

Kakovost življenja

Revija za univerzalno odličnost

Journal of Universal Excellence

Letnik 11, številka 3, september 2022

Volume 11, Issue 3, September 2022

ISSN 2232-5204

Izid publikacije je finančno podprla ARRS iz naslova razpisa za sofinanciranje domačih znanstvenih periodičnih publikacij.

The journal is subsidised by the Slovenian Research Agency.

GLAVNI IN ODGOVORNI UREDNIK /

EDITOR IN CHIEF

B O R I S B U K O V E C

GOSTUJOČA UREDNICA /

GUEST EDITOR

M A R I J A O V S E N I K

UREDNIŠKI ODBOR /

EDITORIAL BOARD

Milan Ambrož - Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu,
Slovenija

Janez Gabrijelčič - Združenje rastoče knjige sveta, Slovenija
Hiroko Kudo - Univerza Chuo, Japonska

Cornell W. Clayton - Državna univerza Washington, ZDA

Petr Jüptner - Karlova univerza v Pragi, Češka

Annmarie Gorenc Zoran - Fakulteta za organizacijske študije v Novem
mestu, Slovenija

Luca Brusati - Univerza v Udinah, Italija

Mirko Markič - Univerza na Primorskem, Slovenija

Matjaž Mulej - Univerza v Mariboru, Slovenija

Marija Ovsenik - Univerza v Ljubljani, Slovenija

Daniel Klimovský - Komenskega univerza, Slovaška

Anca-Olga Andronic - Spiru Haret University, Romunija

Razvan-Lucian Andronic - Spiru Haret University, Romunija

Lea-Marija Colarič-Jakše - Visoka šola za upravljanje podeželja Grm
Novo mesto

Naslov uredništva / Editorial address:

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu

Ulica talcev 3

8000 Novo mesto, Slovenija



166

**VPLIV OKOLJA IN DELOVNEGA ŽIVLJENJA
NA KAKOVOST ŽIVLJENJA**

Renata Vovk

179

**VPLIV DELOVNIH FAKTORJEV NA
STORILNOST IN KAKOVOST ŽIVLJENJA**

Denis Janc

195

**VPLIV SAMOKOVČINGA NA KAKOVOST
ŽIVLJENJA**

Simona Pavlin Repovž

206

**KAKOVOST ŽIVLJENJA V BLIŽINI JEDRSKIH
ELEKTRARN**

Mateja Tomažin

222

VPLIV OKOLJA NA KAKOVOST ŽIVLJENJA

Mateja Zakšek

246

**OBROBJA DRUŽBE SKOZI RAZLIČNA
OBDOBJA REKE ŽIVLJENJA**

Dušica Kunšek Rihtar

258

KAKOVOST ŽIVLJENJA SODOBNEGA ČASA

Katarina Grozina

271

**KAKOVOST ŽIVLJENJA – RAVNOVESJE
POKLICNEGA IN ZASEBNEGA ŽIVLJENJA**

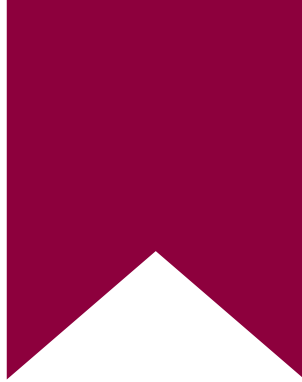
Ida Cvitkovič



UVODNIK

K TEMATSKI ŠTEVILKI

KAKOVOST ŽIVLJENJA



Čas, v katerem živimo, nedvomno pomeni izziv človeški zgodovini. Dinamika sprememb je večja od dinamike odzivov. Dileme okolja, povzročene s spremembo, pa so hkrati družbeno in intimno vprašanje. Med človekom, kulturo in naravo se ustvarjajo časovne sence. Osrednjo vlogo v času sprememb dobiva človek z intelektualno, emocionalno in duševno komponento.

Zato se zdi pomembno, da se problematike razmišljujoče, analitično in inovativno lotevajo tudi študentje podiplomskega študija. Tokrat predstavljamo njihove seminarske naloge kot izraz njihovega ustvarjalnega duha. V delu, ki je pred nami vizijo empatičnega življenja študenti soočajo skozi model Reke življenja z obrobji družbe, spregovorijo o kakovosti življenja, kot o filozofiji življenja in življenju samem. Pišejo o srečevanju in povezovanju generacij, o potrebni sinergiji, ki naj bi, kot sociotehnični imaginarij postala lepilo jutrišnje družbe. Ne poudarjajo le pomena in vpliva tehnologije na inovacije, ampak, kot zrno modrosti, identificirajo njen pomen za kakovost življenja nas vseh.

Nedvomno gre za retrovacijski izziv kako doseči premik paradigme, gre torej za razmislek o temeljnih izzivih prevladujočih načinov mišljenja. In gre za alternativni pristop k iskanju pomena samouresničevanja posameznika za njegovo kakovost življenja.

O kakovosti življenja v bližini jedrskih elektrarn, o vplivih le teh na življenje v njihovem okolju, spregovorijo na način, ki opominja na potrebo pristopov, ki zahtevajo širšo perspektivo za vgrajevanje inovacij v prevladujočo kulturo, strukturo in kakovost vsakdanjega življenja.

Novi, inovativni pristopi in pripravljenost pridobiti sposobnost, da le te vgradimo v sodobne prakse, ponujajo vero v možnost njihove uresničitve. Verjamem, da bomo za avtorje teh prispevkov še slišali.

zasl. prof. ddr. Marija Ovsenik, gostujoča urednica

Vpliv okolja in delovnega življenja na kakovost življenja

Renata Vovk*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 3,
8000 Novo mesto, Slovenija
renatka.vovk@gmail.com

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kakšni so vplivi okolja ter delovnega življenja na kakovost življenja?

Namen: Kakovost življenja se iz leta v leto spreminja. Namen in cilj je pripraviti pregled trenutnega stanja in predlagati pristope h izboljšavi.

Metoda: V raziskavi smo uporabili kvalitativno metodo, ki temelji na analitičnem preučevanju. In sicer smo preučevali obstoječo literature, članke ter na podlagi osebnih izkušenj podali mnenje ter predloge k izboljšavi.

Rezultati: Ugotovili smo, da delo ni ločena dimenzija od ostalih sestavin človekovega življenja, ampak da delovno življenje prav tako vpliva na ostale vidike posameznikovega življenja.

Organizacija: Podjetje-organizacija ter država in širša okolica so sestavni del makro okolja, le ti pa lahko s svojo politiko podpirajo in spodbujajo svojo družbo.

Družba: Ljudje morajo uravnavati zasebno življenje in kariero, potencialni zaslužek, s preživljanjem časa z družino, država pa bi jim morala zagotoviti najboljše možne pogoje za življenje.

Originalnost: V delu smo predstavili pomembne dejavnike, ki vplivajo na kvaliteto življenja in delovnega življenja. Le ti so primerni, da se jih izpostavi ter analizira in poda predloge za izboljšanje.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Omejili smo se na pregled obstoječih člankov in vsebin, ki se navezujejo na vpliv življenjskega ter delovnega okolja na življenje. Nadaljevali bi lahko z raziskavo, ki bi jo nadgradili z anketami v določeni organizaciji ali regiji.

Ključne besede: kakovost življenja, staranje, delovna doba, etnična skupina, kriza, zadovoljstvo, dolžniška, zaposlitev.

1 Uvod

V današnjem svetu smo podvrženi velikim spremembam. Pojavlja se nam vprašanje kako vplivi okolje v katerem živimo ter delovnega življenja na kakovost življenja? Želja po materialnem blagostanju je v današnjih časih pri ljudeh čedalje večja. Zato bi lahko rekli, da je definicija kakovosti življenja zelo relativna, vsaj v razvitem delu je tako. Tako v svetu, Evropi in tudi pri nas so v ospredju globalne krizne razmere, od stagnacije in inflacije do dolžniške krize. V zadnjem obdobju povzroča negotovost tudi ukrajinsko-ruska vojna, energetska in prehranska kriza.

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

Prejeto: 6. november 2022; revidirano: 14. november 2022; sprejeto: 1. december 2022. /

Received: 6th November 2022; revised: 14th November 2022; accepted: 1st December 2022.

V članku smo si postavili raziskovalno vprašanje kakšen je vpliv okolja v katerem živimo ter delovnega okolja na življenje.

Kakovost življenja se iz leta v leto spreminja. Namen in cilj je pripraviti pregled trenutnega stanja in predlagati pristope h izboljšavi. Predstavljeni so tudi napotki kako kakovostno živeti.

2 Teoretična izhodišča

Ljudje stremimo k kakovostnejšemu življenju, zato iščemo ravnotežje med službo, družino in prostim časom, ki je namenjen le nam. Kot navaja Svetlik (1996, str.5) kakovost življenja ni odvisna le od sredstev, ki jih imajo ljudje na voljo, ampak predvsem od tega, kako ta sredstva uporabljajo. Fahey, Nolan in Whelan (2003, str.14) definirajo kakovost življenja kot celotno blaginjo posameznika. Blaginjo ne predstavljajo le življenjski pogoji, ki jih ima posameznik

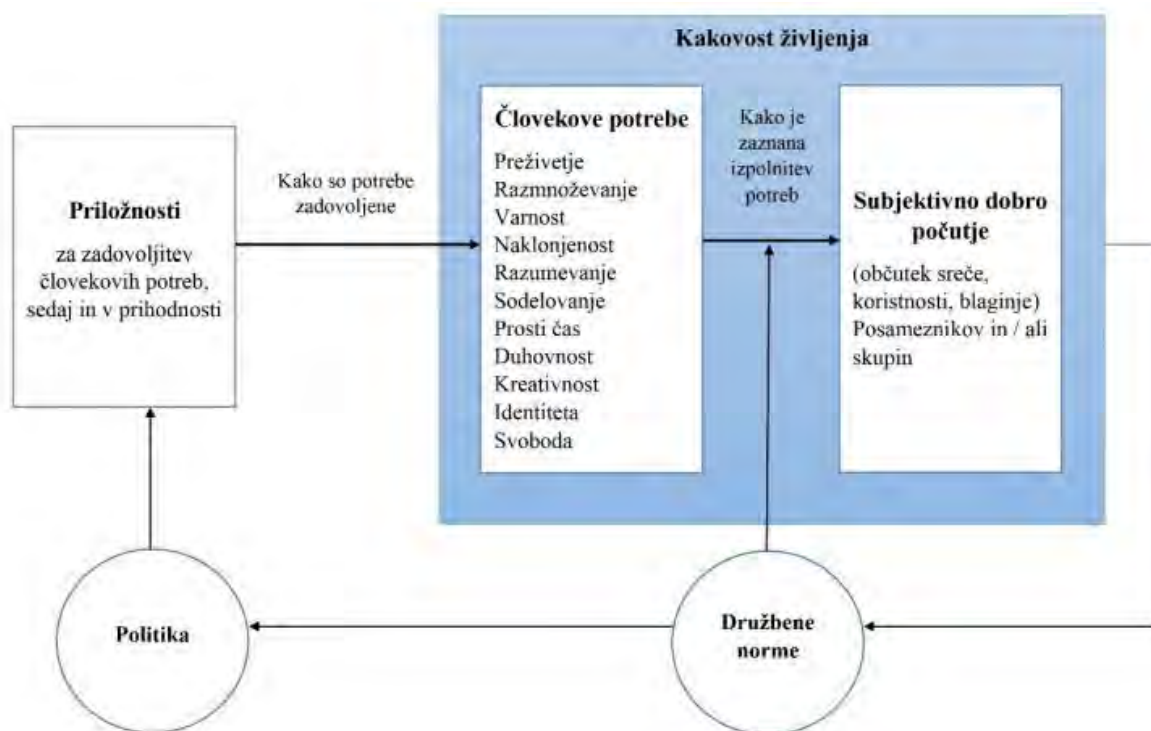
Ko govorimo o kakovosti življenja, govorimo o temi, ki ima obsežno pot razvoja in je največji pomen v družboslovju dobila v šestdesetih letih, v Sloveniji v osemdesetih. Raziskovalci so se najprej ukvarjali s številnimi vprašanji – kako izmeriti kakovost življenja. Nanaša se na blaginjo posameznikov v širšem smislu in je definirana glede na želene osnovne vrednote in družbene cilje, ki prevladujejo. Ti so predvsem minimalni dosežek življenjskega standarda, enaka razdelitev življenjskih priložnosti in zadovoljena potreba po socialni varnosti (First European Quality of Life Survey – Life satisfaction, happiness and sense of belonging 2005, str. 5) na voljo in možnost nadzora nad viri, temveč tudi, kaj posameznik čuti do svojega življenja.

Fahey, Nolan in Whelan so izpostavili tri karakteristike kakovosti življenja(Albert in drugi 2004, str.1):

- Kakovost življenja se nanaša na posameznikovo življenjsko situacijo (mikroperspektiva), kjer igrajo ključno vlogo okoliščine, v katerih živi posameznik in njegovo zaznavanje oziroma razumevanje le teh. Pri tem je pomembno poznavanje ekonomske in socialne situacije države v kateri posameznik živi, saj le tako lahko posameznika umestimo v ustrezen kontekst.
- Kakovost življenja je multidimenzionalni koncept. Upoštevati je potrebno različna področja življenja in ne le prihodka in materialnih dobrin. Ta način je prevladoval v mnogih predhodnih raziskavah. Poleg upoštevanja različnih dimenzij je ključnega pomena tudi njihov medsebojni odnos.
- Kakovost življenja je mogoče meriti z objektivnimi in subjektivnimi kazalci. Subjektivni kazalci nam pomagajo identificirati posameznikove cilje in orientacije. Šele ko subjektivno oceno povežemo z objektivnimi življenjskimi pogoji, dobimo celotno sliko kakovosti življenja.

Kakovost življenja je skupek dejavnikov, ki človeku dajejo dobro počutje, tako materialno kot čustveno. Z drugimi besedami, kakovost življenja je vrsta pogojev, ki jih mora posameznik uživati, da lahko zadovolji svoje potrebe. To, da ne gre le za preživetje, ampak tudi udobno živeti.

V sliki 1 je prikazana pomembnost za doseg kakovosti življenja skozi povezavo med potrebami človeka in potrebo po njihovi izpolnitvi, kot subjektivni potrebi, katere so prikazane za dobro počutje. Skupek človekovih potreb kot so preživetje, razmnoževanje, varnost, naklonjenost razumevanje, sodelovanje, prosti čas duhovnost, kreativnost, identiteta, svoboda tvori subjektivno dobro počutje, ki se odraža kot občutek sreče, koristnosti ali blaginje. Dobro počutje lahko pripada tako posamezniku kot skupni.



Slika 1. Kakovost življenja kot odnos med človekovimi potrebami in subjektivno potrebo po njihovi izpolnitvi.
Prirejeno po: R. Constanza et al., *Quality of Life: An approach integrating opportunities, human needs and subjective well-being*, 2007, str. 269.

Da so potrebe zadovoljene pa je faktorjev več. Med njih sodijo družbene norme, ki se nadaljujejo v politiko in nenazadnje v priložnosti, ki se pokažejo za zadovoljitev človekovih potreb sedaj in v prihodnosti.

Kakovost življenja zajema različne vidike, ki so lahko subjektivni, na primer uživanje prostega časa za hobije ali cilje, na primer imeti dom z vsemi osnovnimi storitvami. Kakovost življenja govori o tem, kako smo zadovoljni s svojim življenjem in kakšen občutek imamo o sebi. Življenjski standard pa se nanaša na zadovoljitev potreb, kot so: hrana, bivalni prostor, obleka in podobno. To sta dva pojma in sta pogosto zamenjana in sploh ni nujno, da sta povezana. Visok življenjski standard še ne pomeni, da imajo zato ljudje visoko kakovost življenja. Tu bi lahko izpostavili predvsem oglaševalce, ki vplivajo na to, da ljudi prepričajo o kakovosti nekega izdelka oziroma storitve in da bo to »nenadoma povečalo kakovost našega življenja in izboljšalo življenjski standard«. V takšnem primeru gre tudi za gospodarske in politične taktike, v katerih si npr. gospodarstveniki in politiki ustvarjajo večji dobiček. Kakovost življenja se osredotoča

predvsem na povečanje sredstev, s katerimi si ljudje pomagajo oziroma povečajo kakovost življenja.

Da lahko opišemo gospodarske razmere v posamezni državi, uporabimo objektivne kazalce, kot je na primer domači bruto proizvod na prebivalca neke države in subjektivne ocene materialnih razmer, v katerih živijo posamezniki (Uhan 2004, str. 197).

Uhan (2004) navaja, da na delitev dohodka ne vpliva samo izobrazba in zaposlitev, temveč tudi spol in starost, ki imata še vedno pomembno vlogo. Vsako deseto gospodinjstvo v EU pa ima težave z denarjem. V teh gospodinjstvih so člani omejeni glede nakupov osnovnih potrebščin (hrana, obleka, ...). Najslabše razmere so v državah kandidatkah za vstop v EU (Turčija, Romunija in Bolgarija), saj ima v teh državah približno polovica prebivalcev denarne težave in na splošno težave s preživetjem (str. 197–198).

3 Metoda

Pri iskanju literature smo uporabili ključne besede in poiskali sorodne knjige, članke, magistrska dela, doktorske disertacije, monografije, diplomska dela in ostalo primerno literaturo. Pri raziskavi smo se omejili na literaturo objavljeno v zadnjih dveh desetletjih in to uporabili kot kriterij. V veliko pomoč so nam bili članki revije univerzalne odličnosti. Z iskanjem po ključnih besedah smo poiskali literature ter članke. Članke smo iskali na Google Učenjak, članke, magistrske naloge ter ostalo primerno literaturo.

Tabela 1. Pomembne ključne besede

Ključne besede za iskanje literature

Slovenske besede	Angleške besede
kakovost življenja,	quality of life
staranje	Aging
delovna doba	seniority
etična skupina	ethical group
kriza	crisis
zadovoljstvo	satisfaction
dolenjska	Dolenjska
zaposlitev	employment

Z iskanjem po ključnih besedah smo poiskali literature ter članke. Najbolj pogoste ključne besede po katerih smo izvedli poizvedovanje skozi brskalnik Google učenjak le te so navedene v tabeli 1.

Uporabljeno literaturo, ki je predstavljena v tabeli 2, smo preučili in iz nje izluščili bistvene ugotovitve na temo kakovosti življenja posameznih avtorjev, strokovnih del in te ugotovitve so navedene tudi v teoretičnih izhodiščih.

Tabela 2. Ključne ugotovitve

Avtor, letnica	Ključne ugotovitve
Svetlik, (1996)	Kakovost življenja ni odvisna le od sredstev , ki jih imajo ljudje na voljo, ampak predvsem od tega, kako ta sredstva uporabljajo
Uhan, (2004)	Na delitev dohodka ne vpliva samo izobrazba in zaposlitev, temveč tudi spol starost, ki imata še vedno pomembno vlogo.
Ringén, (1985)	Odnos med dohodkom gospodinjstva in kakovostjo življenja je odvisen, med drugim, od potreb članov gospodinjstva .
Uhan, (2004)	Zdravje se uvršča med pomembne vidike raziskav o kakovosti življenja in tu vrh prednostnih ciljev prebivalcev EU.
Treven, (1998)	Vključevanje ljudi v vzgojo in izobraževanje pa pomeni spremembo kvalitete celotnega sistema vzgoje in izobraževanja
Požarnik, (2003)	Znanje pa mora vsak »graditi« z lastno miselno dejavnostjo.

Pregledali smo literaturo in pripravili povzetke posameznih avtorjev. V tabeli 2 so ključne ugotovitve posameznih avtorjev. Besede, ki so odebeljene predstavljajo osrednjo ugotovitev z namenom boljše preglednosti, ugotovitve in analiziranja. Ključne ugotovitve smo v nadaljevanju povzeli in povezali v nadaljevanju.

Svetlik (1996) ugotavlja, da kakovost življenja ni odvisna le od sredstev, ki jih imajo ljudje na voljo, ampak predvsem od tega, kako ta sredstva uporabljajo. Uhan (2004) opredeljuje, da na delitev dohodka ne vpliva samo izobrazba in zaposlitev, temveč tudi spol in starost, ki imata še vedno pomembno vlogo, izpostavlja pa tudi, da se zdravje uvršča med pomembne vidike raziskav o kakovosti življenja in tudi na vrh prednostnih ciljev prebivalcev EU. Ringén (1985) poudarja, da odnos med dohodkom gospodinjstva in kakovostjo življenja je odvisen, med drugim, od potreb članov gospodinjstva. Treven (1998) ugotavlja, da vključevanje ljudi v vzgojo in izobraževanje pomeni spremembo kvalitete celotnega sistema vzgoje in izobraževanja. Požarnik (2003) izpostavi, da mora znanje vsak »graditi« z lastno miselno dejavnostjo.

4 Rezultati in razprava

4.1 Staranje

Zdravje se uvršča med pomembne vidike raziskav o kakovosti življenja in tudi na vrh prednostnih ciljev prebivalcev EU. »Skrb za zdravje prebivalcev je naloga vsake članice evropske unije, Evropska komisija pa nastopa kot usklajevalec varovanja zdravja in uravnava pretok informacij med zdravstvenimi sistemi članic EU« (Uhan 2004, str. 202).

Staranje (s tujko senescenca, iz latinske besede senex - »starec« oz. »starost«) je biološki proces, ki se odraža kot postopno slabšanje fizioloških funkcij organizma, kar zmanjšuje njegovo sposobnost vzdrževanja ravnovesja v telesu, s tem pa povečuje občutljivost na spremembe (Wikipedija, b.d.). Gre za kompleksen in še ne povsem razumljen splet pojavov, ki vplivajo na organizem v odrasli dobi življenja in se na koncu zaključijo s smrtjo. V zadnjih

letih-desetletjih se podaljšuje življenjska doba- zvišuje se povprečna starost ob smrti in znižuje prezgodnja umrljivost (pred 65. letom).

Znižuje se umrljivost novorojenčkov- kar kaže na kazalnik kakovosti zdravstvene oskrbe in splošnega zdravstvenega stanja populacije. Ljudje smo namreč potrebovali 200.000 let, da smo na Zemlji dosegli populacijo ene milijarde. Za to, da nas je sedaj že nekaj več kot sedem milijard, pa smo potrebovali pičlih 200 let. Tak trend rasti bi bil že v naslednjem stoletju nevzdržen, a na srečo se svetovna rast prebivalstva umirja. Z besedo staranje opisujemo podaljševanje časa od nastanka organizma do njegove smrti, večji pojavnosti nekaterih bolezni, upadu različnih spretnosti in sposobnosti.

Uhan (2004) navaja, da v raziskavah, kjer preučujejo kakovost življenja glede zdravja, nastopa samoocena zdravja kot temeljna razsežnost zdravstvenega statusa. Po podatkih preteklih raziskav so prebivalci novih članic EU manj zadovoljni z zdravjem kot prebivalci starih članic EU. Najslabše rezultate dosegajo baltske države (Estonija, Latvija in Litva). Razlike glede samoocene zdravja so povezane z družbenim položajem. »Praviloma je ocena zdravstvenega stanja nižja, če je nižja izobrazba anketirancev« (Uhan 2004, str. 203).

Pojavlja se vprašanje ali naj prevlada kakovost ali trajanje življenja? Ljudje pozabljamo, da dolgoživost prinaša tudi stroške-ekonomske. Nikakor ne gre preko teme skrbi za starejše. S tem mislim o izpostavljeni visokemu tveganju za revščino in socialno izključenost. Kot je bilo omenjeno staranje prebivalstva prinaša vedno več upokojenih in manj zaposlenih. V domovih za ostarele so nemalokrat pogoji za bivanje neprimerni (4-5 postelj v sobi, premalo kadra,...), finančno nedostopni, dolge čakalne vrste,... Okrepiti bi se moralo prizadevanje, da starejši ostajajo v domačem okolju čim dlje.

Vsi se moramo zavedati, da je vsak od nas na poti k starosti. Organizacijsko bi bilo treba prevzeti skrb za starostnike, ki le to potrebujejo (dostop do nujnih prehranskih paketov, da je poskrbljeno tako za človeško telo pa tudi socialni vidik ni zanemarjen). Zanimivo bi bilo pod črto potegniti nazadnje tako-željan ugodnejši finančni zaključek. Oseba, ki bo primerno hranjena, v primerni zdravstveni in socialni kondiciji vsekakor ne bo strošek v tolikšni meri kot bi bila sicer.

Sodobna družba je tako postavljena pred vprašanje, ali naj še naprej poskuša podaljševati pričakovano trajanje življenja, ali pa naj dragocene resurse raje usmeri v izboljšanje kakovost življenja ob danem pričakovanem trajanju življenja. Drugače povedano, ali naj se življenju še naprej dodajajo leta ali pa naj se letom dodaja večja kakovost življenja. Če se bo življenje daljšalo hitreje, kot se bo povečevala njegova kakovost, bodo stroški, povezani s starostjo, naraščali hitreje kot bodo naraščale dobrobiti daljšega življenja, in slej ko prej bomo trčili ob problem (pre)obremenjevanja mlajše generacije s stroški starejše.

Težave s tem se pojavljajo že zdaj. Živimo v socialni državi, kjer sta zaposlitev in socialna varnost v veliki navezi in seveda hkrati velikega pomena. Za pokojnine, invalidnine, otroške

dodatke,...prispevajo zaposleni. Na ta način se poskrbi za najranljivejše člene. Med najranljivejšimi člani bi bilo primerno, da izpostavimo starejše, brezposelne,... Glede za to, da je v Sloveniji vedno manj delovno aktivnega prebivalstva je tudi v pokojninski blagajni nevzdržno. Po dostopnih podatkih naj bi se stanje nekoliko izboljševalo s socialnimi transferji. Dvig minimalne pokojnine, dvig denarne socialne pomoči,...je nekako ublažil revščino. Se pa pojavlja vedno več revščine tudi med visoko izobraženimi, zaposlenimi in samozaposlenimi. In več kot očitno je potrebno poseči na trg dela.

Tu govorimo o golem finančnem preživetju, ki pa nikakor ni odraz kakovostnega življenja. Prav je, da se zaposlijo vsi, ki delo še/že lahko opravljajo. Država je v to smer zaznala potrebo po reševanju. Namenjenih je bilo ne malo sredstev v pilotski program aktivacije brezposelnih- o smiselni uporabi tega več milijonskega finančnega vložka bi se dalo razgovarjat.

4.2 Delo in delovna doba

Da se dotaknemo delovne dobe-delovnega življenja. Govorimo o osrednjem delu naših življenj. To je del dneva, ki je najvitalnejši in je izrednega pomena v kakšnem okolju in z kakšnimi odnosi ga preživljamo. Le ti odnosi imajo pomemben vpliv na storilnost, zavzetost in uspešnost delovnih sil in hkrati zelo pomembno kakovost naših življenj v celoti.

