22.07	22.06	22.21	22.15
Ébredés időpontja						
Férfi	5.41	6.22	6.06	6.59	6.12	6.55
Nő	5.55	6.32	6.14	6.55	6.12	6.51

M2. tábla Az éjszaka terjedelme a lakóhely típusa szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alváshossz						
Budapest	7.54	8.45	7.59	8.50	7.41	8.36
Megyeszékhely	7.46	8.37	8.03	8.54	7.48	8.44
Egyéb város	7.51	8.41	8.00	8.56	7.55	8.46
Község	7.55	8.46	7.58	8.55	7.46	8.49
Elalvás időpontja						
Budapest	22.11	22.13	22.34	22.34	23.01	22.48
Megyeszékhely	21.58	22.00	22.18	22.20	22.27	22.27
Egyéb város	21.53	21.52	22.08	22.10	22.11	22.17
Község	21.55	21.38	22.00	22.02	22.16	22.06
Ébredés időpontja						
Budapest	6.04	6.48	6.30	7.10	6.34	7.06
Megyeszékhely	5.46	6.30	6.18	7.02	6.21	6.58
Egyéb város	5.46	6.27	6.06	6.57	6.08	6.51
Község	5.37	6.18	5.59	6.48	5.59	6.46

M3. tábla Az éjszaka terjedelme korcsoportok szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alváshossz						
15–19 éves	8.32	9.06	8.22	9.21	8.16	9.15
20–29 éves	7.53	8.33	7.56	8.48	7.52	8.57
30–39 éves	7.39	8.17	7.48	8.31	7.34	8.23
40–49 éves	7.33	8.16	7.42	8.31	7.30	8.20
50–59 éves	7.52	8.34	7.59	8.43	7.39	8.28
60–69 éves	8.47	9.13	8.39	9.08	8.23	8.50
70 éves és idősebb	9.08	9.53	9.00	9.37	9.07	9.26
Elalvás időpontja						
15–19 éves	21.55	21.58	22.15	22.28	22.10	22.31
20–29 éves	22.09	22.09	22.30	22.37	22.45	22.50
30–39 éves	22.02	22.00	22.16	22.20	22.30	22.27
40–49 éves	21.57	21.55	22.10	22.15	22.20	22.19
50–59 éves	21.46	21.45	22.04	22.09	22.18	22.14
60–69 éves	21.36	21.38	21.51	21.54	22.06	22.09
70 éves és idősebb	21.22	21.21	21.48	21.43	22.23	21.58
Ébredés időpontja						
15–19 éves	6.25	7.03	6.35	7.47	6.22	7.43
20–29 éves	6.04	6.39	6.28	7.24	6.40	7.42
30–39 éves	5.43	6.15	6.06	6.45	6.09	6.43
40–49 éves	5.33	6.09	5.54	6.38	5.49	6.33
50–59 éves	5.37	6.11	6.01	6.40	5.54	6.25
60–69 éves	6.11	6.36	6.16	6.44	6.21	6.37
70 éves és idősebb	6.22	6.49	6.26	6.55	6.57	6.48

M4. tábla Az éjszaka terjedelme legmagasabb iskolai végzettség szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alvászóssz						
Általános iskola vagy kevesebb	8.07	8.56	8.22	9.14	8.16	9.06
Szaktunkás	7.36	8.37	7.49	8.42	7.43	8.39
Középfokú	7.46	8.41	7.51	8.43	7.44	8.39
Felsőfokú vagy magasabb	7.52	8.46	7.51	8.36	7.35	8.30
Elalvás időpontja						
Általános iskola vagy kevesebb	21.39	21.39	21.55	21.56	22.02	22.04
Szaktunkás	21.56	22.01	22.09	22.16	22.12	22.13
Középfokú	22.10	22.11	22.24	22.27	22.36	22.34
Felsőfokú vagy magasabb	21.55	22.22	22.31	22.33	22.46	22.37
Ébredés időpontja						
Általános iskola vagy kevesebb	5.43	6.26	6.12	6.57	6.08	6.49
Szaktunkás	5.33	6.18	5.58	6.48	5.56	6.38
Középfokú	5.59	6.36	6.16	7.03	6.22	7.01
Felsőfokú vagy magasabb	6.03	6.41	6.20	6.59	6.21	6.55