Dohodek je pomembno, čeprav pomanjkljivo merilo človeškega dostopa do sredstev in njihove kakovosti življenja. Odnos med dohodkom gospodinjstva in kakovostjo življenja je odvisen, med drugim, od potreb članov gospodinjstva. Na najbolj osnovni ravni se potrebe razlikujejo glede na število ljudi, prisotnih v gospodinjstvu. Skandinavski koncept blaginje izhaja iz raziskav življenjske ravni in je razdeljen na več delov. Podatki se zbirajo na podlagi reprezentativnega vzorca anketiranih. Ena izmed pomembnih mer splošne blaginje je tudi razpoložljivi dohodek (Ringen 1985, str. 103).

Bila je pred leti gospodarska kriza, ki je pustila pomembno razmerje med zaposlenimi in brezposelnimi. Vse več je brezposelnih in s tem tudi brez rednega dohodka. Tudi zakonodaja leta 2012 je pustila svoj pečat- prispevki so se znižali ali so bili ti težje dostopni (malice, štipendije,...). Plače se ne višajo v sorazmerju z življenjskimi stroški. ... Glede za to, da je v Sloveniji vedno manj delovno aktivnega prebivalstva vsekakor ni dobra iztočnica za pokojninsko blagajno. Po dostopnih podatkih naj bi se stanje nekoliko izboljševalo s socialnimi transferji. Dvig minimalne pokojnine, dvig denarne socialne pomoči,...je nekako ublažil revščino. Se pa pojavlja vedno več revščine tudi med visoko izobraženimi, zaposlenimi in samozaposlenimi. In več kot očitno je potrebno poseči na trg dela.

Tu govorimo o golem finančnem preživetju, ki pa nikakor ni odraz kakovostnega življenja.

Država veliko finančnega vložka nameni zaposlovanju mladih. Pa vendar jih je ne malo še vedno v poznih dvajsetih študijsko aktivnih, kar seveda podpiramo-kaj pa zaposlitev? Ni izkušenj, ni odnosa do dela in delodajalcev, želijo se zaposlitve z pridobljeno izobrazbo s primernim plačilom, kar je seveda razumljivo. Ampak, po drugi strani pa delodajalci želijo

osebe, ki bi imele izkušnje, kar je nemalokrat razlog za nezaposljivost in nezaupanje v kakovostno delo osebe. Se strinjamo, da na mladih svet stoji, pa vendar bi se lahko celostno naredila sprememba. Naj učenci zaključijo študij do določene stopnje izobrazbe. Ko se opredelijo za določeno izobraževanje (npr. smer medicina, strojništvo,...) v prihodnjih letih naj pristopi ob tem tako država, bodoči delodajalci, itd...Naj se pristopi z možnostjo študija ter hkrati delom. Država bi del sredstev, ki jih v tem trenutku namenja programom za zaposlitev z vzpodbudami na način raznih subvencij namenila prav tako delodajalcu. Vendar bi ta delodajalec svojega bodočega zaposlenega že izobraževal v želeno smer, hkrati pa bi učenec pridobil znanje, ki ga bo kakovostno uporabil pri svojem delu, prenos bi potekal tudi medgeneracijsko,... Korist bi bila tako na strani zaposlenega kot delodajalca.. Se strinjamo, da je fluktuacija novih generacij obsežnejša se pa vsaj delno razbremeni, usmeri in ne čaka predolgo, da se delovni potencial pri mladih izkoristi. Mladim zaposlitev prinese dohodek, ki je pomemben za njih same. Zaslužek je prav tako dobrodošel tudi za osebe, ki tega šolarja vzdržujejo npr. starši. Izobrazba je pomemben dejavnik posameznikove blaginje in njegove uspešnosti. Raziskave kažejo, da bolj izobraženi posamezniki živijo dlje in imajo manj zdravstvenih težav.

4.3 Etnična skupina - Romi

Govorili smo o socialni državi o tem kako se poskrbi za najranljivejše. Slovenija sodi tudi med pravne države. Romi. Zakone, ki jim omogočajo otroške doklade in socialne dodatke zelo dobro poznajo in jih znajo uveljaviti. Slovenska država jim to dovoli in drznemo si zapisati, da so prav slovenski državni organi krivi, da so Romi postali takšni kot so.

Slovenska ustava določa, da se položaj in posebne pravice romske skupnosti, ki živi v Sloveniji, določijo z zakonom. Ustava v primerjavi z ustavno ureditvijo položaja in posebnih pravic italijanske in madžarske narodne skupnosti (64. člen Ustave Republike Slovenije) ne določa kolektivnih in individualnih pravic, ki naj bi pripadale romski skupnosti in njenim pripadnikom, temveč njihovo urejanje v celoti prepušča zakonu.

Na osrednjem spletnem mestu državne uprave Slovenije GOV.SI navajajo, da je bil namen zakonodajalca leta 2007, ko je bil sprejet Zakon o romski skupnosti v Republiki Sloveniji, da se romski skupnosti kot manjšinski skupnosti v Sloveniji podelijo posebne pravice, ki ji bodo omogočale ohranjanje in razvijanje kulture, jezika in etničnih posebnosti ter sodelovanje tako na lokalni kot državni ravni.

Slovenski pravni organi tako ministri do predsednika vlade so poklicani in s strani državljanov podprti, da poskrbijo, da se zagotovi spoštovanje pravne države. Dosedanje vlade mandatov niso izkoristili za uresničitev pričakovanega – niso zaprli tistih, ki znova in znova počnejo kazniva dejanja, niso odvzeli otrok tistim, ki kršijo njihove pravice, živijo pa od bonitet, niso porušili nezakonito postavljenih objektov. Očitno je, da gre za dvojna merila, kar je pravno in moralno nedopustno!

Slovenca-civila bodo za lažjo obliko kaznivega dejanja zaprli, roma za težjo, pač ne. Kdo je torej diskriminiran? Če bi kdorkoli postavil brez dovoljenja barako ali kak drugačen objekt, četudi na svoji zemlji, bi mu državni organi s pomočjo inšpekcij in v zadnji fazi tudi policije, to ob ustreznih odločbah seveda porušili. Kot je razvidno iz napisanega je pereče področje, za katerega se ni našla ali upoštevala še nobena možna rešitev.

Dejstvo je, da imamo primere, ko so romski otroci v šoli zato, ker morajo biti zaradi prejemanja socialni transferjev. Pogoji za prejemanje denarja je namreč prav redno obiskovanje pouka. Če prejemanja teh denarnih pomoči ne bi bilo, bi bil obisk šol verjetno še bistveno nižji. Pogosto so starši krivi, da otroci ne hodijo v šolo, da obdržijo svoje otroke doma. Za večino Romov izobrazba pač ni pomembna, ni vrednota prav tako jim ni pomembna tudi zaposlitev.

Romi na Dolenjskem še vedno živijo v zelo slabih razmerah, razlog za to je, da se je z romsko problematiko na Dolenjskem zelo malo ukvarjalo (lokalna skupnost in država), zgled bi morali poiskati pri Romih v Prekmurju.

V grobem bi lahko dejali, da diskriminacija vsekakor je prisotna, državni organi primernih ukrepov ne poznajo. Torej nam Slovencem ostane dilema ali postanemo kot romska populacija ali se še vedno oglašamo, opozarjamo, ukrepamo tudi izven meja, pričakujemo pomoč EU...

Izobraževanje je vseživljenjski proces. Začne se z vzgojo predšolskih in šolskih otrok, mladostnikov in odraslih oseb, ki so različnih starosti. Izobraževanje je povezano s pridobivanjem znanja in je tako pomemben dejavnik razvoja. Prav tako izobraževanje povezujemo z razvijanjem vrednot (takšne, ki jih uporabljamo na kateremkoli področju življenja) in inteligence. Vključevanje ljudi v vzgojo in izobraževanje pa pomeni spremembo kvalitete celotnega sistema vzgoje in izobraževanja (Treven, 1998, str. 197).

V Sloveniji potekajo številne šolske prenovе, saj je cilj tega kakovost znanja. Znanje naj bi bilo medpredmetno povezano in trajnejše. Znanje pa mora vsak »graditi« z lastno miselno dejavnostjo. Pomembno je, kaj se dogaja v človeški, natančneje v učenčevi glavi, saj je prednost, da lahko učenci samostojno razmišljajo in odkrivajo nove stvari, ne da jih samo sprejemajo od drugih (Marentič Požarnik, 2003, str. 2).

Vsekakor šolanje, izobraževanje, zaposlovanje,... je primarna rešitev trenutne situacije in upoštevanje pravne države.

4.4 Kriza

Bruyninckx, (2022, 2. ods.) predstavlja, da se je od leta 1950 število prebivalcev na svetu več kot potrojilo in doseglo skoraj 8 milijard, gospodarska proizvodnja pa se je 12-krat povečala. To izjemno rast je omogočilo silovito povečanje uporabe naravnih virov, kot so zemljišča, voda, les in drugi materiali, vključno z minerali in viri energije. Ta veliki pospešek je stotine milijonov ljudi rešil iz revščine, vendar je negativno vplival na ekosisteme in povzročil podnebne spremembe.

Od političnih koridorjev do akademskih platform, ves svet govori o globalnih krizah: zdravstveni krizi, gospodarski in finančni krizi, podnebni krizi in krizi narave. V končni fazi so to samo simptomi istega problema: naše netrajnostne proizvodnje in potrošnje. Pretres, ki ga je prinesel covid-19, je samo razkril sistemsko krhkost našega globalnega gospodarstva in družbe z vsemi neenakostmi, ki jih vsebujeta (Bruyninckx, (2022, 1. ods.).

Zgoraj predstavljeni problemi so žal nekakšna stalnica. Se je pa zadnjih letih pripetilo še svetovna kriza z pojavom covida-19, vojna v Ukrajini, prestop migrantov preko meje. Vseskozi je okoli nas tako imenovana kriza- zdravstvena, ekonomska, moralna,... So torej krize že stanje normalnega in so odraz-izraz nekih samoobrambnih mehanizmov?

Mislimo, da krize so se in se še vedno pojavljajo in se seveda hočeš nočeš tudi bodo. In če pogledamo iz vidika posameznika, da obstane ali nazaduje s standardom se zgodi isto z osebnim razvojem - obstane. V to posledico se priključi tudi družina in bližnji. V kolikor se ne uresničijo potenciali posameznikov, se izgubljajo generacije in s tem tudi daljnosežne posledice. Generacija, ki je zatrta danes pa nikakor ni obetajoča za razvoj v prihodnje. Brez tega pa so na vrsti za izgubo že naslednje generacije in krog je sklenjen.

5 Zaključek

Če naredimo kratek povzetek dela, pridemo do ugotovitev, da obstajajo razlike v dojemanju, razumevanju in doseganju kvalitete življenja in sicer zaradi gospodarskih, političnih, zakonodajnih, kulturnih in družbenih razlik. Do izraza pride sklepanje kompromisov tako za dolgoročno strategijo kot skupno dobro. Tega bi se morali zavedati vsi, sploh pa ljudje na vodilnih položajih, ki imajo v rokah vzvode moči.

V raziskovalnem delu smo se dotaknili teme staranja, dela in delovne dobe, etnične skupine-Romi ter kriz, ki so nekako naša stalnica. Pri temah smo podali lastno mnenje ter ga povezali z ugotovitvami iz pregleda literature in virov.

Ugotovili smo, da delo ni ločena dimenzija od ostalih sestavin človekovega življenja, ampak da delovno življenje prav tako vpliva na ostale vidike posameznikovega življenja.

Podjetje oz. organizacija ter država in širša okolica so sestavni del makro okolja, le ti pa lahko s svojo politiko podpirajo in spodbujajo svojo družbo.

Cilji, ki si jih postavljamo naj bodo primerni, kar pomeni, da niso previsoki ali prenizki. In nenazadnje je pomembno, da se učimo pozitivnega odnosa do življenja in prevzema nadzora nad svojimi odzivi v kontaktu z zunanjo okolico. Načinov in poti kako priti do kakovostnega življenja je veliko. Vsekakor pa je za slednje potrebno zdravje, mirnost in sreča. Le ti dejavniki so med seboj tesno povezani.

Da smo uspešni in da je naše življenje kvalitetno ne gre meriti zgolj z finančno, z materialnim premoženjem ter gospodarsko rastjo; temveč tudi, kakšna so naša zasebna življenja, kakšne so možnosti za družinsko življenje.

Vse zapisano, seveda, ni razlog za obup in brezmejni pesimizem. Ljudje morajo uravnati zasebno življenje in kariero, potencialni zaslužek, s preživljanjem časa z družino, država pa bi jim morala zagotoviti najboljše možne pogoje za življenje.

V delu smo si postavili raziskovalno vprašanje kakšni so vplivi okolja ter delovnega življenja na kakovost življenja. V odgovor bi lahko pripisali, da je kakovost življenja zmes raznovrstnih dejavnikov. Kako bo posameznik deloval si lahko sam določi na mikro nivoju. Tu si lahko posameznik sam opredeli kaj pomeni za njega kakovost življenja in delovnega življenja, kaj so njegova pričakovanja in seveda kaj so njegove prioritete. Imamo pa tudi makro okolje. Tu pa stopi v ospredje podjetje oz. organizacija ter seveda država in širša okolica. Država lahko s svojo politiko podpira in spodbuja svojo družbo slednji pa lahko delujejo tudi v drugo negativno smer.

Ne dovolimo, da bi postali izzivi postali ovira, temveč naj postanejo spodbuda za našo nadaljnjo pot.

V članku smo se omejili na pregled obstoječih člankov, literature in vsebin, ki se navezujejo na vpliv življenjskega ter delovnega okolja na življenje. Nadaljevali bi lahko z raziskavo, ki bi jo nadgradili z anketami v določeni organizaciji ali regiji.

Članek je izdelan kot del obveznosti za potrebe študijskega programa Fakultete za organizacijske študije v Novem mestu in ni bil sponzoriran z nobene strani.

Reference

1. Bruyninckx, H. (2002, 30.november). Evropska Agencija za okolje. *Življenje v času številnih kriz: zdravstvene, podnebne, gospodarske krize, krize narave ali preprosto sistemske nevzdržnosti?* Pridobljeno na <https://www.eea.europa.eu/sl/articles/zivljenje-v-casu-stevilnih-kriz>
2. Burnett, B., & Evans, D. (2020). *Designing your work life: how to thrive and change and find happiness at work*. New York: Alfred A. Knopf.
3. Constanza R. Fischer, B., Ali S., Beer C., Bond L., Boumans R., Danigelis N.L., Dickinson J., Elliot C., Farley J., Gayer D. E., Glenn L.M., Hudsped T., Mahoney D., McCahill L., McIntosh B., Rizvi S.A.T., Rizzo D.M., Simpatico T. & Snapp R., (2022, 4. december)). *Quality of life*. Pridobljeno na https://www.academia.edu/48207550/Quality_of_life_An_approach_integrating_opportunities_human_needs_and_subjective_well_being
4. Eurofound (2022, 5. december). Quality of work and employment in Europe. Issues and challenges. Luxembourg. *Publications Office of the European Union*. Pridobljeno na <http://www.eurofound.europa.eu/pubdocs/2002/12/en/1/ef0212en.pdf>
5. European Foundation of the Improvement of Living and Working Conditions (2022). *First European Quality of Life Survey: Life satisfaction, happiness and sense of belonging*. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities.
6. Fahey, T., Whelan, C. & Nolan, B., (2022, 22. november). *Spremljanje kakovosti življenja v Evropi (poročilo)*, Eurofound. Irska. Pridobljeno na <https://policycommons.net/artifacts/1837388/monitoring-quality-of-life-in-europe-report/2580017/>
7. Jeans, A., Delhey, J., Keck, W., Nauenburg R., Fahey, T., Maitre, B., Whelan, C., Anderson, R., Domanski, H., Ostrowska, A., Olagnier A., in Chiara Saraceno (2022, 31. december). *Quality of life in Europe. European Foundation for the Improvement of living and Working in Europe*,

Publications office. Pridobljeno na

https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/pubdocs/2004/105/en/1/ef04105en.pdf

8. Marentič Požarnik, Barica (2003). *Psihologija učenja in pouka*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
9. Merše, B. (2021). *Kakovostna starost- kakovostno staranje kljub vsem življenjskim težavam*, Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
10. Portal GOV.SI (2022, 22. november). *Romska skupnost*. Pridobljeno na [https:// www.gov.si teme/romska-skupnost/](https://www.gov.si teme/romska-skupnost/)
11. Svetlik, I. (1996): *Kakovost življenja v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
12. Treven, S. (1998): *Management človeških virov*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.
13. Uhan, S. (2004): *Kakovost življenja v razširjeni Evropi*, Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
14. Wikipedija, (2022, 2. december). *Staranje*. Pridobljeno na [https://sl.wikipedia.org/ wiki/Staranje](https://sl.wikipedia.org/wiki/Staranje).

Renata Vovk je diplomirala na Visoki šoli za upravljanje in poslovanje v Novem mestu, je študentka na magistrski stopnji FOŠ. Zaposlena je na oddelku za Finance, računovodstvo in planiranje kot strokovni sodelavec za ekonomsko področje.

Abstract:

Impact of the Environment and Working Life on Quality of Life

Research question (RQ): What are the effects of the environment and working life on quality of life?

Purpose: Quality of life changes from year to year. The purpose and aim is to provide an overview of the current situation and to propose approaches to improvement.

Method: In the study we used a qualitative method based on analytical study. It is based on the study of existing literature, articles and personal experience.

Results: We have found that work is not a separate dimension from the other components of human life, but that working life also affects other aspects of an individual's life.

Organisation: The organisation and the state and the wider surrounding area are an integral part of the macro environment, and they can use their policy to support and encourage their society.

Company: People need to balance their private lives and careers, potential earnings, spending time with their family, and the state should introduce them with the best possible living conditions.

Originality: In the work we presented important factors that affect the quality of life and working life. They are the only one suitable to be exposed and analysed and proposals for improvement.

Limitations/further research: We limited us to reviewing existing articles and content related to the impact of living and working environments on life. We could continue with research that would be upgraded with surveys in a particular organisation or region.

Keywords: quality of life, ageing, seniority, ethnic group, crisis, satisfaction, Dolenjska, employment.

Copyright (c) Renata VOVK



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Vpliv delovnih faktorjev na storilnost in kakovost življenja

Denis Janc*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica Talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija
denis.janc@fos.unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kako delovni faktorji vplivajo na delovno storilnost in kakovost življenja?

Namen: Teoretična predstavitev delovnih faktorjev in praktična uporaba na delovnem mestu in vpliv na kakovost življenja.

Metoda: Pri raziskavi smo uporabili kvalitativno metodo, ki temelji na analitičnem preučevanju. Zbrali smo literaturo, članke in informacije ter jih pregledali in analizirali.

Rezultati: Pri raziskavi smo potrditi tezo, da organizacija, ki neguje delovne faktorje postaja na dolgi rok boljše v odnosih in posledično tudi bolj uspešna od konkurence saj se ustvarjalnosti in inovativnost dviguje na višjo raven zaradi pozitivnih delovnih faktorjev. Zaposleni, ki so zadovoljni v delovnem življenju imajo posledično tudi bolj kakovostno življenje.

Organizacija: Raziskava ima na organizacijo velik vpliv, saj smo po pregledu delovnih faktorjev dokazali, da je organizacija na področju pozitivnih delovnih faktorjih dobila informacije kako je to pomembno za rast organizacije. Ključna pa je podpora vrhnjega menedžmenta, ki mora spodbujati pozitivne delovne faktorje. Na posameznikovo kakovost življenja pa tudi vplivajo pozitivni delovni faktorji.

Družba: Zaposleni lahko največ naredijo na področju dobrih odnosov in inovativnosti. Zdrava delovna sredina je prihodnost, zato je to potrebno zelo poudarjati. Kajti inovativne organizacije preživijo v tehnološkem razcvetu kateremu smo priča danes. Če je posameznik zadovoljen z svojem življenje je tudi bolj ustvarjalen in motiviran na delovnem mestu.

Originalnost: Gre za izviren prispevek organizaciji po prebrani literaturi na področju pozitivnih delovnih faktorjih in njihov vpliv na kakovost življenja.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskava je bila narejena na podlagi izbrane literature, člankov in informacij. Dejstvo je tudi, da je svoje občutke po prebrani literaturi podajal samo eden zaposlen. Nadaljnjo raziskovanje bi bilo smiselno, če bi izvedli anketo na temo delovni faktorji v organizaciji in dobili celovito sliko o delovnih faktorjih znotraj organizacije in vplivu na kakovost življenja.

Ključne besede: delovni faktorji, motivacija, stres, ustvarjalnost, nagrajevanje, spodbujanje zaposlenih, vodstvo, kakovost življenja.

1 Uvod

Na naše kakovost življenja vpliva tudi naše delovno življenje. Tisti ljudje, ki so zadovoljni z svojim delovnim življenjem imajo veliko verjetnost, da je njihova kakovost življenja na visoki ravni. V organizaciji zadovoljni zaposleni prispevajo bistveno več. Predvsem se to pozna na njihovi ustvarjalnosti in inovativnosti. Vsaka organizacija si tega želi čim več, kajti

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

Prejeto: 14. november 2022; revidirano: 14. november 2022; sprejeto: 18. november 2022. /

Received: 14th November 2022; revised: 14th November 2022; accepted: 18th November 2022.

ustvarjalnost in inovativnost je prihodnost. Zaposleni pa morajo biti na delovnem mestu zadovoljni saj le tako se ustvarja zdrava delovna klima, ki je gonilo uspešne organizacije.

Na delovno zadovoljstvo vplivajo različni delovni faktorji. Faktorji se razlikujejo glede na spol, narodnost, okolje v katerem delamo, vrste zaposlitve, vrednote zaposlenega, osebnost zaposlenega... Po našem mnenju so v našem okolju faktorji delovnega življenja oziroma kakovost delovnega življenja odvisni predvsem od:

- delovne klime,
- nagrajevanja,
- zanimivosti dela,
- izobrazbe,
- motiviranosti,
- ustvarjalnosti,
- stresa,
- konfliktov in njihovih reševanj,
- varnosti zaposlitve,
- odnos z nadrejenim,
- varnega delovnega mesta.

Raziskava je zastavljena z ciljem pregleda delovnih faktorjev v delovni sredini farmacevtske organizacije. V raziskavi bomo podrobneje opisali delovne faktorje. Na podlagi teorije in praktičnega pogleda bomo podali predloge za izboljšave. Raziskali bomo tudi kako delovni faktorji vplivajo na kakovost življenja.

V samo raziskavo je vključena farmacevtska organizacija.

2 Teoretična izhodišča

Kakovost življenja govori o tem, kako smo ljudje zadovoljni s svojim življenjem in kakšen občutek imamo o sebi. Življenjski standard se nanaša na zadovoljevanje potreb in pri tem ni nujno, da je povezan s kakovostjo. Kakovost življenja ni le finančna zmogljivost oz. koliko si lahko kupimo, ampak je povezana z občutkom zadovoljstva z lastnim življenjem in zdravjem. Visok družbeni standard še ne pomeni visoko kakovost življenja (Vrabič, 2012).

Prav kakovost življenja je tista, ki povzroča oziroma je nek osnutek, ki teži k višji kakovosti proizvodnje in k tem, da brez delovnega življenja ni storitev in izdelkov višje kakovosti (Svetlik 1996, str.5).

Kakovost delovnega življenja daje neizbrisen pečat celotnemu življenju posameznika (Svetlik 1991, str.19).

Svetlik kakovost delovnega življenja opredeljuje kot sredstvo za povečanje produktivnosti s pomočjo boljše motiviranosti in večjega zadovoljstva delavcev, zmanjšanje stresnih situacij, izboljšanje komunikacij, zmanjšanje odpora do sprememb. (Svetlik, 1996, str.165).

"Pojem kakovost delovnega življenja ima podoben pomen, kot ga imajo v drugih okoljih in jezikih pojmi humanizacija dela, izboljšanje delovnih razmer, varstvo delavcev, delovno okolje (Delamotte 1984, str.2).

Kadar govorimo o organizacijski klimi, moramo biti pozorni predvsem na njeno različno opisovanje ter opredeljevanje, saj v literaturi najdemo kar nekaj poimenovanj, s katerimi raziskovalci opisujejo klimo: organizacijska klima, organizacijska kultura, psihološka klima, osebnost podjetja, delovno ozračje itd. Nekateri raziskovalci zagovarjajo stališče, da gre pri vseh izrazih za isto stvar, drugi menijo, da so si pojmi med seboj različni, tretji pa poskušajo poiskati skupne točke, ki jih pojmi zajemajo. Rečemo lahko, da pojem klime zajema »tiste značilnosti, ki vplivajo na vedenje ljudi v organizaciji in zaradi katerih se organizacije med seboj razlikujejo« (Lipičnik, 2002, str.73).

Ravnanje z ljudmi pri delu po besedah Lipičnika (1998, str.41–45) postaja vse pomembnejši dejavnik uspešnosti organizacije. Po njegovem mnenju je ravnanje z ljudmi pri delu stalen proces, ki dolgoročno vodi organizacijo v raznovrstne izboljšave. Organizacije morajo pozornost posvetiti ljudem (zaposlenim), predvsem njihovim zmožnostim, sposobnostim, znanju in motivaciji.

Iz prikazanega Allardtovega koncepta kakovosti delovnega življenja so razvidni glavni elementi kakovosti delovnega življenja, ki jih lahko opredeljujemo tudi kot sredstvo za povečanje produktivnosti s pomočjo boljše motiviranosti in večjega zadovoljstva delavcev, zmanjšanje stresnih situacij, izboljšanje komuniciranja ter zmanjšanja odpora do sprememb. (Svetlik 1996, str.163-171).

Po mnenju Lipičnika (1998, str.191) sistem nagrajevanja pomeni uskladiti politiko, procese in prakso organizacije z namenom nagrajevanja zaposlenih glede na njihov prispevek, zmožnost, pristojnost, pa tudi glede na tržno ceno.

Nagrajevanje lahko razumemo v širšem ali ožjem smislu. Ko govorimo o ožjem smislu nagrajevanja, mislimo na plačo, nagrade in druge ugodnosti, ki jih organizacija nudi zaposlenim. Kadar govorimo o širšem smislu nagrajevanja, pa poleg nagrajevanja v ožjem smislu upoštevamo še dobre delovne pogoje, delovno okolje, osebno rast, priznanja, dosežke, pohvale ter uspešno prihodnost (Zupan, str.2001).

Lipičnik (1998, str.209) navaja, da plača in nagrajevanje sodita med psihološke stimulatorje za delo. Naloga vsake organizacije je, da določi višino plače posameznika, tako da bo ta zaposlenemu omogočila normalno življenje, hkrati pa ga bo motivirala k bolj zavzetemu delu. Plača je sredstvo, s katerim je mogoče iz ljudi v zameno za denar izvabiti neko dejavnost.

Ustvarjalnost se navadno uporablja za označevanje mentalnega procesa, ki vključuje nastanek novih idej ali pojmov in novih povezav med že znanimi idejami ali pojmi. Je pojav, ki se zdi najbolj skrivnosten, obenem pa najbolj pomemben za razvoj človeštva (Kavčič 2011, str.6).