M5. tábla Az éjszaka terjedelme családi életciklus szerint

átlag (óra.perc)

	1986/1987		1999/2000		2009/2010	
	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes	Stresszes	Nem stresszes
Alváshossz						
Egyedülálló	8.02	8.39	7.59	8.56	8.05	8.59
Házass, gyermek nélkül	7.41	8.28	7.54	8.40	7.45	8.42
Házass 1 gyermekkel	7.39	8.21	7.47	8.32	7.27	8.24
Házass 2 gyermekkel	7.36	8.16	7.41	8.21	7.40	8.18
Házass 3 és több gyermekkel	7.57	8.16	7.50	8.24	7.37	8.27
Egyedülálló gyermekkel	7.39	8.29	7.53	8.36	7.48	8.42
Elalvás időpontja						
Egyedülálló	22.06	22.07	22.26	22.34	22.31	22.29
Házass, gyermek nélkül	21.53	21.51	22.07	22.12	22.23	22.13
Házass 1 gyermekkel	21.54	21.56	22.12	22.17	22.24	22.18
Házass 2 gyermekkel	22.00	21.58	22.13	22.15	22.15	22.21
Házass 3 és több gyermekkel	21.57	21.55	22.14	22.14	22.17	22.20
Egyedülálló gyermekkel	22.02	21.57	22.07	22.10	22.15	22.09
Ébredés időpontja						
Egyedülálló	6.08	6.44	6.27	7.25	6.38	7.14
Házass, gyermek nélkül	5.37	6.12.	6.01	6.41	6.04	6.36
Házass 1 gyermekkel	5.37	6.13	5.59	6.41	5.47	6.35
Házass 2 gyermekkel	5.39	6.11	5.57	6.32	5.58	6.32
Házass 3 és több gyermekkel	5.41	6.07	6.00	6.34	5.52	6.37
Egyedülálló gyermekkel	5.46	6.23	6.02	6.43	6.02	6.38

IRODALOMJEGYZÉK

- Andorka R. [1996]: Bevezetés a szociológiába. Budapest, Osiris.
- Beard, G. [1881]: American nervousness. Its causes and consequences. New York, G.P. Putnam's Sons
- Becker, G. S. [1965]: A Theory of Allocation of Time The Economic Journal, Vol. 75, No. 299. 493-517.
- Becker, G. S [1981]: A Treatise on the Family. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bergmann, W. [1990]: Az idő a szociológiában. In.: Időben élni – történeti-szociológiai tanulmányok. szerk.: Gellériné Lázár M., Budapest, Akadémiai Kiadó, 117-174.
- Bergson, H. [1990]: Idő és szabadság. Universum Kiadó, Szeged
- Bittman, M. – Wajcman, J. [2000]: The Rush Hour: The Character of Leisure Time and Gender Equity. Social forces 79(1): 165-189.
- Bosserman, P. [1975]. Some interpretations of the dynamics of time in industrial society. Soc. Leisure 7: 155-164
- Blakelock, E. [1960]: A New Look at the New Leisure. Administrative Science Quarterly. Vol. 4, No4., 446-467.
- Bocsi, V. [2007]: Az időfelhasználás nemek közötti különbségeinek vizsgálata a hallgatói populáció esetében. Educatio 4: 675-720.
- Bott, E. [1971]: Family and Social Network. New York, Free Press.
- Boulding, K. E. [1972]: The Society as Achilles Heel. Journal of Consumer Affairs, 2, 110–119. In.: Sik, E. (szerk.) [1989]: A háztartás a gazdaság „örök”intézménye. Szociológiai Füzetek, 48: 75–77.
- Bourguignon, F. – Browning, M. – Chiappori, P. A. – Lechene, V. [1993]: Intra Household Allocation of Consumption: A Model and some Evidence from French Data. Annals of Economic and Statistics, issue 29, 137–156.
- Browning, M. – Chiappori, P. A. – Lechene, V. [2013]: Estimating Consumption economies of scale, adult equivalence scales, and household bargaining power, Review of Economic Studies, 80 (4) 1267–1303.
- Castells, M. [1996]: The Rise of the Network Society. Blackwell Publishing Ltd.
- Campbell, I. [2002]: Cross-National Comparisons: Work time around the world, Melbourne, ACTU.

Champoux, J.E. [1978]: Perceptions of work and non-work: A reexamination of the compensatory and spillover models. *Sociology of Work and Occupations*, 5, 402-422.

Cottrell, W. R. [1939]: Of Time and the Railroader. *American Sociological Review*, 4, 190-198.

DeMaris, A. – Longmore, M. A. [1996]: Ideology, Power, and Equity: Testing Competing Explanations for the Perception of Fairness in Household Labor. *Social Forces*, 74. (3): 1043–1071.

Dubin, R. [1973]: Work and non work: Industrial perspectives. In. M.D. Dunette (ed), *Work and non-work in the year 2001*. Calif_Brooks/Cole, Monterey.

Durkheim, E. [1978]: A társadalmi tények magyarázatához. Budapest, Közgazdasági és Jogi Kiadó.

Elias, N. [1990]: Az időről. In.: szerk.: Gellériné Lázár, M.: *Időben élni – történeti-szociológiai tanulmányok*. Budapest, Akadémiai Kiadó. 15-47.

EUROSTAT [2004]: How Europeans spend their time. *Everyday life of women and men*.

Evans, J., Lippoldt, D. and Marianna, P. [2001]: Trends in working Hours in OECD Countries, *OECD Labour Market and Social Policy, Occasional paper no. 45*, Paris, OECD, DEELSA/ELSA/WD (2000)6.

Falussy, B. [2001]: Társadalmi hatások és változások a nők és férfiak munkaidő-felhasználásában, In. *Szerepváltozások*, szerk.: Nagy Ildikó, Pongrácz Tiborné, Tóth I. György, TÁRKI-Szociális és Családügyi Minisztérium, Budapest, 198-221 old.

Falussy, B. [2004]: Az időfelhasználás metszetei. Új Mandátum Könyvkiadó.

Falussy, B. [2007]: Tevékenységosztályozási rendszerek az időmérleg-vizsgálatokban. *Statistikai Szemle*. 8. évfolyam. 8. szám. 690-714.

Gábos, A. – Sebők, Cs. [2004]: A gyermeknevelés háztartásimunka-költsége. *Statistikai Szemle*, 2. szám, 194-208.

Gauthier, A. – Smeeding, T. M.- Furstenberg, F. F. [2004]: Are Parents Investing Less Time in Children? Trends in Selected Industrialized Countries. *Population and Development Review*.

Geszler, N. [2014]: A munka és a család konfliktusának forrásai az európai férfiak életében. *Szociológiai Szemle*, 24. (2): 65-89.

Gershuny, J. [1993]: Post-Industrial Convergence in Time Allocation. *Futures*, May

Gershuny, J. [199]: Economic Activity and Women's Time Use. In.: *Time Use of Women in Europe and North America*, Chapter 2, 26-57.

Gershuny, J. – Marsh, C. [1994]: Unemployment in Work Histories. In.: Social Changes and the Experience of Unemployment. D. Gallie, C. Marsh and C. Vogel (eds), Oxford University Press, 66-115.

Gershuny, J. [2000]: Changing Times. Work and Leisure in Postindustrial Society Oxford University Press 2000.

Gershuny, J. [2005]: What Do We Do in Post-Industrial Society? The Nature of Work and Leisure Time in the 21st Century. Colchester, UK: Institute for Social and Economic Research. ISER Working Paper Series.

Gershuny, J. – Miles, I. – Jones, S. – Mullings, C. – Thomas, G. – Wyatt, S. [1986]: Time Budgets: Preliminary Analyses of a National Survey. The Quaterly Journal of Social Affairs, 2 (1) 13-39.

Gershuny, J. – Sullivan, O. [2003]. Time Use, Gender, and Public Policy Regimes. Social Politics10(2): 205-228.

Gimenez-Nadal, J. I. – Sevilla, A. [2010]: The Time-Chrunch Paradox. Social Indicator Research 102(2):181-196.

Goody, J. [1968]: Time, Social Organization. In: International Encyclopedia of the Social Sciences. Ed. D. L. Sills. N: Y. 30– 42.

Goldman, D. [1973]. Managerial mobility, motivations and central life interests. Am. Sociot Rev. 38: 119-25.

Goldschmidt-Clermont, L. [1990]: Economic measurement of non–market household activities. International Labour Review, 129. évf. 3. sz. 279–297.