Nestabilno okolje zahteva od organizacij stalno prilagajanje in fleksibilnost za doseganje učinkovitosti, izboljšav in razvoja novih izdelkov ali storitev za obstoj na trgu. Pomen in potreba po kreativnosti oz. odprtosti za inovacije je ena od prednostnih nalog organizacij. (Wikipedija 2021).

"Stalnost zaposlitve pomeni za delavca zagotovitev materialne varnosti in določen položaj v družbi. Gre torej za pomembno vrednostjo in gmotno dobrotno. Bolje kot o stalnosti zaposlitve je govoriti o varnosti in nepretrganosti zaposlitve, kar pomeni, da se delo oz. delovno mesto 15 spreminja, delovno razmerje/status delavca v isti ali drugi organizaciji pa se nadaljuje." (Kavar-Vidmar 1998, str.84).

"Razporeditev delovnega časa bistveno določa položaj delavca v delovnem procesu, saj opredeljuje zahteve po njegovi prisotnosti v podjetju. Določa pa tudi delavčeve možnosti za razporejanje njegovega prostega časa in s tem vpliva na stopnjo humanizacije njegovega celotnega življenja. Dolžina trajanja in različne oblike delovnega časa so torej bistveni dejavniki humanizacije dela." (Kaltnekar 1995, str.149).

Mulej & Ženko (2004, str.446-447) menita, da so za nezanimivo delo kriva podjetja sama, saj le delu zaposlenih nudijo zanimivo, kreativno in dinamično delo. Delo, ki ni zanimivo, pa uničuje človekovo ustvarjalnost in motivacijo za delo. Z nezanimivim delom zaposleni niso zadovoljni, saj se dolgočasijo in osebno ne napredujejo, postanejo pasivni in težijo k rutinskemu delu. Kadrovanje v podjetjih bi moralo biti organizirano tako, da bi posamezniku nudilo možnost kreativnega dela. Tako bi prišlo do samo spodbujanja in uresničevanja. Od vodij je odvisno ali bodo znali napraviti delo delavcem zanimivo ali ne. Včasih je dovolj že prisluhniti željam posameznikov v skupini.

Da bi bili medsebojni odnosi dobri, moramo upoštevati (Možina 1992, str.210-213):

- različnost: priznavamo pravico do lastnega mišljenja,
- vzajemnost odnosov: biti v dialogu, obojestransko zanimanje; sprejemamo predloge, poslušamo, predlagamo in se dogovarjamo,
- omogočanje osebnega izražanja: vsak mora imeti pravico do osebnega izraza, pravico do individualnosti,
- sprejemanje in dajanje povratnih informacij: zelo pomembno za medsebojne odnose; brez povratnih informacij ni pravega stika med ljudmi,
- priznavanje nasprotij: v družbi vedno nastajajo in se ponavljajo nasprotja; popolna harmonija je v večini primerov lažna harmonija,
- preprečevanje dvopomenske situacije: pomeni, da se v skladu s tistim, kar pripovedujemo in mislimo, tudi vedemo in da naše stališče do tistega s katerim komuniciramo, ustreza tistemu, kar sporočamo; takšno komuniciranje je iskreno in je pogoj za dobro sodelovanje med ljudmi,
- vsebinski in donosi vidik komunikacije: vsebinski vidik komunikacije se nanaša na to, kar hočemo povedati; vedeti moramo, kaj počnemo in kako sporočamo,

- vsiljevanje: v medsebojnih odnosih ne sme biti vsiljevanja, ne vsiljujemo svoje interpretacije.

"Psihologi zdravniki, sociologi in vodstveni delavci opažajo pri delavcih na izpostavljenih delovnih mestih upad delovne storilnosti, naraščajoče nezadovoljstvo, pogostejše obolenje in prekinitve delovnih razmerij, kar lahko močno zavira (ali celo povsem prekine) funkcioniranje neke delovne skupine oz. zavoda. Čedalje pogostejše in vedno glasnejše se v izpostavljenih delovnih okoljih srečujemo z izrazom izgorelost in iščemo rešitve zanj. Počasi vendarle narašča tudi število strokovnjakov, ki prepoznavajo to novo bolezensko stanje, znajo pomagati izgorelim in svetovati vodilnim (odgovornim) delavcem v zvezi z organizacijo zaščite izpostavljenih delavcev." (Ščuka 1998, str.53).

"Izgorevajo torej tisti, ki na svojih delovnih mestih niso zmogli (uspeli) potrditi lastne zavzetosti in ustvarjalnosti, ter so ostali v delovni sredini neopaženi, anonimni in brezosebni, z občutkom nepotrebnosti in odvečnosti. Zanimiva je ugotovitev, da lahko izgori le tisti, ki je pred tem gorel z vso močjo in vnemo. Lenuh ne more izgoreti. Bistvo problema torej ni iztrošenost zaradi starosti, niti utrujenost zaradi preobremenjenosti pač pa izpraznjenosti zaradi izgube duhovne moči, ki je dotlej osmišljala njegovo delo in mu dajala potreben delovni zagon." (Ščuka 1998, str.53).

Po podatkih Eurostata iz leta 2000, stres največkrat doživljajo ljudje, ki (Bilban 2007a, str.30):

- nimajo nadzora nad svojim delom,
- nimajo vpliva na izbor metod dela,
- ne morejo vplivati na hitrost, s katero morajo delo opravljati,
- ne morejo vplivati na to, kdaj imajo odmor med delom,
- ne morejo vplivati na razpored delovnega časa
- opravljajo monotona dela,
- doživljajo pritiske, ki jih doživljajo zaradi prenapetih časovnih rokov,
- so »šikanirani« na delovnem mestu in
- so na delovnem mestu psihično mučeni in izživljani.

Beseda kariera izvira iz francoščine, katere latinski koren »carrus« pomeni voz. Leksikonska opredelitev povezuje kariero z uspehom, uspešno življenjsko potjo in vzponom v poklicu (Možina, 2002, str.73).

Izobraževanje je dolgotrajen in načrten proces razvijanja posameznikovih znanj, sposobnosti in navad, ki mu omogočajo vključitev v družbeno življenje in delo, ter oblikujejo znanstveni pogled na svet. (Treven, 1998, str.197).

Izobraževanje kot družbena dejavnost in kot dejavnost posameznika je ključnega pomena za razvoj vsake družbe. Izobraževanje je bilo vedno povezano z razvojem in spremembami, čeprav se je njegova vloga in pomen spreminjala (Možina, 2002, str.26).

Znanje lahko opredelimo kot vsoto podatkov informacij, kot teoretično znanje strokovnega področja, pridobljeno s študijem knjig, formalnim izobraževanjem, kot uporabno znanje, pridobljeno z izkušnjami, kot celotno znanje vsega človeštva itd. Znanje ima lahko posameznik, hkrati pa lahko govorimo tudi o celotnem znanju človeštva. Znanja se lahko naučimo iz knjig ali pa ga pridobimo z izkušnjami. Znanje pomeni poznavanje, razumevanje dejstev, metod in zakonitosti, sposobnost delovanja na podlagi dejstev, metod in zakonitosti (Možina, S., Kovač, J., 2006, str.58).

Novak (2000, str.108) navaja, da konflikt lahko nastane že zaradi različnih osebnosti (posameznika se ne prenašata), vir konflikta pa je lahko tudi razdelitev virov (denarja) in delovnih sredstev med posameznimi oddelki, relativni položaj posameznika ali celotnega oddelka v organizaciji, sprememba v procesu dela. Konflikti pa lahko izhajajo tudi iz prevelikega števila pravil in predpisov, ki naj bi jih zaposleni upoštevali pri delu. V organizacijah se dostikrat zgodi, da prihaja do konfliktov predvsem zaradi slabih komunikacijskih poti med posameznimi oddelki, ravnmi na hierarhični lestvici, kar pelje v nesporazume.

Nekaj najobičajnejših vzrokov za konflikte (2000, str.109):

- neučinkovito komuniciranje,
- razlike v vrednotah,
- stališčih in prepričanju,
- kulturne razlike,
- pravila in predpisi pri delu,
- neustrezno vodenje in uporaba avtoritete,
- medsebojna trenja,
- razlike v statusu,
- razlike v ugledu,
- razlike v moči,
- nasprotujoči si cilji.

Če se posameznik dolgočasi pri delu, to pomeni, da to delo zanj ni dovolj zahtevno. Delo se mu zdi enostavno, z lahkoto ga opravi in vanj ne vlaga veliko truda in energije. Takšnemu človeku je potrebno ponuditi izzivov polno delo in rezultati bodo zelo dobri. (Svetlik, str.1996)

Zanimivost dela je odvisna od vrste dela, delovnih pogojev, tehnične opremljenosti in od ustrezne izbire poklica. (Pečjak, 2001a)

V svojem magistrskem delu Kranjc (2013, str.7) navaja, da organizacija, ki želi biti učinkovita in uspešna mora biti hkrati tudi ustvarjalna in inovativna. Zaposlene mora spodbujati in motivirati k ustvarjalnem razmišljanju. Za predloge pa jih mora tudi pravično nagrabiti, kajti motivirani ljudje so sposobni ustvarjati inovativne ideje.

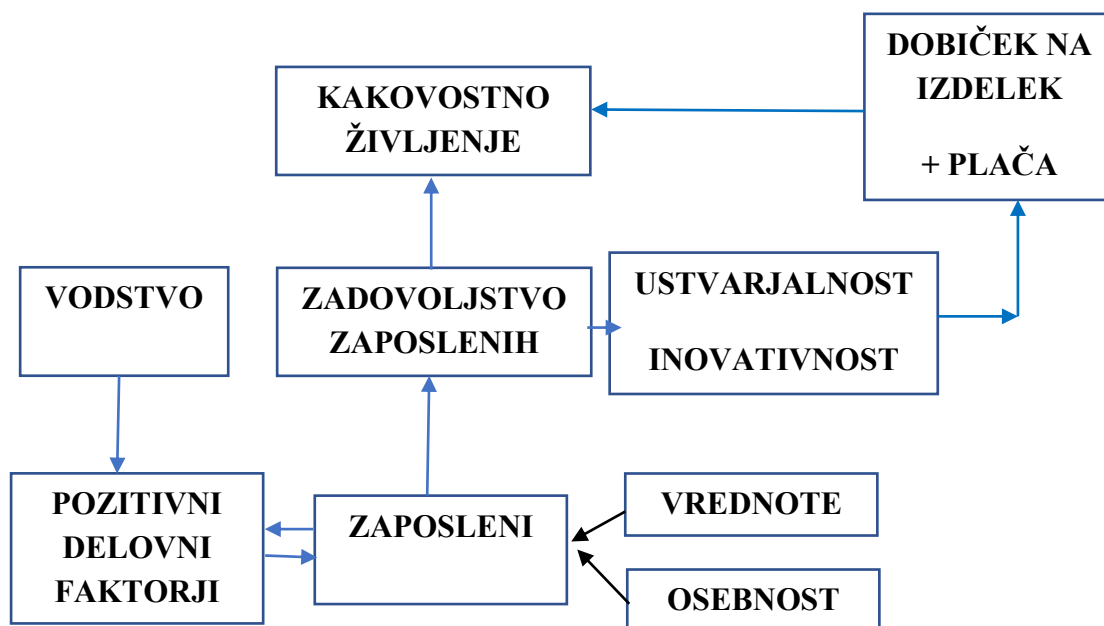
Varnost pri delu Kuhar (1998, str.18) opredeljuje kot vse tisto, kar mora stremeti k temu, da podrobno proučimo morebitne posebej škodljive in nevarne vplive za človeka na katerem koli delovnem mestu in izvedemo primerne ukrepe. Tako lahko nevarnosti, ki pretijo zaposlenim pri delu odpravimo ali omejimo.

Varnost v organizacijah ni splošno opredeljena, temveč zajema več področij varstva pri delu. In sicer: tehnično, psihosocialno, družbeno pravno in aktivno zdravstveno varstvo (Bilban 2005, str.21).

Pri raziskavi želimo potrditi tezo, da organizacija, ki negujejo pozitivne delovne faktorje postajajo na dolgi rok boljše v odnosih in posledično tudi bolj uspešna od konkurence saj se ustvarjalnosti in inovativnost dviguje na višjo raven zaradi pozitivnih delovnih faktorjev. Potrditi želimo tezo, da delovno življenje tudi vpliva na samo kakovost življenja posameznika.

3 Metoda

Ko smo pridobili teoretična izhodišča smo si zastavili raziskovalno vprašanje in izdelali model same raziskave, ki je podan v sliki 1.



Slika 1. Model raziskave

Model raziskave nam prikazuje, da je nenehna rast, dobiček in konkurenčnost organizacije odvisna od ustvarjalnosti in inovativnosti pri izboljševanju samega procesa in posledično izdelka. Da organizacija spodbudi ustvarjalnost in inovativnost pa morajo biti zagotovljeni pozitivni delovni faktorji. Vsak zaposlen ima vrednote in osebnost, ki se razlikujejo. Da je zaposlen zadovoljen pa so pomembni pozitivni delovni faktorji. Vsak zadovoljen zaposlen je generator dobrih idej. Vse skupaj pa mora vodstvo organizacije to opaziti in motivirati zaposlene, da se kolesje inovativnosti nenehno vrti in ustvarja dodano vrednost za izdelek oziroma organizacijo. Če ima zaposlen zagotovljene pozitivne delovne faktorje je posledično

zadovoljen tudi v privatnem življenju in lahko govorimo, da ima kakovostno življenje. Skozi kakovostno življenje pa se razvija tudi osebna rast, ki ima velik vpliv na delovno storilnost v sami organizaciji.

Za potrebe raziskave smo prebrali literaturo, ki se nanaša na delovne faktorje. Za iskanje smo uporabili ključne besede delovnih faktorjev, kot so motivacija, stres, varnost zaposlitve, odnos z nadrejenim, zanimivost dela. Uporabili smo literaturo domačih ter tujih avtorjev. Na podlagi avtorjev smo izdelali tabelo s seznamom avtorjev in njihovih strokovnih del.

Tabela 1. Seznam uporabljene literature

Avtor	Naslov
Bilban, M., (2005)	Medicina dela
Bilban, M., (2007)	Kako razpoznati stres v delovnem okolju
Delamotte, Y., (1984)	Quality of Working Life in International Perspektive
Kranjc., D. (2013)	Ustvarjalnost kot pogoj za inovativnost
Kavčič, B., (2011)	Usmerjanje ustvarjalnosti
Kaltnekar, Z., (1995)	Delovni čas kot element humanizacije dela I.
Kavar, A., (1998)	Kakovost delovnega življenja
Kuhar, A., (1998)	Delovna varnost
Lipičnik, B., (1998)	Ravnanje z ljudmi pri delu
Lipičnik, B., (2002)	Organizacija podjetja
Možina, S., (1992)	Management
Možina, S., & Kovač, J., (2006)	Na poti k učečemu se podjetju
Novak, B., (2000)	Krizno komuniciranje in upravljanje nevarnosti
Pečjak, V., (2001a)	Poti do novih idej: tehnike kreativnega mišljenja
Svetlin, I., (1991)	Delo in kakovost življenja
Svetlik, I., (1996)	Kakovost delovnega življenja
Ščuka, V., (1998)	Izgorelost delavcev
Vrabič, B., (2012)	Kakovost življenja
Zupan, N., (2001)	Nagradite uspešne
Zakšek, R., & Krajnc, B., (2021)	Spodbujanje ustvarjalnosti in inovativnosti

Vso uporabljeno literaturo, ki je predstavljena v tabeli 1, smo preučili in iz nje izpisali bistvene ugotovitve na temo delovnih faktorjev. Avtorje smo tudi navedli v teoretičnih izhodiščih.

4 Rezultati in razprava

Pri pregledu literature smo v tabeli 2. zapisali najpomembnejše avtorje in njihove ugotovitve na temo delovni faktorji.

Tabela 2. Ugotovitve iz analizirane literature Spodbujanje ustvarjalnosti in inovativnosti

Vir / Literatura	Glavne ugotovitve
Vrabič, B., (2012). Kakovost življenja.	Kakovost življenja govori o tem, kako smo ljudje zadovoljni s svojim življenjem in kakšen občutek imamo o sebi.
Kavčič, B., (2011). Usmerjanje ustvarjalnosti.	Ni potrebno, da je ideja velika, lahko samo majhne spremenbe omogočijo nov začetek.
Lipičnik, B., (2002). Organizacija podjetja.	Ustvarjalno obnašanje skupine se ne začne z idejami, ampak s problemi . Zato si mora skupina sama postaviti problem, vprašanje, na katero bo odgovarjala, iskala rešitve. Lahko pa se skupinsko loti tudi postavljanja problema. Pri tem ne gre za izražanje mnenj, ampak za produciranje idej, rešitev .
Svetlin, I., (1991). Delo in kakovost življenja.	Kakovost delovnega življenja daje neizbrisen pečat celotnemu življenju posameznika.
Lipičnik, B., (1998). Ravnanje z ljudmi pri delu.	Navaja, da plača in nagrajevanje sodita med psihološke stimulatorje za delo. Naloga vsake organizacije je, da določi višino plače posameznika, tako da bo ta zaposlenemu omogočila normalno življenje , hkrati pa ga bo motivirala k bolj zavzetemu delu. Plača je sredstvo, s katerim je mogoče iz ljudi v zameno za denar izvabiti neko dejavnost.
Kavar, A., (1998). Kakovost delovnega življenja.	Stalnost zaposlitve pomeni za delavca zagotovitev materialne varnosti in določen položaj v družbi .
Pečjak, V., (2001a). Poti do novih idej: tehnike kreativnega mišljenja.	Zanimivost dela je odvisna od vrste dela, delovnih pogojev, tehnične opremljenosti in od ustrezne izbire poklica.
Pečjak, V., (2001a). Poti do novih idej: tehnike kreativnega mišljenja.	Vodja je stalna vez med zaposlenim. Mora jih motivirati in spodbujati v smeri podajanja novih idej za izboljšanje faz dela. Pravi vodja tudi prepozna inovativnost in ustvarjalnost pri posamezniku in ga tudi primerno nagradi .
Bilban, m., (2005). Medicina dela.	Varnost v organizacijah ni splošno opredeljena, temveč zajema več področij varstva pri delu. In sicer: tehnično, psihosocialno, družbeno pravno in aktivno zdravstveno varstvo
Zakšek, R., & Krajnc, B., (2021). Spodbujanje ustvarjalnosti in inovativnosti.	Organizacija , ki želi biti učinkovita in uspešna mora biti hkrati tudi ustvarjalna in inovativna . Zaposlene mora spodbujati in motivirati k ustvarjalnem razmišljanju. Za predloge pa jih mora tudi pravično nagrabiti , kajti motivirani ljudje so sposobni ustvarjati inovativne ideje.

V tabeli 2, smo v stolpcu glavne ugotovitve odebelili besede za katere je značilno, da jih navedeni avtorji uporabljajo oziroma predstavljajo.

Po prebrani literaturi smo opisali svoje občutke o delovnih faktorjih na delovnem mestu vodja vzdrževanja v večji farmacevtski organizaciji.

Opisali smo tudi občutke kakovosti življenja glede na delovne faktorje, ki jih občutimo na delovnem mestu in okolja v katerem živimo.

Raziskava faktorja Delovna klima v izbrani organizaciji

Delovna klima je izredno pomembna. Kajti, če je delovna klima pozitivna je tudi počutje na delovnem mestu bolj sproščeno. V delovno klimo je vključeno izredno veliko dejavnikov. Od človeškega faktorja pa vse do izbire pohištva oziroma opreme na delovnem mestu. Sam imam na delovnem mestu odlično delovno klimo. Zaposleni si med seboj zaupamo in spoštujemo. Eden drugemu si pomagamo in tako skupaj rastemo v organizaciji. Delovne pogoje imamo vrhunske na izredno visokem nivoju. V mojem timu je cca. 40 zaposlenih. Enkrat na leto tudi merimo delovno klimo z anketnimi vprašalniki. Po rezultatih je skupna delovna klima ocenjena z oceno 4,32/5.

Raziskava faktorja Nagrajevanje v izbrani organizaciji

Na delovnem mestu je velik dejavnik tudi plača. V službo namreč hodimo zaradi plače. Sam lahko rečem, da je plača higienik. Plača mora biti pravična glede na vloženo delo. Poleg plače pa so tukaj tudi razne nagrade. Nagrade so lahko v obliki plačila ali različnih priznanj. Sam sem glede višine plače na mojem delovnem mestu zadovoljen in nimam pripomb. Veliko zadovoljstvo mi je, da organizacija prepozna dobro delo in podeli tudi nagrade. Nagrade so različne od prostovoljca leta, športnika leta, najboljši koristni predlog, naj sodelavec, naj vodja. Sam sem prejel že kar nekaj nagrad v smislu priznanj, ki jih z veseljem hranim v pisarni ali doma.

Raziskava faktorja Zanimivost dela v izbrani organizaciji

V deloven okolju je faktor zadovoljstva v veliki meri odvisen tudi od zanimivosti dela. Če je delo monotono ne moremo pričakovati inovativnost. Če pa je delo zanimivo in razgibano imamo lahko veliko večji potencial za samo napredovanje oziroma nenehno rast. Sam v delovnem okolju sem že imel primer, ko sem zamenjal delovno mesto znotraj organizacije, ker nisem bil več motiviran zaradi nenehnega ponavljajočega dela vsaki dan. Moje novo delovno mesto vodja vzdrževanja je popolnoma drugačno. Praktično je vsaki dan drugačen in posledično je delo zelo zanimivo in razgibano.

Raziskava faktorja Motivacija v izbrani organizaciji

Vsak motiviran zaposlen je velika dodana vrednost organizaciji. Kajti, če je zaposlen motiviran pomeni, da je tudi uspešen. Tudi, če stori kdaj kakšno »napako« ima željo, da je ne ponovi in je pripravljen to tudi pokazati na delovnem mestu. Za motivacijo je potrebno stalno skrbeti. Sam v praksi med zaposlenimi širim dobro voljo in motiviram zaposlene, da

opravljajo delo še bolje. Če prepoznam, da zaposleni izgublja zanimanje za delo oziroma motivacijo se pogovorim in poskušam rešiti težavo. Motiviran človek je v današnjem delovnem življenju nebrušen diamant. Potreben je pravi pristop in lahko dobiš izredno dobrega oziroma uspešnega kolega.

Raziskava faktorja Ustvarjalnost v izbrani organizaciji

Pravijo, da v današnji hitri tehnološki organizaciji preživijo in so uspešna samo tiste organizacije katera so ustvarjalne. V tem se popolnoma strinjam. Danes lahko pogledamo, da je nekatera organizacija vredna toliko kolikor imajo razvito ustvarjalnost. Ustvarjalnost je gonilo naprej k napredku k novim izdelkom... V podjetju v katerem sem zaposlen se velik del denarja posveti v ustvarjalnost. Nenehno se skrbi za ustvarjalnost. Imamo možnost podajati koristne predloge ali izboljšave. Za podane predloge si nagrajen in v primeru dobre izboljšave tudi javno pohvaljen. V enem letu je podanih približno 1000 koristnih predlogov in 200 izboljšav. Če želiš podati izboljšavo moraš biti ustvarjalen in inovativen in včasih tudi stopiti iz cone udobja.

Raziskava faktorja Stres v izbrani organizaciji

Stres ima velik vpliv na delovno življenje. Če se stresa zavedamo je to že dober znak, da ga lahko nadzorujemo. Težava nastane, če je stres prisoten podzavestno. To se pozna v storilnosti na delovnem mestu in žal tudi na zdravju, če se stres vleče dalj časa. Je pa lahko »zdrav« stres na delovnem mestu in tudi nasploh v življenju pozitiven. Kajti, če imamo prisoten stres pomeni, da nam ni vseeno in posledično se bolj potrudimo in realiziramo stvari bolj uspešno. Današnji hiter tempo življenja predvsem zaradi digitalizacije je stres postavil na prvo mesto med poklicnimi boleznimi. Stres v delovnem življenju se odraža tudi v privatnem življenju. Stres moramo prepoznati in se znati spoprijeti in ga zmanjšati na »zdravo« raven.

Raziskava faktorja Konflikti in njihovo reševanje v izbrani organizaciji

V delovnem življenju se srečujemo z različnimi osebami, ki imajo drugačen karakter, drugačno miselnost in drugačen pogled na svet okoli nas kot mi sami. Zato nastajajo tudi konflikti. Manjši konflikti so dobrodošli saj tako dobimo več različnih pogledov na eno stvar. Toda najbolj pomembno je reševanje konfliktov. Konflikte je potrebno reševati sproti. Če so konflikti rešeni je delovno življenje boljše. Sam v delovni praksi rešujem konflikte med zaposlenimi redno in tedensko. Skrbim in sem vez med tehnično službo in proizvodnimi delavci na linijah.

Raziskava faktorja Varnost zaposlitve v izbrani organizaciji

Varnost zaposlitve je v današnjih časih izredno velik faktor. Gre za osnovni faktor delovnega življenja. Od varnosti zaposlitve je odvisno tudi privatno življenje. Predvsem ustvarjanje družine, stanovanjskih problemov... Dobra in varna zaposlitev je ključnega pomena v karieri. Sam sem ponosen, da delam v organizaciji kjer bosta moja starša dočkala upokožitev.

Raziskava faktorja Odnos z nadrejenim v izbrani organizaciji

Pravijo, da se dobro počutimo, če imamo okoli sebe osebe katere nam odgovarjajo. Tako je tudi na delovnem mestu. Veliko bolj motivirani za delo smo, če imamo dober in korekten odnos z nadrejenim. V mojem primeru lahko rečem, da imam odličen odnos, ki je profesionalen a v določenih primerih popolnoma prijateljski. Se družimo tudi izven službe na piknikih. V službi znam ločiti službeno in osebno življenje. Tudi moj odnos do mojih podrejenih je spoštljiv in dostopen. Moje načelo je, da sem do vseh popolnoma enak.

Raziskava faktorja Varno delovno mesto v izbrani organizaciji

Varno delovno mesto v naši okolici je nekaj samoumevnega. Toda če pogledamo malo po svetu v kakšnih razmerah delajo zaposleni se zavemo, da je to zelo pozitiven faktor delovnega življenja. Na samo varnost vplivajo tudi predpisi tako na državnem kot tudi na evropskem nivoju, ki se ga morajo organizacije držati. Žal tudi v razvitem svetu prihaja do slabše varnosti na delovnih mestih. Doda v veliko primerih, ko pride do delovne nesreče je kriv človeški faktor v smislu neuporabe predpisane varnostne opreme, ki je na voljo in neupoštevanje napisanih varnostnih predpisov. V organizaciji v katerem sem zaposlen je varnost na prvem mestu. Letno imamo na področju varnosti več kot 24 ur izobraževanja. Tudi sam kot vodja strdim k strogi uporabi osebne varovalne opreme in upoštevanje predpisov.

Kakovost življenja glede na delovne faktorje in vpliv okolice

Na kakovost življenja vsakega posameznika močno vpliva tudi delovno življenje. V delovnem življenju krojijo kakovost delovnega življenja predvsem delovni faktorji. Če so ti delovni faktorji pozitivni je posledično tudi kakovost delovnega življenja na visoki ravni. Poleg tega pa se posamezniku izboljša tudi sama kakovost življenja.

V zadnjih desetletjih smo priča velikemu tehnološkemu napredku na vseh področjih. Če pogledamo je človek v samo cca. 120 letih naredil napredek od lesenega voza do vožnje po luni. V samo 120 letih je človeštvo naredilo ogromen tehnološki in miselni korak naprej. Seveda je to dobro za napredek, »boljše« življenje, daljše življenje... Toda po drugi strani je ta nenehna tehnološka rast pripeljala do današnjega kapitalizma in populizma. Danes se na delovnih razmerjih ne pogovarjamo več o čustvih, počutju na delovnem mestu... ampak o dobičku. Kako čim manj dati in čim več iztržiti. Po našem mnenju to ni dobro kajti zaposlene se gleda kot nekakšne robote/številke in ne več kot osebe z unikatno dušo. Ljudje so bolj v stresu in posledično je tudi več bolezni in slabega počutja.

Če pogledamo samo dve generaciji nazaj so ljudje večinoma živeli v velikih družinah na kmetijah. Šolali so se le redki, ker so morali pomagati pri delu. Tudi prva zaposlitev je bila že skoraj vnaprej določena na Dolenjskem. Obstajali sta dve tovarni, in sicer Novoteks in Pionir. Družino so si ustvarili že zelo zgodaj. Do 25 leta so imeli mladi v Novem mestu že svoje hiše.

Če pa pogledamo današnji čas pa je logika popolnoma drugačna. »Mladi« so stari po 40 let in živijo še doma pri svojih starših. Nekateri imajo svojo prvo zaposlitev šele pri svojih tridesetih letih, ker šele takrat končajo fakse. Potem pa še več let iščejo primerno službo, ki se

jim bo dopadla. Naše mnenje je, da je za vse to krivo okolje v katerem živimo. Kapitalizem je naredil svoje. Vse je v denarju. Ljudje gledajo vse samo preko denarja. Digitalizacija je naredila veliko dobrega pa vendar tudi ogromno slabega. Danes mladi opazujejo svoje vrstnike, ki objavljajo razkošne fotografije, kjer je v prvi vrsti postavljeno izobilje in slava. Vsi bi radi bili bogati in slavni brez da bi vložili svoj trud v to.

Seveda pa ima današnje okolje tudi določene prednosti, ki so absolutno dobrodošle. Kot smo že omenili velikanski tehnološki napredek na področju industrije, tehnike, medicine... Današnje okolje ima tudi prednosti pri delovnih razmerjih. Danes lahko praktično delamo po celem svetu. Tržimo globalno na vsaki celini. Zaradi digitalizacije smo lahko prepoznani po celem svetu.

Nam osebno pa je največja okolijska ovira, ki vpliva tudi na kakovost življenje geopolitika. Kako ima lahko 3 % populacija kapitala za vseh 97 % populacije. To je kapitalizem, ki nima meja. Če pogledamo trenutne razmere, kot je vojna v Ukrajini, bližnji Vzhod, Afrika, napetosti v Aziji, inflacija, epidemije se lahko zavedamo kako smo nemočni v tem nemilostnem svetu. Praktično smo lutke in smo vodene od svetovnih velesil, kot je ZDA. Ta geopolitika vpliva tudi na delovne razmere. Plače se ne višajo a življenjski stroški so iz meseca v mesec višji.

Velika težava okolja je tudi enormna rast rodnosti v zadnjih 100 letih. Staranje prebivalstva bo in je že težava. Dejstvo je da je znanost na področju medicine napredovala in je danes za nekoga, ki je star 90 let to nekaj normalnega. Smrtnost se niža. Za te ljudi ni poskrbljeno nimajo dovolj sredstev, stanovanj, ni poskrbljeno za popestritev njihovo tretje življenjsko obdobje, ki bi po našem mnenju moralo biti urejeno tako, da bi vsak imel dostojno pokojnino in užival svoje jesenjske dni.

Toda po vsem zapisanem je naša kakovost na delovnem mestu na visoki ravni. Finančno in materialno smo priskrbljeni. Organizacija stalno skrbi za naše osebno rast. Pridobivamo si ugled in samozavest. To vse pa ima za posledico tudi to, da živimo kakovostno življenje, ki je polno pozitivnosti. Svoj ugled pokažemo tako, da smo družbeno vpeti v samo okolje v katerim živimo in smo dobrodelni, ter družbi dajemo in delimo svoje kakovostno življenje.

5 Zaključek

V članku smo opravili tako teoretični kot empirični del. Namen teoretičnega dela je bil, da smo predstavili zapise iz knjig avtorjev, ki pišejo o delovnih faktorjih. Podali smo tudi model raziskave, kjer je razvidno, da zaposleni, ki so zadovoljni na delovnem mestu odlično prispevajo k pozitivnim rezultatom organizacije. V modelu je jasno razvidno, da igra veliko vlogo pri pozitivnih delovnih faktorjih vodstvo organizacije z različnimi prijemi, kot so nagrade, priznanja, izobraževanja, neformalna druženja. V članku smo večkrat poudarili, da uspešne organizacije morajo usmerjati misli v ustvarjalnost in inovativnost, če želijo biti konkurenčna na današnjih globalnih trgih. To pa dosežejo tako, da negujejo in stalno skrbijo za pozitivne delovne faktorje. To smo tudi opisali v prvem poglavju članka v teoretičnih

izhodiščih. V rezultatih smo opisali delovne faktorje, ki se navezujejo na naše delo vodja delovne enote v farmacevtski organizaciji. Opisali smo naše videnje na določen delovni faktor. V rezultatih smo tudi opisali naše mišljenje na kakovost življenja na katerega vplivajo delovni faktorji in okolje v katerem živimo. V zaključku smo povzeli celoten članek, ter podali svoje mišljenje, omejitve in predloge za izboljšanje nadaljnega raziskovanja.

Ljudje smo organizacija in organizacija so ljudje. Brez zaposlenih nebi bilo organizacije. Če pa so zaposleni na delovnem mestu zadovoljni so posledično ustvarjalni in inovativni. To pa je absolutno dodana vrednost organizaciji. Dobri odnosi, izobraževanja, vključenost zaposlenih v projekte in motiviranje zaposlenih so glavno vodilo, da so zaposleni zadovoljni na delovnem mestu. Tako je organizacija lahko še bolj konkurenčno in nenazadnje ima boljše finančne rezultate, kar pa je tudi vodilo vsake organizacije. Še posebej v današnjik konkurenčnih časih morajo biti organizacije stalno v stiku z ustvarjalnostjo in inovativnostjo na vseh področjih v organizaciji od malih do velikih idej, ki jih je potrebno prenesti v prakso.

Pozitivni delovni faktorji pa tudi izboljšajo samo kakovost življenja. V ospredje naj pride veselje, smeh, zadovoljstvo, sreča, ljubezen, spoštovanje, pomoč sočloveku, pogovori, blaginja za vse, enakopravnost, prijateljstvo, konec rastne nestrpnosti, konec vojn. Ko bomo to dosegli bo tudi vpliv okolja na kakovost življenja izjemno bolj pozitiven in posledično se bojo stvari tudi izboljšale.

Organizacije lahko analizirajo našo raziskavo in ugotovijo ali upošteva in negujejo delovne faktorje za boljše počutje delavcev in posledično večjo delovno storilnost. Organizacija lahko tudi prepozna, če živimo kakovostno življenje zaradi delovnih faktorjev.

V nadaljevanju raziskave bi lahko raziskavo razširili med več zaposlenih v različnih delovnih sredinah v organizaciji. Tako bi dobili celotno sliko delovnih faktorjev v organizaciji. Prepoznali bi morebitne šibke točke oziroma delovne faktorje in jih dvignili na višjo raven.

Reference

1. Bilban, M., (2005). *Medicina dela*. Ljubljana: Zavod za varstvo pri delu.
2. Bilban, M., (2007). *Kako razpoznati stres v delovnem okolju*. Ljubljana: Delo in varnost.
3. Delamotte, Y., (1984). *Quality of Working Life in International Perspektive*. Geneva: Ilo.
4. Kranjc., D. (2013). *Ustvarjalnost kot pogoj za inovativnost*. Magistrsko delo. Maribor: Ekonomska-poslovna fakulteta.
5. Kavčič, B., (2011). *Usmerjanje ustvarjalnosti*. Celje: Fakulteta za komercialne in poslovne vede.
6. Kaltnekar, Z., (1995). *Delovni čas kot element humanizacije dela I*. Kranj: Organizacija.
7. Kavar, A., (1998). *Kakovost delovnega življenja*. Ljubljana: Socialno delo.
8. Kuhar, A., (1998). *Delovna varnost*. Ljubljana: Zaščitna služba.
9. Lipičnik, B., (1998). *Ravnanje z ljudmi pri delu*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.
10. Lipičnik, B., (2002). *Organizacija podjetja*. Ljubljana: Ekonomska fakulteta.
11. Možina, S., (1992). *Management*. Radovljica: Didakta.
12. Možina, S., (2002). *Nova znanja za uspeh*. Radovljica: Didakta.
13. Možina, S., & Kovač, J., (2006) *Na poti k učečemu se podjetju*. Maribor: Založba Pivec.
14. Mulej, M., & Ženko, Z., (2004). *Dialektična teorija sistemov in invencijsko-inovacijski management*. Maribor: Management Forum.
15. Novak, B., (2000). *Krizno komuniciranje in upravljanje nevarnosti*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.
16. Pečjak., V., (2001a). *Poti do novih idej: tehnike kreativnega mišljenja*. Ljubljana: New Moment.
17. Svetlin, I., (1991). *Delo in kakovost življenja*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
18. Svetlik, I., (1996) *Kakovost delovnega življenja, Kakovost življenja v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
19. Ščuka, V., (1998). *Izgorelost delavcev*. Ljubljana: Center Kontura.
20. Treven, S., (1998). *Management Človeških virov*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.
21. Vrabič. B., (2012). *Kakovost življenja*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije.
22. Wikipedija. (2021, 8. april). *Ustvarjalnost*. Pridobljeno 8. decembra 2021, na spletni strani
23. Zupan, N., (2001). *Nagradite uspešne*. Ljubljana: GV Založba.

Denis Janc je inženir elektronike in diplomiran inženir strojništva. Od leta 2008 je zaposlen v farmacevtski organizaciji, sprva kot vzdrževalec strojev v proizvodnji, kasneje pa kot vodja delovne enote. V času službovanja si je pridobil izkušnje na področju vodenja zaposlenih in organiziranja dela ter izdelavi kakovostnih izdelkov. Je tudi študent magistrskega študija na Fakulteti za organizacijske študije v Novem mestu.

Abstract: **Work Factors in Our Work Environment**

Research Question (RQ): How do work factors affect work productivity?

Purpose: Theoretical presentation of work factors and practical application at the workplace.

Method: In the research, we used a qualitative method based on analytical study. Literature, articles and information were collected, reviewed, and analysed.

Results: In the research, we confirm the thesis that companies that nurture work factors become better in the long term in relationships and, as a result, more successful than the competition, as creativity and innovation rise to a higher level due to positive work factors.

Organization: The research has a great impact on the organization, because after reviewing the work factors, we proved that the company received information in the field of positive work factors, how important this is for the growth of the company. The key is the support of top management, which must promote positive work factors.

Society: Employees can do the most in the area of good relations and innovation. A healthy working environment is the future, so it needs to be emphasized a lot. Because innovative companies survive in the technological boom we are witnessing today.

Originality: It is an original contribution to the company based on the literature in the field of positive work factors.

Limitations/Future Research: The research was done on the basis of selected literature, articles and information. It is also a fact that only one employee expressed his feelings based on the literature he read. Further research would make sense if we conducted a survey on the topic of work factors in the company and got a comprehensive picture of the work factors within the company.

Keywords: work factors, motivation, stress, creativity, rewarding, encouraging employees, leadership.

Copyright(c) Denis JANC



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Vpliv samokovčinga na kakovost življenja

Simona Pavlin Repovž*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija

simona.pavlin.repovz@fos-unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kako samokovčing vpliva na kakovost življenja?

Namen: Namen raziskovanja je pregledati motivatorje, ki vplivajo na kakovost življenja, kako si pomagati, da svojo kakovost življenja dvigneš na višjo raven, izvesti anketo in potrditi ali zavreči zastavljene teze.

Metoda: Za metodo raziskovanja sem opravila kvantitativno metodo in sicer pripravila anketo v orodju 1KA. Anketo sem objavila na spletu.

Rezultati: V raziskavi sta bili postavljeni dve hipotezi. Prva hipoteza, da je denar najpomembnejši motivator ni bila potrjena. Anketiranci so izbrali, da je svoboda najpomembnejši motivator. Druga hipoteza, da posamezniki potrebujejo samokovčing pri doseganju zastavljenih ciljev, je bila potrjena. Anketiranci pri svojem delu potrebujejo samokovčing, za doseganje zastavljenih ciljev.

Organizacija: Z raziskavo je prikazana metoda samokovčinga, katera ima korist in pozitiven vpliv na posameznika in prav tako organizacijo.

Družba: Z raziskavo je bilo v teoretičnem delu opisani načini, kako vplivamo na kakovost svojega življenja in s tem posredno vplivamo na družbo.

Originalnost: Po mojem se do sedaj še nisem srečala na spletu s samokovčingom in z anketnim vprašalnikom.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: V raziskavo bi bilo potrebno vključiti večje število anketirancev in večje število vprašanj na temo kakovosti življenja.

Ključne besede: samokovčing, motivacija, notranji jaz, samozavest, dobro počutje, kakovost življenja.

1 Uvod

V reki življenja od rojstva do smrti se človek na vsakem koraku življenja sreča z izzivi. Če pogledamo od začetka svojega življenja je tvoj resen izziv že prvi narejeni otroški koraki. Novi izzivi se tekom življenja, kar vrstijo in velikokrat se človek sooča z težkimi situacijami, katere na človeku pustijo določen vpliv. Tempo življenja je neizprosno in človek mora biti vedno v dobri psihični in fizični kondiciji, da lahko sledi tempu, ki ga narekuje življenje. Človek si pomaga z različnimi psihoterapevtskimi delavnicami, branju knjig za samopomoč, z različnimi drugimi prijemi, ko je šport, joga ali nekoga sprošča kuhanje, pospravljanje, branje knjig. V zadnjem času, pa vse bolj v ospredje prihaja večšina kovčinga oz. samokovčinga. Zaradi vse več izzivov, pritiskov in hitrega tempa življenja se ljudje zatekajo na razne

delavnice za samopomoč, potrebujejo pomoč terapevtov pri vzgoji otrok, pri vsakodnevnih naporih. Vse bolj v ospredje in vedno bolj je prepoznavna metoda samokovčiga. Posamezniku pomaga, da najde tisto pravo pot in resnico v sebi, da ustvari tesnejši stik s seboj in da življenje živi z več zabave, užitkov, uspehov, predvsem pa manj stresno. S metodo samokovčinga poglobiš odnose s prijatelji in sorodniki. S samokovčingom lahko resnično spremeniš življenje.

Samokovčing je metoda, katerega vodi posameznika do kakovostnega življenja, da se lažje sooča z spremembami in izzivi v svojem družinskem oz. domačem okolju in v poslovnem svetu na delavnem mestu. Vsi izzivi vsakdanjega sveta, povzročajo psihofizične napore, predvsem pa pomanjkanje časa zase in za svoje bližnje.

Za namen članka, smo izvedli anketo o temi na kakovost življenja, o motivatorjih, ki najbolj vplivajo na kakovost življenja, ali vidijo potrebo po uporabi samokovčinga. V anketo smo zajeli večje število ljudi iz različnih delavnih okoljih.

Cilj članka je prikazati samokovčing, kot eno izmed metod prihodnosti in kako bistveno vplivajo na osebni in poslovni uspeh posameznika, na njegovo zdravje in predvsem na kakovost življenja. In ali se posamezniki zavedajo, kateri motivatorji vplivajo na kakovost življenja.

2 Teoretična izhodišča

Samokovčing je interaktivni in trajnostni način ustvarjanja zadovoljivih rezultatov v poklicnem in osebnem življenju. S procesom samokovčinga, človek se človek poglobi v svoje izkušnje in s tem izboljša kakovost življenja. S samokovčingom se človek ponovno rodi, ponudi človeku temeljit razmislek o sebi, ko se enkrat spoznaš, kdo v resnici si, lahko premakneš meje svojega sveta. Veščine samokovčinga je potrebno se naučiti in jih vzeti za svoje. (Levine, 2008, str. 11-13)

Pri samokovčingu se orientiramo na prihodnost, pri terapijah pa na preteklost. Pri samokovčingu se osredotočamo na čustveno moč in ne na čustveno zdravljenje. Poteka drugače, kot terapija, znebimo se vpiva preteklosti in se osredotočamo na prihodnost. Samokovčing vam vplije moči in omogoča, da smo popolnoma sposobni izražati svoja čustva in tako, smo pripravljeni, da lahko v življenju naredimo nekaj več in tem si izboljšamo kakovost življenja. (Levin, 2008, str.23)

Ključne veščine samokovčinga, do del filozofije kovčinga. Naštete veščine bodo v pomoč pri odkrivanju že osvojenih veščin in katere veščine je potrebno še osvojiti (Levin, 2008, str. 25-32);

- *Samospoštovanje.* Je osnova vseh veščin kovčinga, katera je bistvo za izboljšanje kakovosti svojega življenja. Z obvladovanjem veščin samokovčinga, si brez težav

poveš resnico, ukrepaš, rasteš osebnostno, napreduješ v vseh pogledih in dosegaš svoje cilje. Ko sprejmeš samosebe, takšno kot si, se bo okrepilo tudi samozaupanje.

- *Samozaupanje.* Potrebno je zaupati svojim odločitvam. Potrebno je prisluhniti svojim praviim potrebam, sanjam, ciljem in skritim željam. Ko si človek zaupa, ustvari varno okolje, kar ohranja vero vase. Potrebno je zaupati svojemu jazu, s tem krepimo celovitost, poštenost, iskrenost. Okrepiti je potrebno samospoštovanje, slog življenja in način življenja. Pri samokovčingu je pomembno, da postaneš drznejši, da nimaš straha pred neuspehom in da zaupaš svoji intuiciji, le tako si boš dovolil izlet na nova področja.
- *Zavedanje kovčinga.* Zavedanje se nanaša na sposobnost človeka, da je pri samokovčingu popolnoma zbran in deluje po načrtu. To lahko uspe, če kovčing oplemeniti z odprtostjo, prilagodljivostjo, samozavestjo, učinkovitostjo in smisel za humor. Na življenje je potrebno gledati lahko. Potrebno je zaupati svoji intuiciji, odprejo se nove možnosti in pripravljen si tvegati. Pogosto živimo kot roboti, nismo pozorni kako živimo ali kaj počnemo. Vse je nekako avtomatsko. Potrebno si je vzeti čas in se odločiti, da v predstavi svojega življenja ne boste samo gledalec.
- *Komunikacija je ključna.* Motivacija je ključ do motivacije in do harmonije odnosov. Dobra komunikacija nam prinaša informacije, omogoča izražanje občutkov in s tem poskrbi, da se počutimo pomembne in da se tudi naš sogovornik počuti pomembno. Komunikacijo lahko razdelimo v tri skupine: aktivno poslušanje, učinkovito samoizpraševanje in neposredni samogovor.
- *Učinkovita komunikacija.* Aktivno samoposlušanje je sposobnost, da se popolnoma osredotočiš na vse izrečene besede in na tisto kar zamolčiš. Pomen ločevanja med besedami, tonom glasu in govorico telesa, hkrati pa za sposobnost razumevanja pomena glasu. Ta sposobnost pomaga, da izboljšamo svoje izražanje in nas spodbudi, da svoje izražanje raziščemo in izboljšamo. Veščina samokovčinga je sposobnost zastavljanja vprašanj, ki nas vodijo do odkrivanja sebe. Večina samogovora je negativna. Takšni pač smo. To negativnost je s pomočjo samokovčinga moč spremeniti. Se tekom govora ponižujete, žalite ali podcenjujete? Si večkrat rečete, da ste neumni? Ali uporabljate, kakšno drugo negativno frazo? Z načeli samokovčinga, boste utišali negativni samogovor.

Levin (2008, str.40) navaja, da si tekom dneva postaviš v procesu samokovčinga Dvakrat dnevno zapreš oči in prisluhneš vsemu, kar slišiš v glavi. Dobro prisluhni svojemu notranjemu samogovoru. Poslušaj kaj ti sporoča notranji kovč.

Take vaje je potrebo izvajati vsak dan in samo z vajo lahko prisluhneš samemu sebi in slediš svojemu jazu.

Samokovčing od nas zahteva, da zaupamo svoji intuiciji in da ravnamo v skladu z njimi. Med vstopom v svet samokovčinga bomo opustili sedanji način življenja in ustvarili novega. Življenje bo potekalo manj stresno in bolj umirjeno. (Levin, 2008, str. 42)

Levin (2008, str. 52) navaja, da samokovčing pomeni da greš s tokom življenja, da poslušate notranji jaz in se ne preveč pustite, da vas prevladajo misli. Odzivi morajo biti pozitivni. S pozitivnimi odzivi krepiš samozavest, postaneš uspešnejši, kar ti polepša vsak dan, vse to pa vpliva tudi na tvoje zdravje. Pomembno je, da tako razmišljanje poistovetiš, da postane čisto tvoje. Pomembno je, da ko prisluhnemo notranjemu jazu, da se ne odzovemo.

Pri B&B(2014) navajajo, da je svoboda odgovornost, da uresničuješ samega sebe tako, da si odgovoren, da živiš svoje vrednote. Pomembno se je vprašati, ali res šteje samo denar, rast in dobiček ali so pomembni tudi ljudje. Potrebno je živeti s samim seboj, iskati poti, ki vodijo da živimo z svojimi vrednotami.

V SSKJ-ju (2022) je zapisano, da je svoboda stanje, ko so ljudje podrejeni zakonom in neomejeni, samovoljni oblasti koga. Poznamo osebno svobodo, politično svobodo, versko svobodo, enakost, bratstvo.

Smith (2022) navaja, da za dvig svoje samozvesti pojdite tam, kjer je nimate. Samozavest raste le tako, če smo nekaj časa pripravljeni biti brez nje. Najprej pride pogum in šele nato samozavest in s samozavestjo pozitivno vplivamo na svoje počutje.

Motivacijska teorija po Maslowu prikazuje piramido človeških potreb. Na dnu je toplina, zavetje, hrana in to so človeške primarne fiziološke potrebe. Nato sledi občutek varnosti, nadalje druženje in sodelovanje, na vrhu piramide pa je potreba po ugledu in spoštovanju. (Heller & Hindle, str. 292)

Motivacija je proces, ki je ciljno usmerjen, v katerem organizacije preko različnih načinov dosežejo željeno obnašanje in delovanje zaposlenih v organizaciji. Pomembno je, da zaposlene skušamo motivirati. Za doseganje boljše motivacije pri zaposlenih se moramo poglobiti v posameznika in v njegove sposobnosti. (Denny, str.78)

Velikokrat razvijemo določene vzorce početja, ki nam dajejo energijo, posledica je, da je cena zelo visoka. Vzorci postanejo naša navada, ki nam onemogoča napredovanje. Primer nezdrave energije, je ta, da si pokončani službi, vedno rečeš, da nimaš časa kuhati in posledično posegaš po nezdravi hitri hrani. Vsak dan se pritožuješ nad pridobljenimi kilogrami in s slabim počutjem. S metodo samokovčinga prideš do spoznanja, da lahko si hladilnik napolniš z zdravo hrano in nekaj narediš za svoje zdravje in počutje. Tak način ti jemlje energijo.

Ljudje se poslužujemo izrazov, kot so »ko bi le«, »uspelo bi mi«, »ko bi storil samo še to, pa bi«. To so besede, ki sabotirajo možnost za uspeh. Potrebno se je izražati na način, da spodbudiš napredek in rast posameznika. Ljudem se pogosto zdi, da so žrtve. Potrebno je prekiniti take vzorce. Najpomembneje pri samokovčingu je, da prepoznamo pozitivne vzorce, kot so »zmorem«, »to mi je uspelo«, »odlično mi je šlo«. S takim načinom razmišljanja, se polnimo z energijo in se lažje približali svojim ciljem. (Levine, 2008, str.80)

Glede na samo temo raziskovanja definiramo dve hipotezi:

Hipoteza 1: Najpomembnejši motivator, ki vplivajo na kakovost življenja je denar.

Hipoteza 2: Posamezniki potrebujejo samokovčing, za doseganje zastavljenih ciljev.

3 Metoda

Za metodo raziskovanja je bila opravljena kvantitativna analiza. Izvedena je bila anketa v orodju 1KA. 1KA je aplikacija za spletno anketiranje. Anketo je bila objavila na spletu. Anketa je vsebovala 8 vprašanj različnega tipa na temo samokovčinga in vpliv na kakovost življenja.

Rezultati ankete so bili preneseni v program Exell in nato s pomočjo programa Exel –a je bila izvedena obdelava zbirnih podatkov, ki so grafično predstavljeni v članku.

V anketi so bila zastavljena naslednja vprašanja:

Vaša starost?

Vaša stopnja izobrazbe?

Vaš spol?

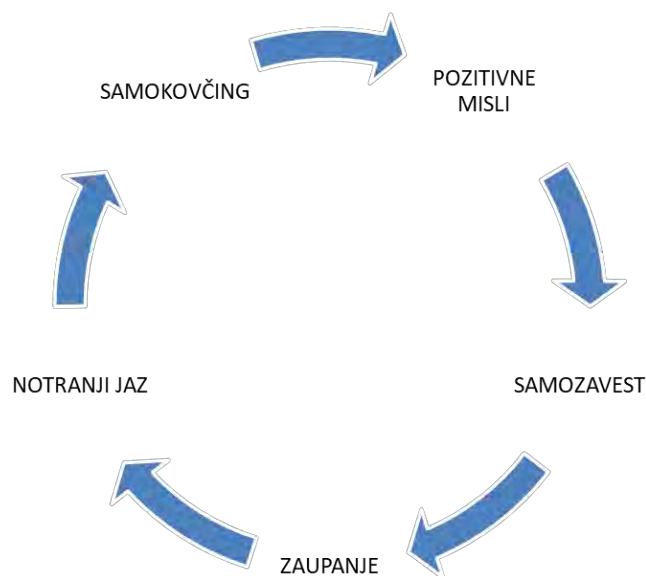
Ali poznate metodo samokovčinga?

Mislite, da bi z metodo samokovčinga dvignili kakovost svojega življenja?

Kateri motivatorji vplivajo na vašo kakovost življenja?

Menite, da ljudje dovolj naredimo, da izboljšamo svojo kakovost življenja?

Na sliki 1 je prikazan model raziskave. Zanima nas predvsem dejavniki, ki so pomembni pri samokovčingu.



Slika 1. Prikaz modela raziskave

Anketiranci, ki so sodelovali so pri izpolnjevanju anketnega vprašalnega so naključni.