Gurevics, A. J [1974]: A középkori ember világgépe. Kossuth kiadó, Budapest

Hamermesh, D. S. – Lee, J. [2005]: Stressed Out on Four Contintents: Time Crunch or Yuppie Kvetch. IZA Discussion Paper No. 1815.

Harcza I. [2014]: Családi kohézió. A szülők és a gyermekek társas együttléte a mindennapok világában. A gyermekes családokban élők időfelhasználása. Budapest, KSH Műhelytanulmányok 5.

Harcza I. – Sebők Cs. [2002]: A népesség időfelhasználása 1986/1987-ben és 1999/2000-ben. Budapest, KSH.

<http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/pdf/muhelytanulmanyok5.pdf>

Hartmut R. [2013]: Social acceleration. A new theory of modernity. Columbia University Press.

Hochschild, A. R. [2003]: The Second Shift. New York, N. Y.: Penguin Books.

Hoddinott, J. – Haddad, L. [1995]: Does Female Income Share Influence Household Expenditure? Evidence from the Cote d'Ivoire. Oxford Bulletin of Economics and Statistics, 57:1, 77-96.

Honore, C.: In Praise of Slowness.

https://www.ted.com/talks/carl_honore_praises_slowness?language=hu. Letöltés utolsó ideje:2018.07.16.

Horváth, G. [2009]: Palackba zárt idő in. Korunk, 2009. június. <http://korunk.org/?q=node/10882> Letöltés utolsó ideje: 2018. július 2.

Ilies, R., – Wagner, D. T. [2009]: The Spillover Of Daily Job Satisfaction Onto Employees' Family Lives: The Facilitating Role Of Work-Family Integration. Academy of Management Journal, 52(1), 87–102.

Jahoda, M. – Lazarsfeld, F. – Zeisel, H. [1975]: Marienthal. Suhrkamp Verlag.

Jahoda, M. [1982]: Employment and unemployment: a social psychological analysis. London: Cambridge University Press, 1982.

Kan, M. Y. – Sullivan, O. – Gershuny, J. [2011]: Gender Convergence in Domestic Work: Discerning the Effects of Interactional and Institutional Barriers from Large-Scale Data. <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0038038510394014>

Kelly, J. R. – Kelly J. R. [1994]: Multiple dimension of meaning in the domains of work, family and leisure. Journal of Leisure Research, 26 (3), 251-274.

Kelly, J. R. – Loving, T. J. [2004]: Time pressure and group performance: Exploring underlying processes in the Attentional Focus Model. Journal of Experimental Social Psychology, 40, 185-198.

Klein, S. [2008]: Az idő titkos lüktetése. Laurus kiadó, Győr.

KSH [1965]: A nap 24 órája. Statisztikai Időszaki Közlemények 75. kötet. Budapest: KSH.

KSH [2010]: Időmérleg-módszertan. Internetes kiadvány. http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/pdf/idomerleg_mod.pdf. A letöltés ideje: 2018. július 2.

KSH [2012]: Időmérleg 2009/2010. Összefoglaló adattár. Budapest: KSH.

Kuczi Tibor [2004]: Idő, gazdaság, uralom. Kultúra és Közösség 2, 13-15

Kuczi, T. [2006]: Egyetemi jegyzet. Corvinus Egyetem. Szociológia Doktori Iskola

Kuczi, T. [2011]: Munkásprés. A munka kikényszerítésének története az ipari forradalomtól napjainkig. L' Harmattan, Budapest.

Kunz-Ebrect, S. R. – Kirschbaum, C. – Marmot, M. – Steptoe, A. [2004]. "Differences in cortisol awakening response on work days and weekends in woman and men from the Whitehall II cohort". *Psychoneuroendocrinology* 29 (4): 516–528.

Kuper, H. – Marmot, M. [2003]. "Job strain, job demands, decision latitude, and risk of coronary heart disease within the Whitehall II study". *Journal of Epidemiology and Community Health* 57 (2): 147–153.

Laáb, Á. [2007]: Az emberi erőforrás, mint tőketényező. <http://www.laabagnes.hu/wp-content/uploads/2007/03/az-emberi-eroforras-mint-toketenyezo-1999.pdf>

Le Goff, J. [1980]: Merchant's Time and Church's Time in the Middle Ages. In: Le Goff: Time, Work, and Culture in the Middle Ages. London, Chicago: The University of Chicago Press, 29-42.