4 Rezultati in razprava

V anketi (Tabela 1) je sodelovalo 17 anketirancev. Anketiranci so bili ženskega in moškega spola, različnih starosti. Njihova izobrazba je bila različna, od osnovnošolske, srednješolske oz. višje, visokošolske in druge. Vsi anketiranci so bili zaposleni.

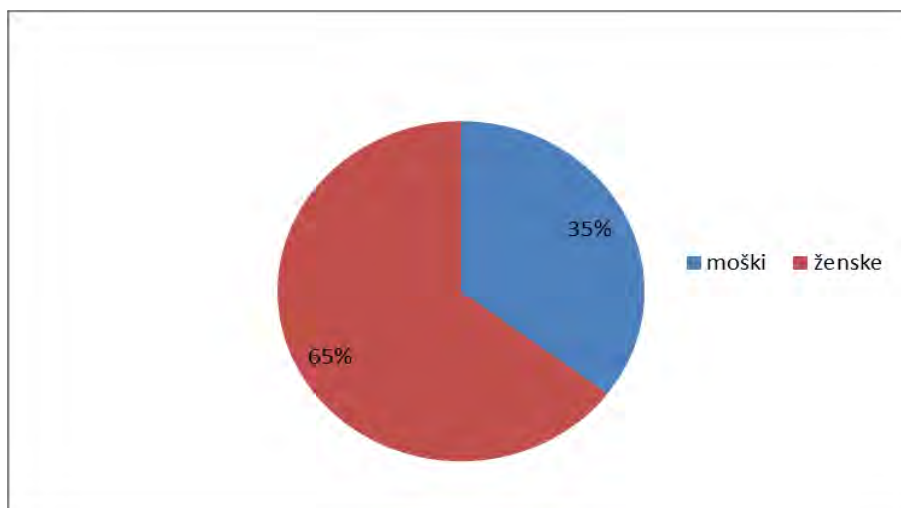
Analizo intervjuja smo izvedli s pomočjo podanih odgovorov v intervjuju.

Tabela 1. Demografski podatki

Vprašanje	Odgovor	N	N(%)
Spol	Moški	6	35
	Ženske	11	65
Starost	Do 20 let	0	0
	Od 20 do 40 let	10	59
	nad 40 let	7	41
Izobrazba	Osnovnošolska	1	6
	Srednješolska	8	47
	Višja,	8	47
	visokošolska, itd.		/
Zaposlen	/		100
	Da	7	/
	Ne	/	

Opomba: N frekvenca; N(%) frekvenca v odstotkih

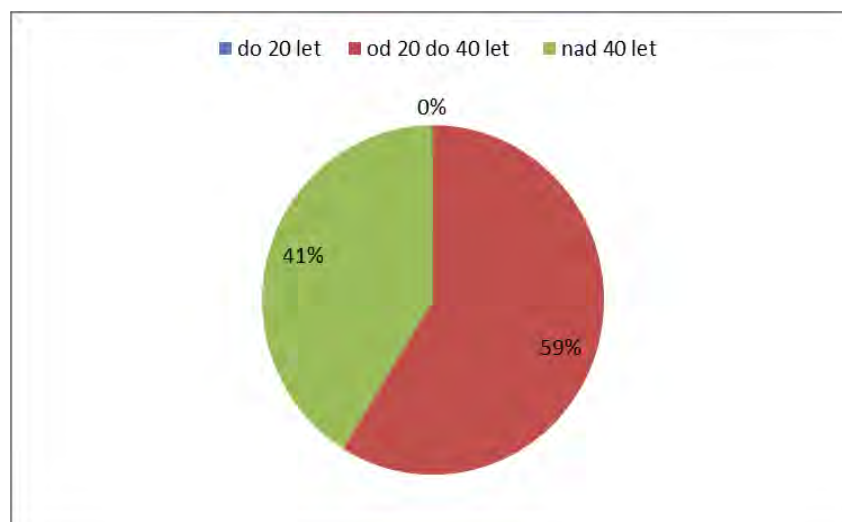
Grafični prikaz anketirancev po spolu je prikazan na Sliki 2.



Slika 2. Prikaz anketirancev po spolu.

Pri anketi je sodelovalo 17 anketirancev, različnega spola. Od tega je bilo 35 % moških in 65 % žensk.

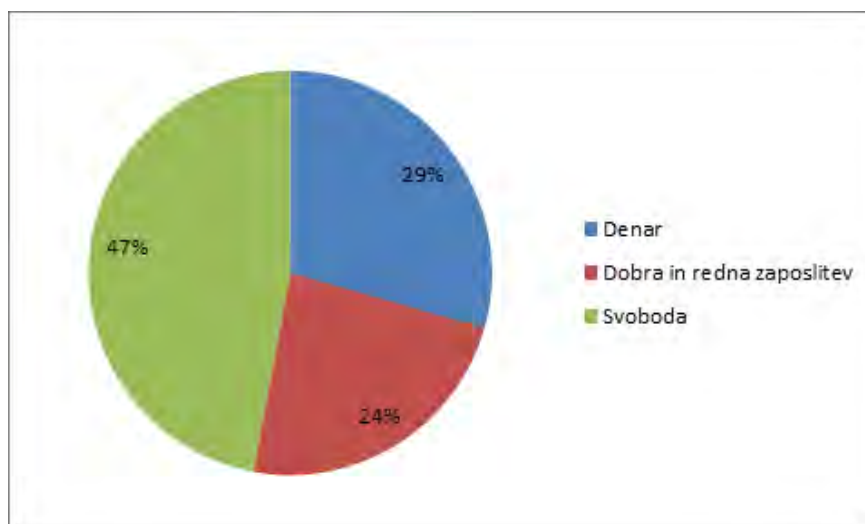
Grafični prikaz anketirancev po starosti je prikazan na sliki 3.



Slika 3. Prikaz anketirancev po starosti.

V anketi je sodelovalo 59 % anketirancev starih nad 40 let, 41% anketirancev od 20 do 40 let in v kategoriji do 20 let ni bilo nobenega anketiranca.

Grafični prikaz motivatorjev, ki vplivajo na kakovost življenja je prikazan na sliki 4.



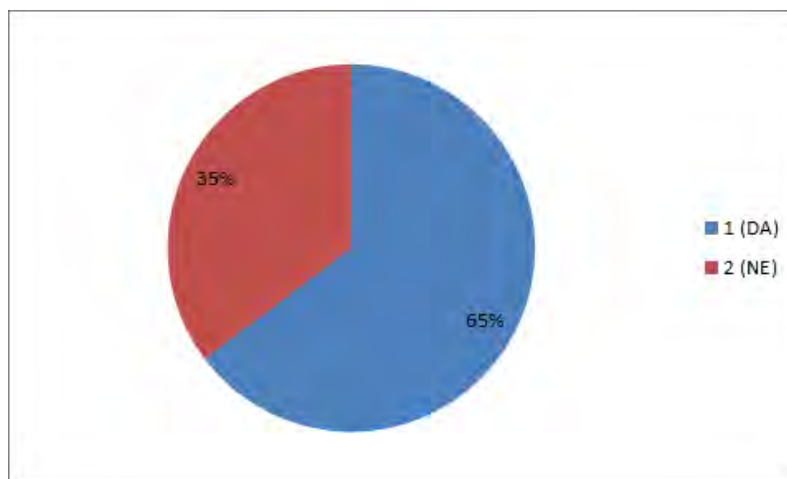
Slika 4. »Kateri motivatorji vplivajo na vašo kakovost življenja?«

Postavljena je bila hipoteza, da je denar najboljši motivator in vpliva na kakovost življenja. Anketiranci so imeli na voljo tri motivatorje in sicer, da je motivator denar, dobra in redna zaposlitev in svoboda. Največ anketirancev je odgovorilo, da je svoboda tista, katera je največji motivator za boljšo kakovost življenja.

Hipoteza 1, da je denar najpomembnejši motivator je ovržena. Anketiranci so največ svojih glasov namenili, da je najpomembnejši motivator svoboda.

Svoboda je pomemben motivator za kakovost življenja. Če ljudje nismo svobodni živimo v nekem zaporu, otesnjeni, obremenjeni z dejavniki, ki poslabšajo kakovost življenja posameznika. Svoboda ima veliko pomenov, lahko je že svoboda govora, svoboda gibanja, kratka svoboda je nekaj kar nam bistveno izboljša kakovost življenja in je osnova našim življenjskim potrebam.

Slika 5. Prikaz odgovor na tezo ali posamezniki potrebujejo samokovčing za doseganje zastavljenih ciljev.



Slika 5. »Ali bi sami potrebovali samokovčing?«

Pri hipotezi 2 je bilo podano, da posamezniki potrebujejo samokovčing za doseganje ciljev. Teza je bila potrjena. Anketiranci so se večinoma strinjali, da bi potrebovali samokovčing. Nekatere organizacije izvajajo kovčing pri svojih zaposlenih, lahko pa posameznik ravno tako s pomočjo pripomočkov, se nauči izvajati sam samokovčing. Seveda se je potrebno pri izvajanju samokovčinga držati navodil in ta način poistovetiti s seboj in s tem si posameznik lahko dvigne kakovost svojega življenja.

Veliko je delavnic, ki ponujajo izobraževanja za razvoj posameznikov, raznih timov, športnikov, glasbenikov, vodstvenih delavcev,... S samokovčingom posameznik pridobi na samopodobi, je bolj samozavesten, hitreje pride do svojih ciljev in je enostavno bolj zadovoljen s svojim delom in življenjem. Če je človek psihološko bolj zdrav, je tudi fizično bolj zdrav.

Človek se rodi in odrašča s svojimi straši, ki so ti vzgled in zrasteš ravno tak, kot so bili oni. Vsi vzorci, ki so ti bili dani skozi odraščanje so lahko dobri ali manj dobri. Takim, manj dobrim se želimo s samokovčingom prevzorčiti in postati nekaj drugega. Vsak posameznik se mora za kakovost življenja svojega življenja, narediti veliko sam, s svojo voljo in zanimanjem do novih znanj, le tako, bo imel vsak posameznik boljšo kakovost življenja.

5 Zaključek

V raziskavo sta bili postavljeni dve hipotezi. Hipoteza 1 »Najpomembnejši motivator, ki vplivajo na kakovost življenja je denar« je bila ovržena. Najpomembnejši motivator anketirancev je svoboda. Denar in dobra zaposlitev nista najpomembnejša motivatorja.

Postavljena je bila še Hipoteza 2: »Posamezniki potrebujejo samokovčing, za doseganje zastavljenih ciljev?« Večina anketirancev je prepoznalo, da potrebuje samokovčing, ki bi pomagal anketirancu, da pride do nekih novih spoznaj, novega življenja in s tem, bi mu dvignilo kakovost življenja. Hipoteza 2 je bila sprejeta.

Če pogledamo življenje, kot celoto je dobro vedeti, kaj si ljudje želijo v svojem življenju. Kateri so motivatorji, ki jih ženejo naprej. Kaj potrebujejo, da še vedno uspešno sledijo tempu življenja. Tudi organizacija v kateri si zaposlen, bi morala dati velik poudarek na počutje zaposlenega, na njegove motivatorje in vlagati v človeški kapital, kajti le to je ključ do uspeha. Če je posameznik zadovoljen srečen, bo zdrav in bo lahko dobro delal, tako v privatnem življenju, kot na delavnem mestu. Samokovčing je pomemben del, da si posameznik pomaga sam in s svojim novim načinom sprejemanja samega sebe pride do novih vzorcev.

Pomen članka za družbo je, kako si posameznik lahko pomaga s samokovčingom, da doseže boljšo kakovost življenja.

Raziskava je bila omejena na manjše število anketirancev in objavljena na enem spletnem portalu, za nadaljnjo raziskovanje bi lahko razširili tako število anketirancev, kot tudi nabor vprašanj v anketi.

Reference

1. B & B (2014). *Kaj je svoboda*. Najdeno na <https://www.bbconsulting.si/bb-aktualno/archive-999999/kaj-je-svoboda>, dne 23.10.2022
2. SSKJ (2022). *Svoboda*. Najdeno na <https://fran.si/iskanje?View=1&Query=svoboda&All=svoboda&FilteredDictionaryIds=130>
3. Levine., T., 2010. *Coaching je za vsakogar*. Ljubljana.
4. Smith., J., 2022. *Zakaj mi tega nihče ni povedal že prej*. Učila International.
5. Heller, R. & Hindle, T. (2001). *Veliki poslovni priročnik*. Ljubljana. Mladinska knjiga.
6. Denny, R. (1997). *O motivaciji za uspeh*. Gorski vestnik. Ljubljana.

Simona Pavlin Repovž po izobrazbi sem dipl. ing. kemijske tehnologije, je zaposlena v Krki d.d. kot tehnolog v fazi polizdelkov. Je študentka 2. letnika magistrske stopnje Menedžment kakovosti na Fakulteti za organizacijske študije v Novem mestu.

Abstract:

The Impact of Self-coffining on the Quality of Life

Research Question (RQ): How does self-coaching affect the quality of life? Two hypotheses were put forward. Hypothesis 1: The most important motivator that affects the quality of life is money? And Hypothesis 2: Do individuals need self-coaching to achieve goals?

Purpose: The purpose of the research is to examine the motivators that influence the quality of life, how to help yourself to raise your quality of life to a higher level, to conduct a survey and to confirm or reject the proposed theses.

Method: For the research method, I performed a quantitative method and otherwise prepared a survey in the IKA tool. I published the survey online.

Results: Two hypotheses were put forward in the research. The first hypothesis that money is the most important motivator was not confirmed. Respondents chose freedom as the most important motivator. The second hypothesis, that individuals need self-coaching in achieving the set goals, was confirmed. Respondents need self-coaching in their work to achieve the set goals.

Organization: The research shows the self-coaching method, which has a benefit and a positive impact on the individual as well as the organization.

Society: The theoretical part of the research described the ways in which we influence the quality of our lives and thereby indirectly influence society.

Originality: I don't think I've ever come across a self-quarantine and a questionnaire online.

Limitations/Future Research: The research should include a larger number of respondents and a larger number of questions on the topic of quality of life.

Keywords: self-cultivation, motivation, inner self, self-confidence, well-being, quality of life.

Copyright (c) Simona PAVLIN REPOVŽ



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Kakovost življenja v bližini jedrskih elektrarn

Mateja Tomažin*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 5, 8000 Novo mesto,
Slovenija
mateja.tomazin@fos-unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): »Kakšna je kakovost življenja v bližini jedrskih elektrarn?«

Namen: Namen in cilj raziskave je raziskati in ugotoviti kakšna je kakovost življenja tistih, ki živijo v bližini ali poleg jedrskih elektrarn. Na kakovost življenja vpliva več dejavnikov, kot je okolje, jedrske nesreče, odpadki in izpusti.

Metoda: Pri raziskavi smo uporabili kvantitativno metodo. Izhajali smo že iz znanih virov. Uporabili smo tudi lastne izkušnje iz izbrane organizacije.

Rezultati: Rezultati raziskave kažejo, da je jedrska energija na najnižjem mestu glede izpustov v okolje. V preteklosti so se zaradi obratovanj in posledičnega sevanja jedrskih elektrarn pojavljale bolezni, predvsem rak. Ernest Sternglass je ugotovil, da na poti iz Krškega do Ljubljane skoraj podvojena vrednost radioaktivnosti. Podrobno smo navedli izpuste radioaktivnosti za Nuklearno elektrarno Krško. Po sedanjih meritvah, ki jih izvajajo NEK in različne organizacije je daleč pod upravno določenimi omejitvami. Boljša kot je kakovost življenja, bolj visok je življenjski standard.

Organizacija: Javnost in tisti, ki bivajo poleg jedrskih elektrarn morajo razumeti koristi in slabosti jedrske tehnologije. Zavedati se moramo, da je v današnjem času električna energija nujno potrebna. Na kakovost življenja vpliva več dejavnikov, ki se meri z različnimi faktorji. V preteklosti so kakovost zaznamovale nesreče ter posledični vpliv na okolje.

Družba: Raziskava je vidik povezave ljudi, kakovosti z jedrsko tehnologijo in okoljem.

Originalnost: Iz pregleda literature prepoznavamo tako pozitivne kot negativne učinke jedrske energije. Dejstvo je, da se spreminjajo materiali in oprema ter da je v današnjem času vgradnja novejša ter kvalitetnejše opreme v jedrske objekte.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Za širši pogled na kakovost življenja v bližini jedrskih elektrarn bi bilo smiselno podrobno preučiti vse vplive na okolje ter razširiti in vključiti socialne in ekonomske vidike.

Ključne besede: jedrska elektrarna, kakovost življenja, okolje, jedrske nesreče, energija, Nuklearna elektrarna Krško.

1 Uvod

Življenja brez elektrike si ne znamo več predstavljati. V svetu se močno povečuje poraba električne energije. Proizvaja se na več načine. Poznamo termoelektrarne, hidroelektrarne, sončne, vetrne, jedrske, geotermalne in elektrarne na biomaso. V zgodovini so prevladale elektrarne na fosilna goriva.

Energija je sposobnost telesa, da opravi delo. Nastopa v različnih oblikah. Hkrati je tudi človekova telesna sposobnost za opravljanje fizičnega ali umskega dela, moči ali sile. (SSKJ)

Hkrati predstavljajo jedrske elektrarne ključen vir oskrbe z električno energijo.

Kakovost življenja je pomembna za ljudi. Kakovost se ne meri samo s finančnimi zmožnostmi, temveč z več faktorji. Tej faktorji pa so: zaposlitev, stanovanje, družina, prosti čas, zabava, prijatelji. To je povezano tudi z občutkom zadovoljstva z lastnimi željami. Hkrati pa visok življenjski standard še ne pomeni tudi visoke ravni kakovosti življenja.

V splošnem se za kakovost življenja šteje okolje, zdravje, delovni čas, varnost, vseživljenjsko učenje in družabno življenje.

Naš namen raziskave je preučiti, kakšen vpliv imajo jedrske elektrarne na kakovost življenja, ki bivajo poleg oz. v njihovi bližini.

Cilj raziskave je ugotoviti ter preučiti kakovost življenja ljudi, ki so poleg jedrskih elektrarn. Iz raziskave je razvidno, da na kakovost vpliva več faktorjev. Ernest Sternglass je ameriški radiolog, ki je trikrat obiskal Slovenijo.

2 Teoretična izhodišča

Tisti, ki imajo na razpolago veliko virov za zadovoljevanje potreb in so istočasno zadovoljni z življenjem imajo **kakovostno življenje**. (Svetlik, 1996, str. 6)

Definicija pojma **kakovosti življenja** je zelo relativna. Še posebej v časih, ko je materialno blagostanje ljudi čedalje večje, vsaj v razvitem delu. Nivo sreče ljudi pa žal ne sledi temu trendu. Znanstveno je dokazano, da bruto domači proizvod (ki je merilo za materialno blagostanje) ne vpliva na to, koliko so ljudje srečni. (Bizinaizi, 2022)

Kazalniki blaginje v Sloveniji so prikazani na sliki št. 1. (Statistični urad Republike Slovenije, 2015).



Slika 1. Kazalniki blaginje.

»**Podnebne spremembe** bodo vplivale na počutje in zdravje ljudi ter v splošnem na kakovost življenja, zato je preučevanje teh učinkov izziv za znanstvenike«. (Kajfež-Bogataj, 2005, str.1)

Okolje je tisti del narave, kamor seže ali bi lahko segel vpliv človeškega delovanja. (Zakon o varstvu okolja, 2020)

»**Jedrska elektrarna** je termoelektrarna, le da za segrevanje vode uporablja energijo, sproščeno ob cepitvi atomskih jeder v reaktorju. V primerjavi s termoelektrarno na fosilna goriva jedrska elektrarna ne sprošča ozračju škodljivih izpustov, vendar težavo predstavlja porabljeno energijo. Gorivo, ki se uporablja v jedrskih elektrarnah, je namreč radioaktivno in ostane radioaktivno tudi po njegovi uporabi, zato problematika glede tega, kako odvreči/skladiščiti to gorivo, da ne bi onesnažilo okolja ter škodovalo ljudem in živalim, obstaja. Zaradi problematike jedrskih odpadkov jedrska elektrarna prav tako ne velja za obnovljiv vir energije«. (Markovič, 2021, str. 8)

Resolucija o jedrski in sevalni varnosti v Republiki Sloveniji za obdobje 2013-2023 je podlaga 109. člena Poslovnika državnega zbora. Razloži, da pridobivanje električne energije v jedrskih elektrarnah dosega vidne pozitivne makroekonomske rezultate in z znanjem ter inovativnostjo prispeva h konkurenčnosti gospodarstva in k zanesljivi oskrbi z električno energijo, brez rentgenskih slik pa si ne moramo predstavljati medicinske diagnostike, ki prispeva h kakovosti življenja.

V prvem načelu, kjer je odgovornost za varnost je imetnik dovoljenja odgovoren za preverjanje primerne zasnove in ustrezne kakovosti objektov in dejavnosti ter pripadajoče opreme.

Nuklearna elektrarna Krško (NEK, 2022) je edina jedrska elektrarna v Sloveniji, ki leži ob reki Savi. 01.12.1974 je bil položen temeljni kamen za izgradnjo. Dovoljenje za začetek rednega obratovanja je NEK dobila januarja leta 1984. Kapital je v lasti družbenikov GEN energija d.o.o. in Hrvatske Elektroprivrede d.d., ki imata pravico in obveznost prevzema 50% skupne razpoložljive moči.

Vsebuje **tlačnovodni reaktor** družbe Westinghouse. Nazivna moč je 696 MW, največja moč je 676 MW. Gorivo je obogateno z uranom ^{235}U , masa goriva je 48,7 t. Vsebuje 121 gorilnih elementov, moderator in hladilo, ki je demineralizirana voda ter 33 snopov po 20 palic iz zlitine srebra, indija in kadmija. To se uporablja za regulacijo moči, kontrolnih palic.

Elektrarna je sestavljena iz **treh krogov**, primarnega, sekundarnega ali terciarnega. Primarni krog sestavlja sredica reaktorja, kjer je tlačna posoda. Sredica je sestavljena iz 121 gorivnih palic, cevi so iz cirkonijeve zlitine, ki je napolnjena in obogatena s tabletkami urana. Poleg omenjenega imamo še cevovode, ki povezujejo reaktorsko posodo z uparjalnikom, črpalko ter hladilno zanko. Drugi krog sestavljata visokotlačna in nizkotlačna parna turbina, generator, kondenzator in transformator. Terciarni krog je namenjen odvajanju toplote s pomočjo reke Save. Kondenzator je glavna komponenta za hlajenje, kjer hladilne črpalke črpajo vodo in vračajo nazaj v Savo. Savska voda se pri prehodu v kondenzator segreje. Proces se imenuje kondenzacija, ki spremlja oddano toploto izrabljene pare. (NEK, 2022)

Nicola Pavlovič (2019, str. 19-34) v svojem diplomskem delu razloži **jedrske nezgode in vplive na okolje pri primerjavi med Černobilom in Fukušimo**. Obe nezgodi sta povzročili veliko onesnaženje okolja na severni polobli z radioaktivnim snovmi.

V tabeli št.1 in 2 so prikazane razlike jedrske nezgode med Černobilom in Fukušimo, dve največji nezgodi v jedrskih elektrarnah. V obeh primerih je jedrski reaktor deloval na osnovi cepitve uranovih atomov.

Tabela 1. Jedrska nezgoda v Černobilu

ČERNOBIL (Ukrajina)	
<i>Leto nesreče</i>	1986 v mestu Pripjat.
<i>Razlog za nesrečo</i>	Kontaminacija osnovnih inženirskih pomanjkljivosti reaktorja in napačnih postopkov ukrepanja upravljavcev.
<i>Št. smrtnih žrtev</i>	28
<i>Posledice na okolje in ljudi</i>	Ocenjuje se, da je zgorelo 50t jedrskega goriva in 800t grafita. Sprostilo se je večja količina izotopa cezija -137 in ostalih radionuklidov. Ljudje so bili izpostavljeni kontaminaciji, razvil se je akutni sevalni sindrom.

Tabela 2. Jedrska nezgoda v Fukušimi

FUKUŠIMA (Japonska)	
<i>Leto nesreče</i>	2011 na vzhodni obali.
<i>Razlog za nesrečo</i>	Najprej tsunami, nato potres. Posledično se je sprožila samodejna zaustavitev reaktorja 1-3. Prišlo je tudi do izpada vseh šestih zunanjih dovodov električne energije in poškodbe zasilnega napajanja.
<i>Št. smrtnih žrtev</i>	Brez smrtnih žrtev.
<i>Posledice na okolje in ljudi</i>	Prišlo je do nenadzorovanega spusta radionuklidov. Zunanja izpostavljenost pri človeku je nastala zaradi vdihovanja, ekipa prve pomoči je bila izpostavljena gama in beta sevanju.

»Učinki jedrske elektrarne na zdravje ljudi« je članek Andreja Prispevala iz leta 2014. Svetovna Poslovna akademija iz jedrske elektrarne Diablo Canyon v Kaliforniji je podala uradno poročilo za javnost. Od odprtja elektrarne v sredini 1980-ih je okraj San Luis iz občine z relativno nizko prešlo na občino z visoko stopnjo rakavih obolenj. Po začetku delovanja se je izredno hitro povečala incidenca raka ščitnice in raka dojke pri ženskah. Povečalo se je občutno umrljivost dojenčkov, otrok in mladostnikov. Otroci so se rodili z zelo nizko težo. Statistika melanom je poskočila iz 3,6 na 130,2 %. Najvišja stopnja umrljivosti je prevladovala v krajih, ki so oddaljeni do 90 km od reaktorjev. Ugotovitve poročila so temeljile na najvišji stopnji umrljivosti zlasti dojenčkov, otrok in žensk, vzrok je rak. Avtor tudi navaja, da študija ni odličen dokaz, da je vsaka jedrska elektrarna škodljiva. Meni nasprotno, da je zelo možno, da ravno ta jedrska elektrarna v Kaliforniji primer, kako se jih ne sme graditi.

Maja Lorenčič je avtorica članka »Podcenili smo posledice delovanja jedrskih elektrarn za zdravje ljudi«. V Sloveniji se je leta 2008 že tretjič mudil Ernest Sternglass, ki je ameriški radiolog. Izvedel je predavanje o zdravstvenih, socialnih in drugih posledicah življenja v bližini jedrskih elektrarn in opozoril, da jedrska elektrarna ni niti čista okolji prijazna in da so podcenjeni dolgoročni učinki nizko radioaktivnega sevanja na ljudi. Po njegovem mnenju bi bilo treba opustiti jedrsko opustiti. Na poti iz Krškega do Ljubljane je s pomočjo geigerjevimi števcem zabeležil v okolju skoraj podvojeno vrednost radioaktivnosti, ki jo nosijo vetrovi. V okolici nuklearke je vzel še vzorec zemlje in vršičkov iglavcev, ki jih je poslal na analizo v Veliko Britanijo. Z analizo je skušal ugotoviti, zakaj v 50. letih prejšnjega stoletja tako narastlo število otrok, obolelih rakom, mrtvorojenih ali otrok z nizko porodno težo. Noseče matere so opravile številne rentgenske slikanje. Očitno je rentgensko žarčenje imelo vpliv na razvoj raka pri otrocih. Leta 1963 so mu prepovedali izvajanje jedrskih poskusov v zraku, število obolelih otrok se ni vrnilo na predhodno raven, ampak se je v 60. letih smrtnost povečala. Ker smo mu prepovedal izvajanje poskusov v zraku je te preselil pod zemljo (izvajati jih je šele začel leta 1991). Pri tem je prišlo do izpustov radioaktivnih snovi v okolje.