Levine, R. V [1997]: A Geography of Time: The Temporal Misadventures of a Social Psychologist, or How Every Culture Keeps Time Just a Little Be Differently. Basic Books/Perseus.

Linder, S. B. [1970]: The Harried Leisure Class. Columbia University Press. New York, London. 1970.

Lundberg, S. – Pollak, R. A. [1996]: Bargaining and Distribution in Marriage. *The Journal of Economic Perspectives*, Vol. 10, No. 4. 139-158.

Magyarország lakosságának időgazdálkodása [1988]. In: Baló–Lipovetz (szerk.): Tények könyve 89'785-812. Budapest: Computerworld Informatika Kft.

Marmot, M. G. – Rose, G. – Shipley, M.– Hamilton, P. J. [1978]. Employment grade and coronary heart disease in British civil servants. *Journal of Epidemiology and Community Health* 32 (4): 244–249.

Marmot, M. G. – Davey Smith, G.; – Stansfield, S. et al. [1991]: Health Inequalities among British civil servants: the Whitehall II study. *Lancet* 337 (8754): 1387–1393.

Martinengo, G. [2007]: Gender Differences and Similarities in the Work-Family Interface: The Importance of Considering Family Life Stages. <https://scholarsarchive.byu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2210&context=etd> Letöltés időpontja: 2018.06.08.

Marx, Karl [1967]: 8. fejezet, A munkanap. In A tőke, I. kötet. 216-292.

Melbin, M. [1978]: Night as frontier, *American Sociological Review*. 43:3-22.

Monostori, J. [2009]: Munka, szabadidő, időallokáció. In TÁRKI Európai Társadalmi Jelentés, Budapest, TÁRKI. 85-98. o.

Morris, L. [1990]: The workings of the household, Polity Press.

Moore, W. E. [1963]: Man, Time and Society. N.Y.-London

Nazio, T. – MacInnes, J. [2007]: Time Stress, Well-being and the Double Burden In Family Formation and Family Dilemmas in Contemporary Europe Gøsta Esping-Andersen (Ed), pp.155-183. Bilbao: Fundación BBVA.

Nowotny, H. [1975]: Time Structuring and Time Measurement: On the Interrelation Between Timekeepers and Social Time. In: The Study of Time, II. Eds J. T. Fraser N. Lawrence. N. Y. 325-342.

OECD 'Working hours [1998]: Latest trends and policy initiatives', ch. 5 in OECD, Employment Outlook, Paris, OECD, 153-188. 1998.

Okonkwo, A. E. [2011]: Work-Family conflict as predictor of burnout among mothers in human service profession. Unpublished Phd. Thesis, Department of Psychology, Enugu State University of Science and Technology, Enugu, Nigeria

Pahl, R. [1984]: Divisions of Labour, Basil Blackwell, Oxford

Parker, S. – Smith, M. [1976]: Work and leisure. In. szerk.: Dubin, R. Handbook of Work Organization and Society. Chicago, Rand McNally, 37-64.

Phipps, S. – Burton, P. [2003]: What's Mine is Yours? The Influence of Male and Female Incomes on Patterns of Household Expenditure. *Economia*.

Pongrácz, T. – Murinkó, L. [2010]: Háztartási munkamegosztás. Azonosságok és különbségek Európában. In.: Nőkönyv. Szociális és Munkaügyi Minisztérium.

Robinson, J. P. – Gershuny, J. [1994].: Measuring hours of paid work: time-diary vs. estimate questions. *Bulletin of Labour Statistics*, International Labour Office, Geneva,

Rossum, Gerhard Dohrn-van [1996].: History of the Hour c. könyvből az első fejezet. London, Chicago: The University of Chicago Press. 1-15.

Sayer, L. C. – Bianchi, S. M. – Robinson, J. P. [2004]: Are Parents Investing Less in Children? Trends in Mothers' and Fathers' Time with Children. *American Journal of Sociology*, 110. (1): 1-43.

Schor, J. B. [1991]: The Overworked American. The Unexpected Decline of Leisure. New York: Basic Books.

Schor, J. B. [1999]: Working Hours and Time Pressure: The Controversy About Trends in Time Use. In: Figart, D. M. – Golden, L. (Ed.): Working Time: International Trends, Theory and Policy Perspectives. London, UK: Routledge.

Sebők, Cs. [2014]: A női munkavállalás hatása a napi időfelhasználásra. Ph.D. értekezés.

Sebők, Cs. – Sik, E. [2004]: Az otthoni munka és a teljes élet. Budapest, Statisztikai Szemle. 82. évfolyam. 2. szám. 151-171.

Seung-Eun Cha – Jooyeoun Suh [2017]: Social Acceleration vs. Slowdown: Who Became Less Busy in Korea? And Why? *Development and Society*, Volume 46. Number 1. 131-156. <https://www.researchgate.net/publication/318771891>

Shepard, J. [1974]: A status recognition model of work-leisure relationships. *J. Leisure Res.* 6: 58-63.

Sik, E. [1989]: A háztartás a gazdaság „örök” intézménye. *Szociológiai Füzetek*, 48. ELTE Szociológiai Intézet és Továbbképző Központ, Budapest

Sik, E. [1988]: Az „örök” kaláka. Gondolat, Budapest

Sik, E. [2001]: Néhány adalék az időfelhasználás társadalmi meghatározottságának vizsgálatához. Budapest, KSH.

Sik, E. [2009]: A zavarban lévő keselyű esete a csapással. 2000 Irodalmi és Társadalmi havi lap. Lapszám: 7-8.

<http://ketezer.hu/2009/08/a-zavarban-levo-keselyu-esete-a-csapással/>

Letöltés utolsó ideje:2018.07.17.

Sik, E. [2017]: Néhány gondolat a háztartásról, mint a gazdaság egy szereplőjéről. in.: szerk.: Janák, K. – Szép, K. – Tokaji, I. [2017]: Háztartási munka, önkéntes munka, láthatatlan munka, I. Budapest, KSH.

Sorokin, P. A. [1964]: Sociocultural causality, space, time: A study of referential principles of sociology and social science. Russell & Russel.

Sorokin, P. A. – Berger, C. [1939]: Time Budget of Human Behavior. Harvard University Press.

Sorokin, P. A. – Merton, R. K. [1937]: Social Time. A methodological and Functional Analysis, In.: *American Journal of Sociology*, Vol. 5. 615-629

Southerton, D. [2003]: Squeezing Time: Allocating Practices, Coordinating Networks and Scheduling Society. *Time & Society* 12(1): 5-25.

Southerton, D. [2006]. Analysing the Temporal Organization of Daily Life: Social Constraints, Practices and Their Allocation. *Sociology* 40(3): 435-454.

Southerton, D. – Tomlinson M. [2005]. Pressed for Time’–the Differential Impacts of a ‘Time Squeeze. *The Sociological Review* 53(2): 215-239

Spéder, Zs. [1994].: Háztartásgazdaság, 0-24 óráig. In: *Ökotáj : A Zöld hálózat lapja* ISSN 1216-6871. - 7-8. - p. 21-27.

Spéder, Zs. [1991]: A piaci termelés, az állami ellátás és a háztartási önellátás kapcsolódásai a jólétermelésben. *Esély*, 1991/3.

Sullivan, O. [2007]. “Cultural Voraciousness– a New Measure of the Pace of Leisure in a Context Of harriedness’.” *electronic International Journal of Time Use Research* 4(1): 30-46.

Sullivan, O. – Gershuny, J. [2001]: Cross-National Changes in Time-Use: Some Sociological (Hi)stories Re-examined. *British Journal of Sociology* 52. (2): 331-347.

Sullivan, O. – Gershuny, J. [2004]: Inconspicuous Consumption: work-rich, time-poor in the liberal market economy. *Journal of Consumer Culture*, 4. (1): 79-100.

Sullivan, O., – Gershuny J. [2013]: Domestic Outsourcing and Multitasking: How Much Do They Really Contribute? *Social Science Research* 42(5): 1311-1324.

Sullivan, O., – Gershuny J. [2016]. The Speed up Society in Uk? in *The 38th International Association for Time Use Research*. Seoul.

Szalai S. (Szerk.) [1978]: Idő a mérlegen. 12 ország városi és városkörnyéki népességének napi tevékenységei a Nemzetközi Összehasonlító Időmérleg Kutatómunkálat tükrében. Budapest: Gondolat.