V tistem obdobju mu nihče ni želel verjeti. Takrat je delala za Westinghouse, ki proizvaja jedrske elektrarne. »Vsi smo si veliko obetali od razvijajoče se tehnologije za izkoriščanje jedrske energije«. Kasneje se je pridružil pitsburški medicinski fakulteti.

Izvedel je tudi merjenje stroncija 90 v otroških mlečnih zobeh. Tega elementa ni v naravi in je izključno produkt rabe jedrske energije. Ugotovitve kažejo, da nivo stroncija 90 v izpadlih otroških zobeh narašča s približevanjem jedrski centrali.

Sterngless poudarja, da so posledice **kratkotrajne velike izpostavljenosti** radioaktivnem sevanju niso tako škodljive kot **dolgotrajna izpostavljenost nizkemu sevanju**. Zato je mogoča samo ena rešitev, prenehanja uporabljanja jedrske energije.

»Rezultati raziskave pokažejo, da je zaupanje v jedrski objekt, merjen s petimi spremenljivkami, v korelaciji z oddaljenostjo. **Oddaljenost** izražamo na dva načina: prvič soočamo lokalno skupnost Posavja (ki sobiva z jedrsko elektrarno) z drugimi lokalnimi skupnostmi v Sloveniji in drugič, pri šestih različnih skupinah zunanjih deležnikov upoštevamo dejansko oddaljenost bivališča od jedrskega objekta. Zaupanje v jedrski objekt je večje pri prebivalcih, ki živijo bližje jedrski elektrarni. V primeru umeščanja nove jedrske elektrarne bodo deležniki v Posavju takšni odločitvi bolj naklonjeni, nezanemarljiv delež sodelujočih pa o tem nima izoblikovanega mnenja« je navedel Milan Simončič (2019, str. 140) v svoji raziskavi o rezultatih **vpliva oddaljenosti bivanja na zaupanje v jedrsko elektrarno**.

Aleš Zajc (2010, str. 73) v svoji magistrski nalogi raziskuje ter razloži **družbeno sprejemljivost umeščanja jedrskih objektov v Sloveniji**. Med najpomembnejše rezultate in zaključke pri svoji nalogi je uvrstil naslednje:

- Dejstvo, da prevladuje negativno stališče udeležencev na lokalni ravni do novih jedrskih objektov glede odlagališča NSRAO v lokalno skupnost Krško.
- Ugotavlja tudi, da jedrska energija predstavlja eno izmed ustrežnejših rešitev za reševanje energetske krize.
- Lokalna partnerstva občine Krško in Brežice se delno strinjajo, da je jedrska energija v tem trenutku verjetno res najugodnejša rešitev.
- Obstajajo tveganja, ki jih je možno z tehnološkim razvojem in varnostnimi ukrepi zmanjšati.
- Glede NEK-a dvomijo v popolno neškodljivost objekta in objektivnosti merjenj ter objavljanj rezultatov. V preteklosti so se kazali negativni vplivi na okolje kot posledica pregrevanja reke in pogina rib.
- Krška lokalna skupnost je v prihodnje verjetno eno izmed področij, kje bo najlažje doseči družbeno sprejemljivost ob umeščanju novega jedrskega objekta. Pri tem je potrebno sodelovanje tako države kot lokalne skupnosti.

Maja Kozole (2021, str. 236) v članku »**Vrednotenje zaznanih koristi in tveganj jedrske tehnologije v družbi**« navaja: »Še posebej prebivalci, ki živijo v bližini jedrske elektrarne, se bojijo potencialnih nevarnosti za okolje zaradi jedrskega sevanja ali morebitnih nesreč. Pomanjkanje informacij in premajhna komunikacija z javnostjo prav tako negativno vpliva na ljudi in prispeva k neuspehu jedrskega programa. Vedenje ljudi pri iskanju informacij je

posledica vrzeli v znanju in zato si prizadevajo za pridobitev informacij. Študija je pokazala, da je količina znanja ključnega pomena pri napovedovanju zaznanega tveganja. Pretekle jedrske nesreče sicer lahko povzročajo povečano znanje o jedrski energiji, ampak se temu sorazmerno priključujejo tudi zaznave tveganj. Ljudje z večjim znanjem o jedrski energiji so bolj izpostavljeni tako pozitivnim kot negativnim informacijam. K negativnim informacijam štejemo zaznavo tveganj. Prebivalci nimajo nikoli dovolj znanja, da bi lahko presodili tveganje gradnje jedrske elektrarne v bližini, vendar jih pomanjkanje znanja motivira k iskanju le teh. (Zeng, Wei, Zhao, Zhu, & Gu, 2017, str. 740 - 751)«.

Trajnostna raba jedrske energije in sevanja povečuje kakovost sodobnega življenja. Zagotavlja nam električno energijo, diagnostične in terapevtske storitve v medicini ter različne postopke v raziskavah in industriji. Te koristi pa nam nalagajo obveznosti glede radioaktivnih odpadkov, ki nastanejo. (ARAO, Agencija za radioaktivne odpadke, 2015, str. 1)

»**Pasti nacionalnega energetske strategije**« je članek Simona Smoleta iz leta 2022, kjer navaja, da je temeljno poslanstvo Nacionalnega energetskega in podnebne načrta (NEP) sprememba razumevanja vloge in pomena energije pri zagotavljanju blaginje. To je kakovost življenja s ciljem izboljšanja ravnanja z energijo v tehnološkem, ekonomskem in okoljskem pomenu.

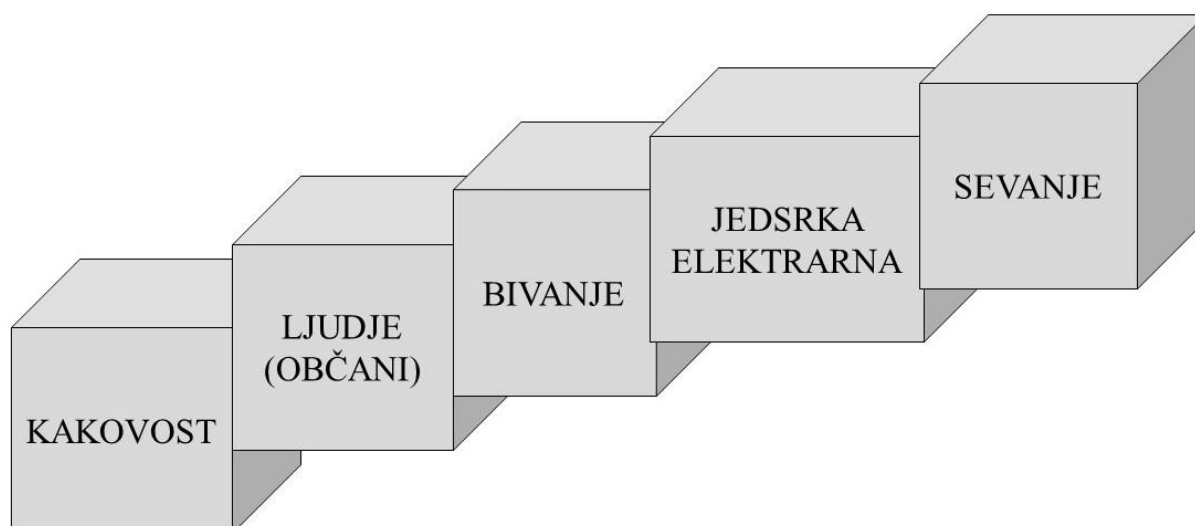
V članku »**Krško-trajnostni razvoj za vedno višjo kakovost bivanja**« so predstavljena stališča občine iz leta 2018. Prizadevajo si za pomembne strateške položaje glede:

- Energetske sanacije petih osnovnih šol, gradnjo skoraj nič-energijski vrtec,
- vlaganja v nove izobraževalne programe-robotika,
- optimizacijske pogoje za pridelavo lokalne hrane,
- zmanjševanjem količin odloženih odpadkov in krožno gospodarstvo,
- trajnostne mobilnosti- vsako leto novi kilometri kolesarskih poti,
- trajnostnega turizma,
- vključevanja in sodelovanja z občani.

Analiza kakovosti življenja (2018) iz revije Moje finance v občini Krško je na podlagi skupne ocene med slovenskimi občinami na 19. mestu. Glavni kazalniki, na katerih je bila temeljila analiza kakovosti življenja: gospodarska moč občine in občanov, urejenost infrastrukture in stanovanj, zdravja občanov, življenjski moči prebivalcev ter ravni kriminalitete.

3 Metoda

Pri raziskovalnem vprašanju, kakšna je kakovost življenja v bližini jedrskih elektrarn, smo uporabili kvalitativno metodo z uporabo modela, ki je prikazan na sliki št. 2.



Slika 2. Model raziskave

Za teoretični del raziskave smo zapisali na podlagi domače in tuje literature s področja, ki se navezuje na doseganje uspehov z nadarjenostjo zaposlenih. Pri iskanju literature smo uporabili ključne besede in poiskali sorodne knjige, članke, diplomska dela, monografije in ostalo primerno literaturo.

Najbolj pogoste ključne besede po katerih smo izvedli poizvedovanje skozi brskalnik Google učenjak, COBISS, Science Direct, Scopus in dLib. Tabela 3 prikazuje pomembne ključne besede.

Tabela 3. Pomembne ključne besede

Pomembne ključne besede	
Slovensko poimenovanje	Angleško poimenovanje
Jedrska elektrarna	Nuclear plant
Jedrska nesreča	Nuclear accident
Energija	Energy
Okolje	Environment
Učinki	Effects
Vpliv na ljudi	Impact on people

S pomočjo navedenih ključnih besed smo poiskali literaturo, ki je zavedena v tabeli 3. V nadaljevanju smo navedeno literaturo preučili in uporabili v razpravi, ki je prikazana v tabeli 4.

Tabela 4. Seznam literature

Avtor	Naslov
Svetlik (1996)	Kakovost življenja v Sloveniji
Bizinaizi (2022)	Kakovost življenja-kako jo izboljšati?
Statistični urad RS (2015)	Kazalniki blaginje v Sloveniji
Kajfež-Bogaj (2005)	Podnebne spremembe in njihovi vplivi na kakovost življenja ljudi
Markovič (2021)	Okoljski vpliv proizvodnje vodika z elektrolizo in različnimi viri električne energije
NEK (2022)	/
Pavlovič (2017)	Jedrske nezgode in vpliv na okolje pri primerjavi Černobilom in Fukušimo
Prispeval (2014)	Učinki jedrske elektrarne na zdravje ljudi
Lorenčič (2008)	Podcenili smo posledice delovanja jedrskih elektrarn za zdravje ljudi
Simončič (2019)	Vpliv oddaljenosti bivanja na zaupanje v jedrsko elektrarno
Zajc (2010)	Družbena sprejemljivost umeščanja jedrskih objektov v Sloveniji
Kozole (2021)	Vrednotenje zaznanih koristi in tveganj jedrske tehnologije v družbi
ARAO, Agencija za radioaktivne odpadke (2015)	Trajnostna raba jedrske energije in sevanja
Smole (2022)	Pasti nacionalnega energetske strategije
Zlati kamen (2018)	Krško-trajnostni razvoj za vedno višjo kakovost bivanja
Moje finance (2018)	Analiza kakovosti življenja

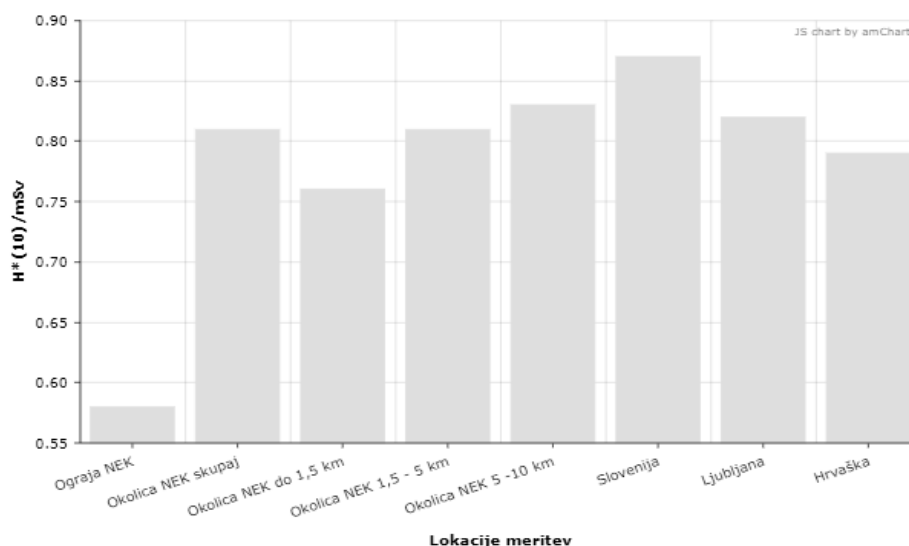
4 Rezultati in razprava

Ves svet se sooča s pomembnimi izzivi, predvsem kako zmanjšati emisije toplogrednih plinov.

Glede izpustov toplogrednih plinov, ki jih navaja IAEA (*International Atomic Energy Agency*) je jedrska elektrarna na najnižjem mestu. (Dolinšek, 2004, str. 43)

Poročilo o nadzoru radioaktivnosti, ki ga navaja NEK na njihovi spletni strani za leto 2020 pravi, da je NEK v letu 2020 daleč pod upravno določenimi omejitvami. Gradijo dolgoročnost obratovanja na izhodišču trajnostnega razvoja, kar pomeni, da poleg varnosti in stabilnosti obratovanja ter ekonomske učinkovitosti skrbni tudi do okolja, ljudi in družbe. Meritve in analize izvajajo Institut Jožef Štefan, Ljubljana, Zavod za varstvo pri delu, Ljubljana, NEK, Institut Ruđer Bošković, Zagreb in Meis, Mali vrh pri Šmarju.

Vpliv sevanja zaradi obratovanja NEK na prebivalstvo je tako **nizek**, da **dejansko ni merljiv**, in se ga da izračunati s pomočjo modelov. Rezultati nadzora potrjujejo, da so bili v letu 2020 so sevalni vplivi NEK ob ograji elektrarne in 350 metrov nizvodno od njenega jezua na prebivalstvo v okolici ocenjeni na manj kot 0,07 mikrosieverta, kar je druga najnižja vrednost v zadnjih 31 letih. To je približno 0,003 % značilnega neizogibnega naravnega ozadja, ki za leto 2020 znaša 2390 mikrosievertov in ga povzročata radioaktivnost v zemlji in sevanje, ki prihaja iz vesolja. Slika 3 prikazuje povprečni okoljski dozni ekvivalenti za leto 2020.

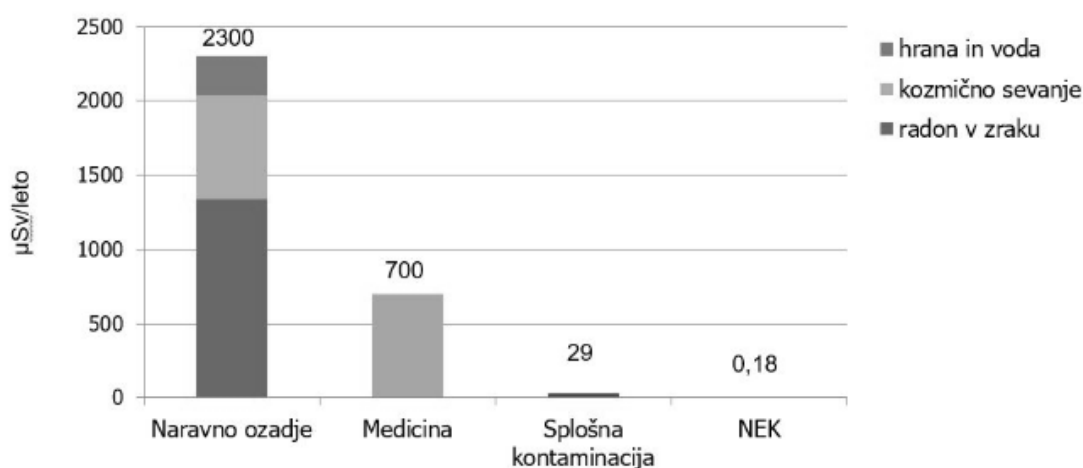


Slika 3. Povprečni okoljski dozni ekvivalenti (H) za leto 2020.

Vir: Nuklearna elektrarna Krško (3.6.2021). Pridobljeno na NEK: <https://www.nek.si/novice/porocila/porocilo-o-nadzoru-radioaktivnosti-tudi-v-letu-2020-vplivi-nek-dalec-pod-upravno-dolocenimi>

Iz poročila Nadzora radioaktivnosti za leto 2021 je daleč pod upravno določenimi mejami. Meritve izvajajo iste institucije. Sevalni vpliv NEK-a na prebivalstvo v okolici oziroma ob ograji elektrarne in 350 metrov nizvodno od našega jezua so ocenjeni na manj kot 0,18 mikrosivertov (μSv), kar je 0,0078 odstotkov naravnega ozadja, ki za preteklo leto znaša 2300 mikrosivertov in ga povzročata radioaktivnost v zemlji in sevanje iz vesolja.

Na sliki 4 je prikazan graf za leto 2021.



Slika 4. Povprečni okoljski dozni ekvivalenti (H) za leto 2021. Vir: Nuklearna elektrarna Krško (5.5.2022).

Pridobljeno na NEK: <https://www.nek.si/novice/porocila/porocilo-o-nadzoru-radioaktivnosti-tudi-v-letu-2021-vplivi-nek-dalec-pod-upravno-dolocenimi>

Vpliv NEK na okolje se nadzira z merjenjem izpuščene radioaktivnosti (emisij) in vnosa radioaktivnih snovi v okolje (emisij). NEK meri radioaktivnost v izpustih odpadne vode v

reko Savo in iz ventilacijskega sistema v zrak. V okolici elektrarne so nameščene avtomatske merilne postaje. V okviru programa meritev radioaktivnosti v okolici NEK opravljajo omenjene neodvisne institucije obsežne meritve zraka, zemlje, vode, hrane in živinske krme na več deset lokacijah.

Ustreznost ravnanja z okoljem je potrdila kontrolna presoja izpolnjevanja zahtev okoljskega standarda ISO 14001:2015.

»Pripravljena je tudi dokumentacija, ki je potrebna za postopek pridobivanja okoljevarstvenega soglasja za potrebe dolgoročnega obratovanja po letu 2023«. (Letno poročilo, 2021, str.4)

Na temo kakovosti življenja, jedrskih nezgod ter vpliva jedrske elektrarne na okolje in ljudi smo zasledili veliko literature različnih avtorjev. Primer literature je prikazano v tabeli 5.

Tabela 5. Ključne ugotovitve po posameznih referencah

Avtor	Naslov
Svetlik (1996)	Kakovost življenja je koncept za priznavanje po višji kakovosti proizvodnje. Brez kakovostnega delovnega okolja ni mogoče pričakovati izdelkov ali storitev.
Bizinaizi (2022)	Definicija pojma kakovosti življenja je zelo relativna. Še posebej v časih, ko je materialno blagostanje ljudi čedalje večje, vsaj v razvitem delu. Nivo sreče ljudi pa žal ne sledi temu trendu. Znanstveno je dokazano, da bruto domači proizvod (ki je merilo za materialno blagostanje) ne vpliva na to, koliko so ljudje srečni.
Statistični urad RS (2015)	Kazalniki blaginje v Sloveniji so materialni, družbeni in okoljski.
Kajfež-Bogataj (2005)	Podnebne spremembe bodo vplivale na počutje in zdravje ljudi ter v splošnem na kakovost življenja, zato je preučevanje teh učinkov izziv za znanstvenike.
Markovič (2021)	Jedrska elektrarna je termoelektrarna, le da za segrevanje vode uporablja energijo, sproščeno ob cepitvi atomskih jeder v reaktorju. V primerjavi s termoelektrarno na fosilna goriva jedrska elektrarna ne sprošča ozračju škodljivih izpustov, vendar težavo predstavlja porabljena energija. Gorivo, ki se uporablja v jedrskih elektrarnah, je namreč radioaktivno in ostane radioaktivno tudi po njegovi uporabi, zato problematika glede tega, kako odvreči/skladiščiti to gorivo, da ne bi onesnažilo okolja ter škodovalo ljudem in živalim, obstaja. Zaradi problematike jedrskih odpadkov jedrska elektrarna prav tako ne velja za obnovljiv vir energije.
NEK, Nuklearna elektrarna Krško (2021)	Nuklearna elektrarna Krško (NEK) je edina JE v Sloveniji, ki leži ob reki Savi. 01.12.1974 je bil položen temeljni kamen za izgradnjo. Dovoljenje za začetek rednega obratovanja je NEK dobila januarja leta 1984. Kapital je v lasti družbenikov GEN energija d.o.o. in Hrvatske Elektroprivrede d.d., ki imata pravico in obveznost prevzema 50 % skupne razpoložljive moči. Vsebuje tlačnovodni reaktor družbe Westinghouse. Nazivna moč je 696 MW, največja moč je 676 MW. Gorivo je obogateno z uranom ²³⁵ U, masa goriva je 48,7 t. Vsebuje 121 gorilnih elementov, moderator in hladilo, ki je demineralizirana voda ter 33 snopov po 20 palic iz zlitine srebra, indija in kadmija. To se uporablja za regulacijo moči, kontrolnih palic. Elektrarna je sestavljena iz treh krogov, primarnega, sekundarnega ali terciarnega.
Pavlovič (2017)	Jedrske nezgode in vplive na okolje pri primerjavi med Černobilom in

»nadaljevanje«

Fukušimo. Obe nezgodi sta povzročili veliko onesnaženje okolja na severni polobli z radioaktivnim snovmi. V obeh primerih je jedrski reaktor deloval na osnovi cepitve uranovih atomov.

Prispeval (2014)

Svetovna Poslovna akademija iz jedrske elektrarne Diablo Canyon v **Kaliforniji** je podala uradno poročilo za javnost. Od odprtja elektrarne v sredini 1980-ih je okraj San Luis iz občine z relativno nizko prešlo na občino z visoko stopnjo **rakovih obolenj**. Po začetku delovanja se je izredno hitro povečala incidenca raka ščitnice in raka dojke pri ženskah. Povečalo se je občutno umrljivost dojenčkov, otrok in mladostnikov. Otroci so se rodili z zelo nizko težo. Statistika melanom je poskočila iz 3,6 na 130,2 %. Najvišja stopnja umrljivosti je prevladovala v krajih, ki so oddaljeni do 90 km od reaktorjev. Ugotovitve poročila so temeljile na najvišji stopnji umrljivosti zlasti dojenčkov, otrok in žensk, vzrok je rak. Avtor tudi navaja, da študija ni odličen dokaz, da je vsaka jedrska elektrarna škodljiva. Meni nasprotno, da je zelo možno, da ravno ta jedrska elektrarna v **Kaliforniji** primer, kako se jih ne sme graditi.

Lorenčič (2008)

V Sloveniji se je leta 2008 že tretjič mudil **Ernest Sternglass**, ki je ameriški radiolog. Izvedel je predavanje o zdravstvenih, socialnih in drugih posledicah življenja v bližini jedrskih elektrarn in opozoril, da jedrska elektrarna ni niti čista okolji prijazna in da so podcenjeni dolgoročni učinki **nizko radioaktivnega sevanja na ljudi**. Po njegovem mnenju bi bilo treba opustiti jedrsko opustiti. Na poti iz Krškega do Ljubljane je s pomočjo geigerjevih števcem zabeležil v okolju skoraj podvojeno vrednost radioaktivnosti, ki jo nosijo vetrovi. V okolici nuklearke je vzel še vzorec zemlje in vršičkov iglavcev, ki jih je poslal na analizo v Veliko Britanijo.

Zajc (2003)

Družbena **sprejemljivost umeščanja jedrskih objektov v Sloveniji**. Prevladuje negativno mnenje glede odlagališča NSRAO. Hkrati da jedrska energija predstavlja eno izmed ustrežnejših rešitev za reševanje energetske krize. Lokalna partnerstva občine Krško in Brežice se delno strinjajo, da je jedrska energija v tem trenutku verjetno res najugodnejša rešitev. Tveganja je možno zmanjšati z tehnološkim razvojem in varnostnimi ukrepi zmanjšati. Glede NEK-a dvomijo v popolno neškodljivost objekta in objektivnosti merjenj ter objavljanj rezultatov. V preteklosti so se kazali negativni vplivi na okolje kot posledica pregrevanja reke in pogina rib.

Kozole (2021)

Še posebej prebivalci, ki živijo v **bližini jedrske elektrarne**, se bojijo potencialnih **nevarnosti za okolje** zaradi jedrskega **sevanja ali morebitnih nesreč**. Pomanjkanje informacij in premajhna komunikacija z javnostjo prav tako negativno vpliva na ljudi in prispeva k neuspehu jedrskega programa. Vedenje ljudi pri iskanju informacij je posledica vrzeli v znanju in zato si prizadevajo za pridobitev informacij. Študija je pokazala, da je količina znanja ključnega pomena pri napovedovanju zaznanega tveganja. Pretekle jedrske nesreče sicer lahko povzročajo povečano znanje o jedrski energiji, ampak se temu sorazmerno priključujejo tudi zaznave tveganj. Ljudje z večjim znanjem o jedrski energiji so bolj izpostavljeni tako pozitivnim kot negativnim informacijam. K negativnim informacijam štejemo zaznavo tveganj. Prebivalci nimajo nikoli dovolj znanja, da bi lahko presodili tveganje gradnje jedrske elektrarne v bližini, vendar jih pomanjkanje znanja motivira k iskanju le teh.

ARAO, Agencija za
radioaktivne odpadke (2014)

Trajnostna raba jedrske energije in sevanja povečuje kakovost sodobnega življenja. Zagotavlja nam električno energijo, diagnostične in terapevtske storitve v medicini ter različne postopke v raziskavah in industriji. Te koristi pa nam nalagajo obveznosti glede radioaktivnih odpadkov, ki nastanejo.

»se nadaljuje«

»nadaljevanje«

Smole (2022)	Pasti nacionalnega energetske strategije je članek Simona Smoleta iz leta 2022, kjer navaja, da je temeljno poslanstvo Nacionalnega energetskega in podnebnega načrta (NEP) sprememba razumevanja vloge in pomena energije pri zagotavljanju blaginje. To je kakovost življenja s ciljem izboljšanja ravnanja z energijo v tehnološkem, ekonomskem in okoljskem pomenu.
Zlati kamen (2018)	Krško-trajnostni razvoj za vedno višjo kakovost bivanja so predstavljana stališča občine iz leta 2018. Prizadevajo si za pomembne strateške položaje glede energetske sanacije petih osnovnih šol, gradnjo skoraj nič-energijski vrtec, vlaganja v nove izobraževalne programe-robotika, optimizacijske pogoje za pridelavo lokalne hrane, zmanjševanjem količin odloženih odpadkov in krožno gospodarstvo, trajnostne mobilnosti- vsako leto novi kilometri kolesarskih poti, trajnostnega turizma in vključevanja in sodelovanja z občani.
Moje finance (2018)	Po kakovosti življenja je občina Krško na 19. mestu. Glavni kazalniki, na katerih je bila temeljila analiza kakovosti življenja: gospodarska moč občine in občanov, urejenost infrastrukture in stanovanj, zdravja občanov, življenjski moči prebivalcev ter ravni kriminalitete.

Kakovost življenja je ključna v vseh fazah življenjskega procesa. Odvisna je od več dejavnikov. Boljše kot nam je, višjo kakovost imamo.

Kot je razvidno, nujno potrebujemo jedrsko energijo. V prejšnjem stoletju je o njej primanjkovalo učinkovitih raziskav in informacij. Menimo, da so bili tudi materiali iz katerih so se gradile neustrezni ter neodporni proti zaščitam, ki je potrebna. Posledično je bilo preveč obolenj. Izhajali smo iz Letnega poročila NEK. Poročili navajata, da je organizacija daleč pod upravno določenimi omejitvami radioaktivnosti.

Kot je razvidno iz **primerjave jedrskih nesreč** v Černobilu in Fukušimi imata različne vzroke. Nezgoda v Černobilu je antropogenega izvora, v Fukušimi pa naravnega neželenega dogodka. V prvem primeru so bile prepoznane tehnološke pomanjkljivosti reaktorja ter operaterjev, ki so se neustrezno oz. napačno odločali. V drugem primeru je vzrok tsunami, ki je poškodoval dizelske agregate, posledično je nastala velika količina pare zaradi nezadostnega hlajenja reaktorjev. (Pavlovič, 2019, str. 19-34)

»**Država z obnovljivimi viri in brez jedrskih elektrarn?**« Trk z realnostjo doživela Nemčija, čaka tudi Slovenijo?« Članek iz leta 2022. Nemčija se že leta trudi, da bi namesto fosilnih in jedrskih elektrarn pridobila energijo pomočjo obnovljivih virov, s sončnimi in vetrnimi elektrarnami. Zadali so si cilj, da bodo leta 2022 zaprli še zadnjo jedrsko elektrarno, do leta 2038 pa naj bi zaprli še zadnjo termoelektrarno na nemških tleh. A zdi se, da je bil ta načrt preveč ambiciozen in da obstaja velika možnost, da bo Nemčija načrt spremila. Hkrati navajajo, da z ukinjanjem jedrske energije izgublja priložnosti bolj kot nevarnosti.

»**Ne jemati, ampak prispevati**« (2021) je intervju, ki je izvedla Saša Gnezda s prejemnikom priznanja za življenjsko delo na področju menedžmenta g. Stanetom Rožmanom, predsednikom uprave Nuklearne elektrarne Krško. Iz intervjuja je prepoznano, da g. Rožman kot pomembno komponento izpostavlja sprejemljivost v javnosti ter odnosi z okoljem in v

okolju. »Ves čas sledim notranji orientaciji, da je tukaj moje mesto, da sem dolžan dokazati, da v Sloveniji zmoremo uporabljati, razvijati in voditi kompleksno tehnologijo. Na drugi strani se počutim odgovornega, da se okolje, iz katerega izhajam in v katerem živim, počuti varno ter se skupaj z nami razvija«.

V sedanjem času se moramo zavedati, da je jedrska energija ključna ter da se jo pridobi brez izpustov toplogrednih plinov, ki so škodljivi za okolje. Posledice so jedrski odpadki. Pravilno hranjenje in skladiščenje le-teh je ključno.

Iz prispevkov je razvidno, kako in koliko vlaga Jedrska elektrarna Krško v svojo varnost. Hkrati tudi intenzivno in učinkovito izobražuje svoje zaposlene za preprečevanje človeških napak. Skladno z zahtevami standarda 14001 in drugih se izvajajo presoje.

5 Zaključek

Rezultati izpustov toplogrednih plinov kažejo, da je jedrska energija med najnižjimi. Glede NEK-a meritve radioaktivnosti izvajajo različne institucije. Iz poročila o nadzoru radioaktivnosti smo podrobno primerjali leto 2020 in 2021. Za obe leti so daleč pod upravno določenimi vrednosti oz. so zanemarljivi zaradi obratovanja NEK. Na okolje se nadzirajo z merjenjem izpuščene in vnesene radioaktivnosti (emisij). Izvajajo se meritve zraka, zemlje, vode, hrane in živalske krme na več lokacijah.

Raziskava je pokazala, da je potrebno zaupati v jedrsko energijo in tehnologijo. Potrebno je tudi učinkovito sodelovanje z javnostjo, da si ustvari pozitivno mnenje. Predvsem se je potrebno zavedati, kako pomembna je trajnostna raba energije.

Omejitve raziskave so temeljile na tveganjih in koristih, ki so v povezavi z jedrsko energijo.

Za nadaljnjo raziskavo bi bilo smiselno pregledati ter vključiti jedrske nesreče ter pridobiti mnenja vseh radiolog in tistih, ki delajo v jedrski industriji. Poleg delnega okoljskega vidika bi bilo smiselno vključiti še socialni in ekonomski pogled.

Članek je izdelan kot del obveznosti za potrebe študijskega programa Fakultete za organizacijske študije v Novem mestu.

Vsi, ki živimo v bližini jedrske elektrarne se lahko kljub zgornjim navedbam vseeno počutimo varno, ker NEK vzdržuje visok raven jedrske varnosti.

Reference

1. ARAO. (2015). *ARAO v letu 2014*. Pridobljeno na https://arao.si/images/pdf/arao_lp_2014.pdf
2. *Država z obnovljivimi viri in brez jedrskih elektrarn? Trk z realnostjo je doživela Nemčija, čaka tudi Slovenijo.* (2022). Pridobljeno na <https://www.domovina.je/drzava-z-obnovljivimi-viri-in-brez-jedrskih-elektrarn-trk-z-realnostjo-doživela-nemcija-caka-tudi-slovenijo/>

3. Dolinšek, U. (2004). *Najboljša alternative proizvodnje električne energije v Sloveniji glede na izkušnje izbranih držav članic Evropske unije*. (Diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
4. Gider, F. (2022). »Kakovost življenja-kako jo izboljšati?« Pridobljeno na <https://www.bizinaizi.si/kako-doseci-vecjo-kakovost-zivljenja/>
5. Gnezda, S. (2021, 4. april). *Ne jemati, ampak prispevati*. Pridobljeno na https://www.mqportal.si/ne-jemati-ampak-prispevati?fbclid=IwAR290BPZFsukFfZzTLr66ba3KX5_fs3zsaCKsbflGm-2M2FtZju8cDfu1T0
6. Kajfež-Bogataj, L. (2005). »Podnebne spremembe in njihovi vplivi na kakovost življenja ljudi«. Pridobljeno na <https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=http%3A%2F%2Faas.bf.uni-lj.si%2Fmaj2005%2F04kajfez2.doc&wdOrigin=BROWSELINK>
7. Kozole, M. (2021). Vrednotenje zaznanih koristi in tveganj jedrske tehnologije družbi. *Revija za univerzalno odličnost*, 10(3), (233-249).
8. *Krško-trajnostni razvoj za vedno višjo kakovost življenja*. (2018). Občina Krško. (2022). Krško: Občina Krško. Pridobljeno na <https://zlatikamen.si/clanki/krsko-trajnostni-razvoj-za-vedno-visjo-kakovost-bivanja/>
9. Lorenčič, M. (2008). *Podcenili smo posledice delovanja jedrskih elektrarn za zdravlje ljudi*. Pridobljeno na <https://www.dnevnik.si/334849>
10. Markovič, R. (2021). *Okoljski vpliv proizvodnje vodika z elektrolizo in različnimi viri električne energije*. Pridobljeno na <https://repozitorij.uni-lj.si/IzpisGradiva.php?id=128380>
11. Milič, M. (2018). *Kje v Sloveniji se najboljše živi v letu 2018? Razkrivamo lestvico 212 občin!* Pridobljeno na <https://mojefinance.finance.si/8939584>
12. *Nuklearna elektrarna Krško*. (2022). Pridobljeno na <https://www.nek.si/>
13. *Nuklearna elektrarna Krško*. (2022). Letno poročilo 2020. Krško: NEK.
14. *Nuklearna elektrarna Krško*. (2022). Letno poročilo 2021. Krško: NEK.
15. Pavlovič, N. (2019). *Jedrske nezgode in vplivi na okolje- primerjava med Černobilom in Fukušimo*. (Diplomsko delo). Maribor: Fakulteta za varnostne vede.
16. Prispeval, A. (2014). »Učinki jedrske elektrarne na zdravje ljudi«. Pridobljeno na <https://www.varcevanje-energije.si/aktualne-novice/ucinki-jedrske-elektrarne-na-zdravje-ljudi.html>
17. Republika Slovenije, Statistični urad. (30.10.2022). *Kazalniki blaginje v Sloveniji*. Pridobljeno na <https://www.stat.si/doc/pub/Kakovost.pdf>
18. *Resolucija o jedrski in sevalni varnosti v Republiki Sloveniji za obdobje 2013-2023* (ReJSV13-23). (2013, 2. julij). (brez datuma). (Uradni list RS, št. 56/13, uvod in 1. načelo). Pridobljeno na <http://pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=RESO88>
19. Simončič, M. (2019). Vpliv oddaljenosti bivanja na zaupanje v jedrsko elektrarno. *Revija za univerzalno odličnost*, 4(3), (140-160).
20. Smole, S. (2022). *Pasti nacionalne energetske strategije*. Pridobljeno na <https://megafon.si/pisemo/pasti-nacionalne-energetske-strategije/>
21. SSKJ *Slovar slovenskega knjižnega jezika*. Pridobljeno na <https://fran.si/iskanje?FilteredDictionaryIds=130&View=1&Query=energija>
22. Svetlik, I. (1996). *Kakovost življenja v Sloveniji*. Založba FDV.
23. Zakon o varstvu okolja (Uradni list RS, št. 158/20, 3. člen). Pridoblejno na <http://pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO1545>
24. Zajc, A. (2010). *Družbena sprejemljivost umeščanja jedrskih objektov v Sloveniji*. (Magistrska naloga). Nova Gorica: Fakulteta za uporabne družbene študije.

Mateja Tomažin je diplomirala na Fakulteti za kemijo in kemijsko tehnologijo, Univerze v Ljubljani. Trenutno je zaposlena v elektro industriji. Na Fakulteti za organizacijske študije v Novem mestu nadaljuje podiplomski študij Menedžment kakovosti.

Abstract: **Quality of Life Near Nuclear Power Plants**

Research Question (RQ): "What is the quality of life near nuclear power plants?"

Purpose: The purpose and purpose of the research is to explore and determine the quality of life of those living near or near nuclear power plants. Quality of life depends on a number of factors, such as the environment, nuclear accidents, waste and discharges.

Method: In the study we used a quantitative method. We've come from known sources. We also used our own experiences from a selected organisation.

Results: The results of the study show that nuclear energy is at its lowest point in terms of emissions into the environment. In the past, the operation and consequent radiation of nuclear power plants have caused diseases, especially cancer. Ernest Sternglass found that on the way from Krško to Ljubljana almost doubled the value of radioactivity. We detailed the radioactivity releases for the Krško Nuclear Power Plant. According to the current measurements carried out by the various organisations, NEK is far below the administratively defined restrictions. The better the quality of life, the higher the standard of living.

Organisation: The public and those who stay next to nuclear power plants need to understand the benefits and disadvantages of nuclear technology. We must be aware that electricity is urgently needed in this day and age.

Society: Research is an aspect of people's connection, quality to nuclear technology and the environment.

Originality: From the literature review we will recognize both the positive and negative effects of nuclear energy. The fact is that materials and equipment are changing and that in this day and age, the installation of newer and better quality equipment is in nuclear facilities.

Limitations/Future Research: For a broader view of the quality of life in the vicinity of nuclear power plants, it would make sense to examine in detail all environmental impacts and to expand and integrate social and economic aspects.

Keywords: nuclear power plant, quality of life, environment, nuclear accidents, energy, Krško nuclear power plant.

Copyright (c) Mateja TOMAŽIN



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Vpliv okolja na kakovost življenja

Mateja Zakšek*

Fakulteta za organizacijske študijske vede v Novem mestu, Ulica talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija
mateja.zaksek@fos.unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kateri so dejavniki okolja in njihovi pozitivni in negativni učinki na kakovost življenja?

Namen: Namen raziskave je prepoznati ključne učinke sodobnih dejavnikov kakovosti življenja. Cilj raziskave je proučiti koncept kakovosti življenja in njegove učinke ter oblikovati model kakovosti življenja, temelječega na dejavnikih kakovosti življenja.

Metoda: Uporabljena je kvalitativna metoda pregleda in analize znanstvene in strokovne literature s področja kakovosti življenja. Za potrebe raziskave smo uporabili dela, objavljena med leti 2000 in 2022.

Rezultati: Na podlagi pregleda literature je oblikovan model kakovosti življenja z osmimi dimenzijami oziroma dejavniki – družbene interakcije, naravno okolje, življenjski slog, poklicno in zasebno življenje, zaposlitveni status in dohodkovna neenakost, socialno varstvo, informacijsko-komunikacijske tehnologije in COVID-19. Ugotovljenih je najmanj 26 pozitivnih in 37 negativnih učinkov okolja na kakovost življenja.

Organizacija: Raziskava prispeva organizacijam s prepoznavanjem sodobnih dejavnikov okolja oziroma njihovih učinkov na kakovost življenja, pri čemer lahko organizacije umilijo nekatere negativne učinke.

Družba: Raziskava prispeva k poznavanju pozitivnih učinkov okolja na kakovost življenja in ozavešča o bolj ali manj ugodni realnosti učinkov okolja na kakovost življenja sodobne družbe. S ozaveščanjem določenih negativnih učinkov, lahko vsak posameznik prispeva k boljši kakovosti svojega življenja in življenja drugih.

Originalnost: Originalnost raziskave je v prispevanju k ozaveščanju in morebitnem omiljevanju negativnih učinkov okolja na kakovost življenja.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskava je omejena zgolj na pregled literature, kar predstavlja določene omejitve v količini podatkov.

Ključne besede: sodobno okolje, kakovost življenja, dejavniki okolja, pozitivni učinki, negativni učinki.

1 Uvod

Človeška družba se je v zadnjih stoletjih močno spremenila in ta proces »modernizacije« je močno vplival na življenja posameznikov. Dandanes živimo precej drugačna življenja od tistih, ki so jih naši predniki živeli le tri generacije nazaj. Na tej točki človeške zgodovine nimamo le dovolj materialnih virov, da nahranimo, oblečemo, damo zatočišče in izobrazimo skoraj da vsakega Zemljana, temveč imamo tudi globalno zmogljivost za komuniciranje, izboljšanje

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

zdravstvene oskrbe in znatno čiščenje okolja. Ali je ta družbeni razvoj sprememba na bolje? O tem vprašanju je bilo vedno veliko polemik in trenutno se zdi, da je spor bolj intenziven kot kdaj koli prej, morda zato, ker se danes bolj zavedamo, da družbo ustvarjamo sami, in ker se družbene spremembe dogajajo z vedno večjo hitrostjo. Eno od vprašanj v tej stalni razpravi je kakovost življenja v sodobni družbi. Veenhoven v zvezi s tem meni (2010, str. 105), da optimisti napredka verjamejo, da zdaj živimo bolje kot prejšnje generacije, medtem ko pesimisti trdijo, da se življenje slabša.

Veenhoven (2010, str. 105) pri proučevanju obstoječih raziskav iz zgodovinske antropologije ugotavlja, da smo v zgodnji lovsko-nabiralski družbi živeli bolje kot v kasnejši agrarni družbi oziroma da je družbena evolucija različno spreminjala kakovost človeškega življenja, najprej pri prehodu iz obstoja lovcev in nabiralcev v poljedelstvo negativno, nato pa pozitivno pri preoblikovanju iz agrarne v industrijsko družbo. Avtor doda, da »zdaj živimo dlje in srečnejše kot kdaj koli prej«. Pa je temu res tako? Če so se skozi stoletja in zadnja desetletja izboljšali pogoji za življenje oziroma življenjski standardi, to morda še ne pomeni, da se je izboljšala tudi kakovost samega življenja. Menimo, da na kakovost življenja ne morejo vplivati le naše finančne zmožnosti, torej ni vse to, koliko zaslužimo in kaj si z zasluženim lahko kupimo, ampak je predvsem povezano tudi z občutkom zadovoljstva z lastnim življenjem. Visok življenjski standard ne pomeni nujno tudi visoke ravni kakovosti življenja.

Namen raziskave je prepoznati ključne učinke sodobnih dejavnikov kakovosti življenja. Z raziskavo želimo prispevati k obstoječemu znanju glede sodobnih dejavnikov in njihovih pozitivnih/negativnih učinkov na kakovost življenja. Za doseganje namena raziskave je cilj raziskave proučiti koncept kakovosti življenja in njegove učinke ter oblikovati model kakovosti življenja, temelječega na dejavnikih kakovosti življenja. To dosežemo s pregledom znanstvene in strokovne literature oziroma obstoječih ugotovitev iz raziskav. Z oblikovanjem modela kakovosti življenja smo želeli ponazoriti vpliv okolja na kakovost življenja oziroma dejavnike, ki jih literatura obravnava kot ključne pri kakovosti življenja. V skladu s slednjim se naše raziskovalno vprašanje glasi: Kateri so dejavniki okolja in njihovi pozitivni in negativni učinki na kakovost življenja?

2 Teoretična izhodišča

2.1 Opredelitev okolja

Izraz »okolje« je oblikovan na podlagi besede »Environ«, ki izhaja iz francoske besede »Environner«, kar pomeni obkrožati ali obdajati (Kumar, 2019, str. 314). Koncept okolja ima glede na namen proučevanja nemalo opredelitev – preučevanje okolja namreč temelji na različnih disciplinah znanja, kot so okoljevarstvo, naravoslovje, ekologija, življenje in bivanje ter mnoge druge. Splošni pomen okolja se nanaša na »vse, kar nas obdaja« oziroma je »skupek vseh dejavnikov, ki so prisotni v okolici« (Begum & Azam, 2021, str. 239). V članku se osredotočamo predvsem na etimološki vidik okolja. Koncept okolja v etimološkem pomenu predstavlja »okolje, zlasti materialni in duhovni vplivi, ki vplivajo na rast, razvoj in obstoj živega bitja, oziroma okoliščine ali razmere, ki obdajajo organizem ali skupnost organizmov«.

Gre torej za skupek družbenih oziroma kulturnih razmer, ki vplivajo na posameznika ali skupnost. Z vidika človeka je okolje torej vsota vseh družbenih, ekonomskih, bioloških, fizikalnih ali kemičnih dejavnikov, ki obdajajo človeka, ta pa je hkrati tudi ustvarjalec oziroma oblikovalec svojega okolja (Kumar, 2019, str. 315).

2.2 Opredelitev koncepta kakovosti življenja

Pred dobre pol stoletja je Svetovna zdravstvena organizacija (ang. *World Health Organization*, v nadaljevanju WHO) opredelila kakovost življenja (ang. *quality of life*) kot »stanje popolnega fizičnega, psihičnega in socialnega blagostanja in ne le odsotnosti bolezni in slabosti« (World Health Organization, 1947, str. 29). Kasneje je WHO nadgradila idejo kakovosti življenja in jo opredelila kot »posameznikovo dožemanje lastnega položaja v življenju v povezavi s kulturo in sistemov vrednot v okolju, v katerem živi, ter v povezavi z njegovimi cilji, pričakovanji, standardi in skrbmi« (Kuyken & Group, 1995, str. 1403). Vrsto let je bila ta opredelitev kakovosti življenja s strani WHO najpomembnejša in najvplivnejša, vendar se je ideja kakovosti življenja v zadnjih letih spremenila in konceptualno razširila na mnoga področja. Iz zdravstvenega vidika je se je ideja kakovosti življenja z zdravstvenega vidika razširila na opredelitev »kako dobro posameznik deluje v svojem življenju in kako zaznava dobro počutje na fizičnem in psihičnem področju zdravja«, pri čemer se delovanje nanaša na sposobnost posameznika, da izvaja nekatere vnaprej določene dejavnosti, dobro počutje pa na njegove subjektivne občutke (Hays & Reeve, 2010, str. 196).

Koncept kakovosti življenja je večdimenzionalen in kompleksen, ki zajema več kriterijev, kot so družina, čustveno in fizično dobro počutje, fiziološka funkcija, zmožnost vzdrževanja dnevnih aktivnosti in druge subjektivne komponente, kot je zadovoljstvo z življenjem, kjer oseba opazuje svoje pričakovanja in doseganje ciljev. Ta koncept lahko vidimo na ravni zadovoljstva osebe na družinskem, ljubezenskem, čustvenem, družbenem, naravno-okoljskem in eksistencialnem področju, pa tudi na ravni funkcionalne sposobnosti, intelektualne aktivnosti, socialno-ekonomske ravni, zadovoljstva z službo in okolje, v katerem živijo. (Gaspar, 2017, str. 490)

Kakovost življenja se nanaša na splošno dobro počutje posameznikov in vključuje fizično in psihično zdravje – gre za subjektivno prepričanje posameznika o tem, kako se počuti in kako zadovoljen je s svojim življenjem (Kross et al., 2013, str. 1). Gilgeous (1998, str. 174) meni, da gre pri kakovosti življenja za »posameznikovo zadovoljstvo s svojimi življenjskimi razsežnostmi v primerjavi z njegovim idealnim življenjem«. Rajović in Bulatović (2016, str. 97) opredelita kakovost življenja kot »optimalno raven psihičnega, telesnega, poklicnega in družbenega delovanja, vključno z odnosi z okoljem, pa tudi z občutkom zdravja, fizičnega stanja, zadovoljstva z življenjem in dobrega počutja«. Ob tem gre izpostaviti razliko med kakovostjo življenja in zadovoljstvom z življenjem. Donovan, Halpern in Sargeant (2002, str. 7) razliko med kakovostjo življenja in zadovoljstvom z življenjem pojasnita tako: »Kakovost življenja je podoben koncept kot družbena blaginja in se pogosto meri z objektivnimi indikatorji. Zadovoljstvo z življenjem je subjektivna mera človekove blaginje, kjer vsak

posameznik presoja svojo stopnjo zadovoljstva z življenjem – ki jo lahko določajo socialni, ekonomski, okoljski, duhovni in drugi dejavniki.

Diener in Suh (1997, str. 189–190) opazata, da tako s političnega kot s filozofskega vidika dojemanje kakovosti življenja lahko temelji na enem od naslednjih treh vidikov: (1) Značilnosti dobrega življenja lahko izhajajo iz normativnih idealov, ki temeljijo na verskih, filozofskih ali drugih sistemov. Na primer, posameznik je lahko na podlagi njegovih verskih načel prepričan, da je bistveni element kakovosti življenja pomoč drugim ljudem. (2) Bistvo kakovosti življenja je v zadovoljevanju posameznikovih prioritetenih potreb. Zaradi omejenih virov ljudje prednjačijo stvari, ki izboljšajo kakovost njihovega življenja in, posledično, organizirajo svoje življenje glede na razpoložljive vire in osebne potrebe. (3) Kakovost življenja lahko zaznavamo tudi skozi doživljanje posameznikovega življenja. Če ta svoje življenje dojema kot dobro in relativno v skladu s pričakovanji, je mogoče predvidevati, da je v njegovem primeru res tako. S tega vidika so temeljna merila za vrednotenje kakovosti življenja veselje, užitek in zadovoljstvo z življenjem.

Kakovost življenja je širok večdimenzionalen koncept, ki predstavlja pričakovanje in skrb za lastno zdravje in življenje, in je veliko širši od življenjskega standarda – tj. raven bogastva, udobja, materialnih dobrin in potrebščin, ki so na voljo določenemu družbenoekonomskemu razredu ali geografskemu območju – ali materialnih življenjskih pogojev, saj upošteva tudi delovne pogoje, stopnjo socialne vključenosti, zdravje in izobrazbo, ali so ljudje ekonomsko (npr. brezposelni) ali fizično šibki itd. (Veenhoven, 2012, str. 64). Veenhoven (2010, str. 105) meni, da se kakovost življenja v družbi lahko meri s tem, kako dolgo in srečno živijo njeni prebivalci in po osmih letih proučevanja, ali je modernizacija družbe izboljšala ali poslabšala življenje, na vzorcu 143 narodnosti ugotovi, da ljudje v današnjih najmodernejših družbah živijo dlje in srečnejše oziroma da sta se sreča in dolgoživost v večini primerov povečali. Ob tem gre izpostaviti, da sreča ni sinonim za kakovost življenja, temveč predstavlja stopnjo, do katere posameznik oceni kakovost svojega celotnega življenja kot dobrega oziroma kot stopnjo zadovoljstva s kvaliteto življenja, ki ga živi (Veenhoven, 2012, str. 64).

Glede na predhodno navedeno lahko rečemo, da teorija nima enotne opredelitve kakovosti življenja oziroma da obstaja veliko pristopov k opredelitvi, vendar vse opredelitve izpostavljajo zavestno kognitivno presojo zadovoljstva posameznika s svojim življenjem. Gre torej za obsežen koncept, ki na kompleksen način vključuje posameznikovo fizično in psihično zdravje, družbene odnose, njegov odnos do okolja, materialno stanje itd.

2.3 Dimenzije kakovosti življenja

Dimenzije kakovosti življenja z zdravstvenega vidika tradicionalno vključujejo fizične, psihološke in socialne dejavnike (Ferrans, Zerwic, Wilbur, & Larson, 2005, str. 336). V literaturi se najpogosteje omenja razlikovanje med objektivnimi in subjektivnimi dimenzijami oziroma kazalniki kakovosti življenja. Objektivni pristop temelji na proučevanju zastopanosti različnih zunanjih dejavnikov kot so materialni položaj, stanje naravnega okolja, politična svoboda, stopnja demokracije v družbi itd. Gre za stopnjo, v kateri »življenje izpolnjuje

eksplicitne standarde dobrega življenja, kot jih oceni nepristranski zunanji opazovalec» (na primer rezultat zdravniškega pregleda). Subjektivni pristop se ukvarja predvsem s proučevanjem subjektivnih ocen in izkušenj posameznikov – tj., samoocene, ki temeljijo na implicitnih kriterijih (na primer posameznikovo subjektivno zaznavanje zdravstvenega stanja). Ob tem gre izpostaviti, da se ti dve dimenziji lahko tudi izključujeta – na primer, nekdo je lahko po merilih svojega zdravnika dobrega zdravja, a se kljub temu počuti slabo. (Veenhoven, 2000, str. 3)

Po Ruževičius (2014, str. 321) so dimenzije kakovosti življenja naslednje: (1) fizično stanje (zdravje, delovna obremenitev, vzdržljivost, prehranjenost); (2) materialno stanje (dobro počutje, življenjski pogoji, kakovost gospodarstva, povprečni dohodek, kupna moč, pogoji za delo in rekreacijo itd.); (3) psihično stanje (čustva, stališča, vrednote, samospoštovanje, zadovoljstvo pri delu, stres, moralno-psihična klima v družini, organizaciji, skupnosti, narodu); (4) izobraževanje in samorazvoj (učenje, kakovost izobraževanja, spretnosti in uporaba znanja) (5) družbeni odnos (odnos do ljudi, družine, družbe, podpora), (6) možnosti samoizražanja in prostega časa (rekreacija, hobi, ustvarjanje, zabava); (7) varnost in okolje (fizična osebna varnost – telesna, pravna, socialna; delovno okolje, ekonomsko, politično, pravno okolje).