Székelyi, M. – Barna, I. [2002]: Túlélőkészlet az SPSS-hez, Typotex.

Szél, B. [2007]: Társas lények szövetsége és magánya. Párkapcsolatok elméleti (és gyakorlati) problémái. Doktori alapszigorlat módszertan esszéje.

Szollos, A. [2009]: Toward a Psychology of Chronic Time Pressure Conceptual and Methodological Review. *Time & Society* 18 (2-3): 332-350.

Tait, M – Padgett, M. Y. – Baldwin, T. T. [1989]: Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender as a function of the date of the study. *Journal of Psychology*, 74, 502-507.

Thompson, E.P. [1990]: Az idő, a munkafegyelem és az ipari kapitalizmus. In: *Időben élni*. Budapest: Akadémiai Kiadó, 60-116.

Tschammer-Osten, B. [1979]: *Haushaltswissenschaft*, Stuttgart/New York, 1. p.

Utasi Á. [2011]: Szubjektív feszültség és munkastressz a házások életében. Összehasonlítás Európa 24 országában. In: Nagy I. - Pongrácz T. (Szerk.): *Szerepváltozások. Jelentés a nők és a férfiak helyzetéről 2011*. Budapest: TÁRKI – Nemzeti Erőforrás Minisztérium.

Vasa, L. [2010]: *Háztartás-gazdaságtan elméleti alapjai*. Műegyetemi Kiadó, Budapest

Veblen, T. [2016]: *The Theory of the Leisure Class*. CreateSpace Independent Publishing Platform.

Vörös, M. [1996]: Fogyasztás és kultúra. *Replika* 21-22 szám, 77-79.

Wallerstein, I. – Smith, J. [1992]: *Creating and Transforming Households: The Constraints of the World-Economy*. Cambridge University Press.

Wallerstein, I. (1984): Household Structures and Labor Force Formation in the Capitalist World Economy. In: Smith, Joan – Immanuel Wallerstein – Hans-Dietrich Evers (eds.): *Households and the World Economy*. Beverly Hills: Sage, 17–22.

Warde, A. – Hetherington, K. [1994]: English households and routine food practice: a research note. The Sociological Review.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/j.1467-954X.1994.tb00109.x>

Weber, M. [1982]: Protestáns etika és a kapitalizmus szelleme. Budapest, Gondolat Kiadó.

Weber, M. [1992]: Gazdaság és társadalom: a megértő szociológia alapvonalai. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó.

Weigert, A. J. [1981]: Sociology of Everyday Life. N. Y.-London.

Wilensky, H. [1960]: Work, careers and social integration. In: Soc. Sci. J. 12: 543-560.

Wilk, R. – Netting, R. [1984]: Household: Changing Forms and Functions. in.: szerk.: Netting, R. – Wilk, R. – Arnould, E. [1984]: Households. Comparative and Historical Studies of the Domestic Group. University of California Press, 1-29.

Wilson, J. [1980]: Sociology of Leisure. Annual Review of Sociology, Vol. 6., 21-40.

Wnuk-Lipinski, E. [1976]: Egy országos időmérleg-vizsgálat ismertetése: a lengyel példa. In szerk.: Falussy, B. [1976]: A szabadidő szociológiája. Gondolat Kiadó. Budapest.

Zerubavel, E. [1981]: Hidden Rhythms. Schedules and Calendars in Social Life. University of California Press

Saját publikációk a témában

Altorjai, Sz. – **Giczi, J.** – Sik, E. [2003]: Változó idők: Etűdök az élet üteméről. Századvég, 2. szám 3-41. o.

Magyar Szociológiai Társaság Polányi Károly díja

Altorjai, Sz. – **Giczi, J.** – Sik, E. [2004]: Az élet ritmusa. Budapest, KSH.

Giczi, J. [2007]: Az idők napi életritmusa. In: Giczi Johanna (szerk.): Öregedés-öregség. Tanulmánykötet. KSH, Budapest.

Giczi, J. [2008]: A szubjektív jólét megítélése időskorban. In.: Lakatos Judit (szerk.): Aktív időskor. Tanulmánykötet. KSH, Budapest.

Giczi, J. – Gregor, A. [2016]: Idő(s)mérleg: Férfiak és nők időfelhasználásnak változásai az időskor felé haladva. TNTeF Journal, 6. évf. 1. 132-157