Veenhoven (2000, str. 8–10) razlikuje štiri dimenzije kakovosti življenja, ki so potrebne za doseganje dobre kakovosti življenja, pri čemer prvi dve predstavljata priložnosti, zadnji dve pa rezultate, ki jih posameznik dobiva v življenju (1) življenjske razmere okolja – priložnosti, ki jih ponuja ekološko, družbeno, ekonomsko in kulturno okolje; (2) življenjskost posameznika – zavedanje in dožemanje lastnih osebnostnih lastnosti, fizičnega in psihičnega zdravja, znanja in sposobnosti ter umetnosti življenja, kot je pestrost življenjskega sloga; (3) objektivna uporabnost življenja – kakovost življenja je odvisna tudi od tega, ali ima posameznik življenjske cilje in zasleduje višje vrednote, na višji ravni pa se lastna kakovost življenja lahko dožema tudi kot prispevek družbi; (4) subjektivno spoštovanje kakovosti življenja – kakovost svojega življenja vsak posameznik ocenjuje subjektivno ob primerjavi življenjskih pričakovanj in pridobljenih izkušenj.

2.4 Vplivi okolja na kakovost življenja

Odnosi in interakcije ljudi z družino, prijatelji, sodelavci in člani skupnosti lahko močno vplivajo na njihovo zdravje in dobro počutje oziroma kakovost življenja. Pogostejše in koristnejše družbene interakcije so, poleg osnovne funkcije zadovoljevanja naravne človeške potrebe po druženju, povezane tudi z vrsto različnih življenjskih rezultatov, kot so boljše zdravje ali boljše možnosti za iskanje zaposlitve. Natančneje, družbena podpora – ali imeti nekoga, na katerega se lahko zanesesh v primeru potrebe – velja za posebno pomembno spremenljivko za razlago porazdelitve sreče. Poleg tega, da zajema našo osnovno potrebo po vključevanju v dejavnosti, lahko kakovost družbenih interakcij spodbuja obstoj podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije (Eurostat, 2021). Hosseini, Mirzaie in Adrisi (2017, str. 224–225) ob proučevanju dejavnikov kakovosti življenja ugotavljajo, da ima zadovoljstvo z družbenim življenjem sicer največji vpliv na kakovost življenja in da ta vpliva na več kot polovico sprememb pri kakovosti življenja, vendar imajo ljudje v splošnem občutek

nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva. Podobno nekateri avtorji ugotavljajo, da lahko družbeni kapital – tj. mreže odnosov med ljudmi, ki živijo in delajo v določeni družbi in tej družbi omogočajo učinkovito delovanje oziroma nek način nakazuje kvantiteto in kvaliteto posameznih družbenih odnosov v družbi – izboljša kakovost predvsem psihičnega zdravja in s tem tudi kakovost življenja posameznika bolj kot drugi dejavniki (Noghaani, Asgharpou, Kermani, & Safa, 2011, str. 157; Rahmani & Sohrabi, 2012, str. 157; Khademi, Safaei, & Moradi Shahbaz, 2018, str. 147).

Narava ponuja širok spekter doprinosov h kakovosti človekovega življenja. Od sistemov za vzdrževanje življenja do duhovnega in znanstvenega navdiha, ljudje že dolgo delajo z naravo, da bi povečali njene koristi in nadzorovali njeno škodo, od gojenja divjih vrst do gradnje odtočnih kanalov (Diaz et al., 2018, str. 270). Pa vendar, propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema je v zadnjih 50 letih zmanjšalo sposobnost narave, da prispeva h kakovosti življenja. Spremembe v tehnologiji in prilagajanje družbenih sistemov so delno izravnale negativne vplive okoljskih sprememb na kakovost življenja, vendar se še vedno pojavljajo padajoči trendi doprinosov narave (Brauman et al., 2020, str. 32799). Ljudje so zaskrbljeni zaradi okolja in pomanjkanje kakovosti okolja se lahko obravnava kot pomembna grožnja za njihovo dobro počutje. Hrup in onesnaženost, težave z varnostjo, neustrezni pogoji v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa prebivalci mesta izpostavljajo kot ogrožajoče za njihovo kakovost življenja (Uzzell & Moser, 2006, str. 2). Ferrans, Zerwic, Wilbur in Larson (2005, str. 336) v povezavi s slednjim ugotavljajo, da se kot pomembna dimenzija kakovosti življenja vse bolj izpostavlja tudi naravno okolje. Zelene površine v urbanih območjih predstavljajo okoljsko odločenost za izboljšanje fizičnega (Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreeuwenberg, 2012, str. 8) in psihičnega zdravja ter kakovosti bivanja (Dadvand et al., 2016, str. 161; Van Den Berg et al., 2016, str. 8).

Vplivi reguliranja doprinosov naravnega okolja na kakovost življenja so večinoma negativni, kar odraža vse slabše okoljske razmere. Na primer, obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka sta se povečali v državah z nizkim dohodkom, kjer se je kakovost zraka znatno poslabšala (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016, str. 90–91). Poleg tega se je povečala izpostavljenost naravnim nevarnostim, kar se odraža v povečanju resnosti ekstremnih temperatur, neviht, požarov, potresov in poplav ter povečanju števila ljudi, ki živijo na območjih z visokim tveganjem (Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017, str. 1–5). Povečanje antropogenih sredstev in nadomestkov, ki jih je ustvaril človek, je ublažilo ali izravnalo zmanjšanje nekaterih kategorij doprinosov narave. Na primer, izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi so zmanjšali pojavnost bolezni, ki se prenašajo z vodo, čeprav se je potencialno in realizirano filtriranje vode zmanjšalo (Bayles et al., 2016, str. 448).

Sodobni življenjski slog ima številne prednosti, med drugim olajšanje življenja ljudi in reševanje na stotine življenj ljudi z novim razvojem medicine in cepiv. Po drugi strani pa imajo različni sodobni življenjski slogi tudi negativne učinke na fizično in psihično zdravje. Vpliv sodobnega življenjskega sloga na psihično stanje ljudi je še vedno predmet številnih raziskav,

vendar se večina raziskovalcev strinja, da sodobni način življenja do neke mere vpliva na psihosocialno življenje posameznika (Kahn, Severson & Ruckert, 2009, str. 41).

Stres je eden izmed posledic življenjskega sloga in dolgoročno predstavlja negativni učinek na kakovost življenja. Čeprav je določena stopnja stresa lahko koristna za reševanje različnih težav, s katerimi se soočamo vsak dan, kronični stres oziroma tako imenovana izgorelost vpliva na fizično zdravje posameznika, saj povzroči številne bolezni (Black, 2002, str. 622; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005, str. 243; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013, str. 1; Mariotti, 2015, str. 1). Sapranaviciute-Zabazlajeva et al. (2022, str. 1011) ob desetletnem proučevanju povezave med dejavniki življenjskega sloga ugotavljajo, da telesna aktivnost in uživanje zdrave prehrane v največji meri zmanjšujejo stres in povečujejo kakovost življenja, kar je moč zaslediti tudi v številnih drugih raziskavah (Ocean, Howley, & Ensor, 2019, str. 335; Gehlich et al., 2020, str. 634; Begdache, Sadeghzadeh, Derosé, & Abrams, 2021, str. 24). V nasprotju s slednjim, procesirana prehrana sodobnega sveta zaradi pomanjkanja hranil negativno vpliva tako na fizično zdravje, kot je pojav rakavih obolenj, debelost, nespečnost, kardiovaskularne bolezni itd. (Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015, str. 535; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021, str. 1673; Suksatan et al., 2021, str. 174; Lane et al., 2022, str. 6338), kot tudi na psihično zdravje (Skarupski et al., 2010, str. 330; Sensi et al., 2011, str. 16076).

Delo je pomemben del človekovega življenja in zadovoljstvo na tem področju se v veliki meri odraža v splošni kakovosti življenja. Skupaj z zanimanjem za pojem kakovosti delovnega življenja, raziskovalci usmerjajo zanimanje za proučevanje tako kakovosti poklicnega življenja kot tudi povezave med poklicnim življenjem in drugimi področji življenja (Vinopal, 2012, str. 385), pri čemer kakovost poklicnega življenja predstavlja »oceno zadovoljstva posameznika z zadovoljevanjem potreb z viri, aktivnostmi in rezultati, ki izhajajo iz njegovega delovnega mesta« (Sirgy, Efraty, Siegel, & Lee, 2001, str. 242). Kot ugotavlja Ruževičius (2014, str. 326), obstaja močna povezava med kakovostjo poklicnega življenja in kakovostjo življenja, kar pomeni, da bolj kot je posameznik zadovoljen na delovnem mestu, večja verjetnost obstaja, da bo večja tudi kakovost njegovega življenja.

Še posebej težko je usklajevanje poklicnega in družinskega življenja tistim, ki imajo določene obveznosti, npr. za tiste, ki vzgajajo mladoletne osebe ali skrbijo za starejše. Konflikt delo-družina je neskladje med določenimi družbenimi vlogami: zaposlenega, vzdrževalca družine, skrbnika, pa tudi očeta, matere ali zakonca (Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007, str. 66). Ravnoesje med poklicnim in zasebnim življenjem – torej združevanje poklicnega in družinskega življenja – poleg samoumevnega pomena zajema še nekatere druge vidike. Pichler (2009, str. 449–450) meni, da je koncept ravnoesja poklicnega in zasebnega življenja kot žongliranje s petimi vidiki našega življenja – delo, družina, prijatelji, zdravje in duhovno stanje – na način, da aktivnosti in želje na enem področju ne bi škodljivo vplivale na preostala štiri področja. Po eni strani konflikt med poklicnim in zasebnim življenjem razkriva, kako močno delovni pogoji vplivajo in omejujejo posameznikovo družinsko življenje, pa tudi kako pogosto je treba družinsko življenje prilagoditi delovnim razmeram, po drugi strani pa konflikt med

zasebnim in poklicnim življenjem razkrije, kako družinske obveznosti vplivajo na kakovost opravljenih nalog na delovnem mestu.

Ruževičius (2014, str. 327) v povezavi s predhodno navedenim meni, da konflikt med delom in družino negativno vpliva na zadovoljstvo pri delu (in hkrati tudi na zadovoljstvo z življenjem), kar pomeni, da delovne razmere ne omogočajo ustreznega izvajanja družinskih obveznosti. Posledično je posameznik nezadovoljen s svojo službo, hkrati pa s takim življenjem nasploh. Podobno izrazit konflikt med družino in delom vodi do posameznikovega nezadovoljstva s svojim življenjem (in tudi s svojo službo). Nasprotno pa zadovoljstvo pri delu pozitivno vpliva na splošno zadovoljstvo z življenjem: oseba, ki je s svojim delom zadovoljna (tj. ne doživlja konfliktov vlog ali doživlja le manjše), je zadovoljna tudi s kakovostjo svojega življenja.

Ugotovitve iz raziskav nakazujejo na uničujoče učinke brezposelnosti na različne vidike kakovosti življenja (Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014, str 335; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020, str. 1204). Poleg tega Lucas, Clark, Georgellis in Diener (2004, str. 8) na podlagi petnajstletne longitudinalne raziskave ugotavljajo, da visoke stopnje brezposelnosti prispevajo k slabemu počutju narodov in da posamezniki v povprečju nikoli popolnoma ne okrevajo oziroma se ne vrnejo na ravni zadovoljstva z življenjem pred brezposelnostjo. Z vidika zaposlitve raziskave kažejo, da ima zaposlitev sicer pozitiven vpliv na kakovost posameznikovega življenja (Drobnič, Beham, & Prag, 2010, str. 205; Carlier et al., 2013, str. 503; Bilevičiene, Bilevičiute, & Drakšas, 2016, str. 213), vendar višja raven dohodka gospodinjstva le v majhni meri dvigne občutek sreče kot možne posledice kakovosti življenja (Frey & Stutzer, 2005, str. 950).

Ugotovitve iz raziskav kažejo, da je negativni učinek brezposelnosti na subjektivno kakovost življenja bolj izrazit v bogatih kot revnih državah oziroma v državah z višjim bruto domačim proizvodom na prebivalca – pri čemer se učinek pripisuje predvsem izgubi samospoštovanja med brezposelnimi v bogatih državah (Helliwell, 2003, str. 331; Stanca, 2010, str. 115) ter da je brezposelnost močnejše povezana z nižjo kakovostjo življenja v regijah z nizko brezposelnostjo, kot tam, kjer je visoka (Clark, 2003, str. 323). Če si vlada prizadeva izboljšati življenjski standard države, ki se običajno meri z ekonomskimi indeksi, kot je bruto domači proizvod, na nek način izboljšuje kakovost življenja svojih prebivalcev. Vendar pa raziskave kažejo, da je kljub visokim ali naraščajočim gospodarskim kazalnikom, kot so bruto domači proizvod, statistika zaposlovanja in povprečni družinski dohodek, kakovost življenja ljudi lahko precej nizka. Celo na videz premožne skupnosti se ne morejo sprijazniti z dejstvom, da na eni strani morda doživljajo – osebno ali kot gospodinjstva – izboljšan življenjski standard, a takoj ko zapustijo svoje domove, se soočijo s svetom vidne zlorabe substanc in revščine, kriminalom, propadanjem okolja, podivjanim tempom življenja, odtujenostjo, naraščajočimi zdravstvenimi težavami in vsemi drugimi tegobami življenja v 21. stoletju (Uzzell & Moser, 2006, str. 1).

Obstaja tudi nekaj dokazov, ki nakazujejo na negativno povezanost dohodkovne neenakosti s kakovostjo življenja. Države z najvišjo stopnjo dohodkovne neenakosti visoko cenijo kulturne vrednote, kot sta materializem in individualizem, ki sta povezana z nižjo stopnjo kakovosti

življenja (Kasser, 2002, str. 34–35). Posel in Casale (2011, str. 195) sta izvedla obsežno raziskavo, v kateri sta ugotavljala razmerje med zaznavanjem položaja pri porazdelitvi dohodka in zadovoljstvom z življenjem. Rezultati njune raziskave kažejo, da ima primerjava z drugimi in samim seboj skozi čas pomembne učinke na kakovost življenja. Ljudje, ki so umeščeni med srednji in bogat razred, poročajo o bistveno višjih stopnjah zadovoljstva z življenjem kot tisti, ki se uvrščajo med revnejše, pri čemer najbogatejši razred poroča o najvišji ravni zadovoljstva z življenjem.

Človeška vrsta je večino svojega časa živela v preprostih družbah lovcev in nabiralcev. Agrarne družbe so se razvile pred manj kot 5.000 leti in šele v zadnjih 200 letih je nastala »moderna« industrijska družba. Danes se ta industrijska družba hitro spreminja v globalno informacijsko družbo (Veenhoven, 2010 str. 105). Informacijsko-komunikacijske tehnologije (v nadaljevanju: IKT), kot so računalnik, robotika, internet in pametni telefon, so postali nujnost vsakega posameznika in čeprav imajo številne prednosti – kot so izboljšanje komunikacije oziroma dostopnosti, poenostavljeno nakupovanje prek spleta, hitrejši način pridobivanja informacij in zabava – imajo tudi škodljive učinke na kakovost življenja. Odvisnost od računalniško programiranih procesov vodi do zamenjave človeške delovne sile, kar lahko vodi v brezposelnost (Österle, 2020, str. 45). Kahn, Severson in Ruckert (2009, str. 41) opozarjajo, da način, s katerim sodobna tehnologija prekinja povezave ljudi z naravo, lahko povzroči velik psihološki problem. Avtorji menijo, da se v procesu iskanja bolj virtualno-realistične tehnološke narave vse bolj odtujujemo od resničnega sveta, namesto povezljivosti z naravo vse bolj sprejemamo »digitalni nadomestek« in pri tem ogrožamo svojo temeljno pripadnost okolju.

Zaradi transhumanizma so izdelki izdelani z višjimi stroški in so posledično dragi na trgu (Österle, 2020, str. 33). Enostavnejši dostop do informacij na internetu poslabša kognitivno delovanje posameznikov, kar zaradi pomanjkanja kritičnosti lahko vodi do oslabitve pri reševanju tako kompleksih kot enostavnih problemov. Pogosto zanašanje na obstoječe rešitve, lahko vpliva na življenje tistih, ki se zanašajo na informacije na spletu, kot je na primer samo-diagnosticiranje bolezni (Österle, 2020, str. 45).

Množično komuniciranje je v času globalizacije poskrbelo, da državljani demokracij in tudi ljudje, ki živijo v avtokracijah in zaprtih družbah, vedo, kako živi boljša polovica – bogati in slavni. Zahvaljujoč množični komunikaciji, materialna pričakovanja dobrega življenja nikoli niso bila tako razširjena kot danes. Hkrati je prevladujoča kultura človekovih pravic v novem tisočletju vsem državljanom sveta porodila občutek (ne)pravičnosti. Poraženci v dobi globalizacije občutijo pomanjkanje, ki ga sicer morda ne bi, in s tem tudi nezadovoljstvo s kakovostjo življenja. Novice v realnem času imajo lahko tako negativne kot pozitivne učinke na kakovost življenja. V primerih zatiranja, pritiskov in izkoriščanja, v ljudeh vzbujajo občutek za pravičnost in poštenost (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5). Sharma, Gupta, Kushwaha in Shekhawat (2020, str. 260) v zvezi s tem ugotavljajo pozitivno povezavo med spremljanjem novic o COVID-19 in tesnobo, živčnostjo in zaskrbljenostjo ter negativno povezavo med novicami in kakovostjo življenja. V primeru naravnih nesreč, mediji lahko pozitivno prispevajo h kakovosti življenja z vzbujanjem občutka solidarnosti (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5).

Naša intuicija lahko namiguje na idejo, da imajo države z dobrimi sistemi socialnega varstva državljane, ki visoko ocenjujejo svoje zadovoljstvo z življenjem. To je lahko posledica obstoja možnosti, da sistem socialnega varstva daje ljudem občutek finančne varnosti, ta občutek varnosti pa se prelija v zadovoljstvo z življenjem. Obenem lahko državljani v državah z visoko stopnjo blaginje čutijo, da jim je mar za svoje socialno ogrožene sodržavljane, in jih ta skrb prežema s pozitivnimi občutki. Pacek in Radcliff (2008, str. 179–180) sta ob preučevanju vpliva socialnega varstva na dobro počutje, na vzorcu državljanov iz 18 industrijskih demokracij od leta 1981 do 2000, ugotovila pozitivne učinke socialnega varstva na dobro počutje ljudi, pri čemer socialna varnost povečuje dobro počutje s krepitvijo občutka za ekonomsko varnost, ta občutek varnosti pa posledično vpliva subjektivno kakovost življenja. Z uporabo podatkov iz Evropske raziskave o kakovosti življenja (ki jo je Evropska fundacija za izboljšanje življenjskih in delovnih pogojev uvedla leta 2003) Bohnke (2008, str. 189) ugotavlja, da je zadovoljstvo z življenjem pozitivno povezano z zaznano zanesljivostjo sistema socialnega varstva. V povezavi s tem Cheung in Leung (2007, str. 428) ugotavljata, da sistem socialnega varstva vpliva na zadovoljstvo z življenjem na dva načina, in sicer z zadovoljevanjem materialnih potreb in z doseganjem idealnih ciljev. Avtorja menita, da v postmoderni dobi veliko ljudi ne želi sprejeti socialne pomoči, ker je le-ta v nasprotju individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom. Posledično je ljudem ideja biti na seznamu socialne pomoči v nasprotju z njihovimi vrednotami in škoduje njihovi subjektivni kakovosti življenja.

Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij, ki se hitro selijo prek meja (Moller & Huschka, 2009, str. 5) in COVID-19 pri tem ni nobena izjema. Poleg zaskrbljenosti zaradi posledic učinka COVIDa-19 na fizično zdravje, mnogi raziskovalci proučujejo tudi zaskrbljujoč vpliv na vedenjsko zdravje in kakovost življenja. Mohsen, El-Masry, Ali in Abdel-Hady (2022, str. 15) pri proučevanju oseb, pozitivnih na COVID-19 ugotavljajo, da se je – ne glede na čas od odpusta iz bolnišnice ali okrevanja v domačem okolju – kakovost življenja bolnikov s COVIDom-19 močno zmanjšala, tudi z vidika občutka osebne varnosti. Liu et al., (2020, str. 112921) ugotavljajo, da je pandemija COVIDa-19 močno prizadela kakovost življenja javnosti z razširjeno paniko, tesnobo in stigmatizacijo bolnikov s to boleznijo. Po ugotovitvah Shah et al. (2021, str. 1), prebolewniki doživljajo velik vpliv na fizično in psihosocialno zdravje, močno pa so tudi prizadeta življenja njihovih partnerjev in drugih družinskih članov. Hansel, Saltzman, Melton, Clark in Brodnick (2022, str. 961) poročajo o ugotovljeni povečani anksioznosti, depresiji in zlorabi alkohola ter poslabšanju predhodno obstoječih težav, povezanih z vedenjskim zdravjem in splošno zmanjšano kakovostjo življenja.

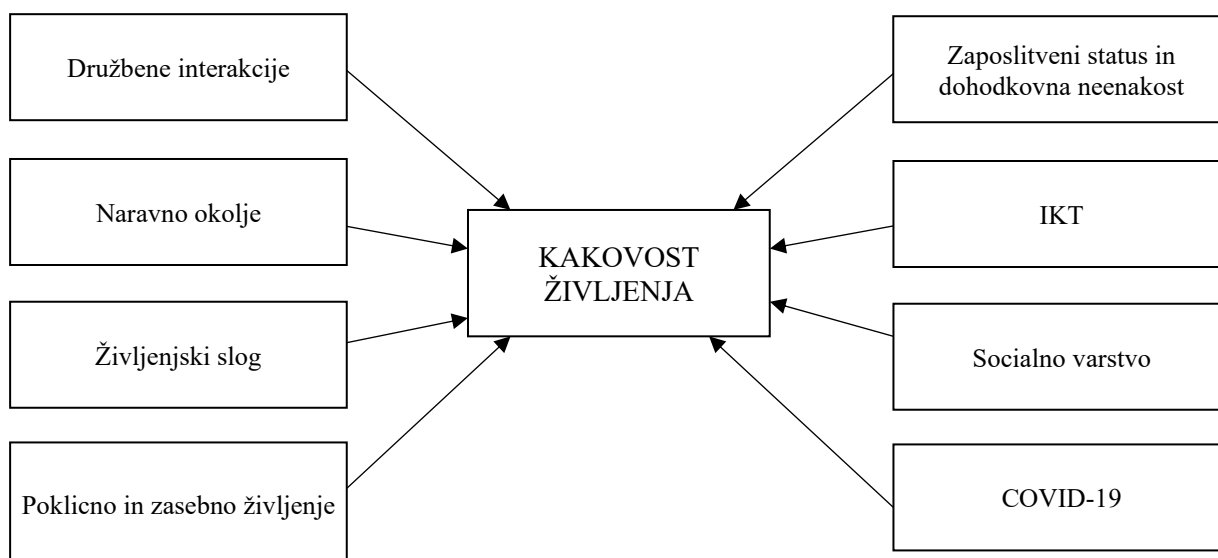
Medtem ko se mnogi veselijo svojega novega običajnega življenjskega sloga ali vrnitve k predpandemičnemu življenjskemu slogu, so nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo, negotovosti glede cepiva in variacije sevov opozorilo, da svetovna pandemija še vedno traja. Ne glede čas, ki ga zahteva popolno okrevanje, več kot eno leto povečanih strahov, osamljenosti, ekonomskih posledic in žalosti kaže, da bo imelo vedenjsko zdravje dolgoročneje posledice (Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020, str. 55). Pri psihičnem zdravju v primeru katastrofe, ko se grožnja razblini in posamezniki izstopijo iz načina preživetja,

postanejo vedenjske zdravstvene težave bolj očitne in posledično so nujno potrebne storitve, kot so psihološko izobraževanje in raznovrstne terapije za izboljšanje psihičnega zdravja (Hansel, Saltzman, & Bordnick, 2020, str. 670; Titov et al., 2020, str. 100327), saj je psihično zdravje bistveno bolj povezano s kakovostjo življenja kot fizično zdravje (Dolan, Peasgood, & White, 2008, str. 94)

3 Metoda

Za potrebe raziskave smo uporabili kvalitativno metodo pregleda znanstvene in strokovne literature s področja kakovosti življenja. Iskanje literature je potekalo po ključnih besedah, ki so navedene v tabeli 1. V skladu z metodo pregleda literature (Snyder, 2019, str. 336) smo sledili naslednjim v štirih fazam pregleda literature: (1) načrtovanje, (2) izvedba, (3) analiza in (4) pisanje. V sklopu načrtovanja smo določili cilj in oblikovali raziskovalno vprašanje. V sklopu izvedbe pregleda literature smo naredili teoretično-analitični pregled strokovne literature, znanstvenih razprav, raziskav in člankov tako domačih kot tujih strokovnjakov s področja obravnavane teme. Pri iskanju literature smo se posluževali znanstvene bibliografske baze in akademske spletne brskalnike, kot so ScienceDirect, PubMed, ResearchGate, Google Scholar in Science.gov.

Na osnovi navedenih teoretičnih izhodišč smo si zastavili raziskovalno vprašanje: »Kateri so dejavniki okolja, ki vplivajo na kakovost življenja in kakšen je njihov vpliv?« in temu primerno izdelali model raziskave, ki je prikazan na sliki 1. Model raziskave prikazuje na podlagi literature proučene dejavnike okolja, ki vplivajo na kakovost življenja.



Slika 1. Model raziskave

Pri izvedbi pregleda literature smo iskali izključno tuje vire, saj smo iskali širšo sliko koncepta in dejavnikov kakovosti življenja. Ko smo se seznanili s konceptom okolja in kakovosti življenja ter našli najpogostejše omenjen dejavnike vpliva okolja na kakovost življenja, smo

dalje iskali ugotovitve iz obstoječih raziskav glede izbranih dejavnikov. Za potrebe naše raziskave smo uporabili ugotovitve iz obstoječih raziskav. V tabeli 1 so navedene ključne besede, ki smo jih uporabili pri izvedbi pregleda literature, in sicer v izvirnem, tj. angleškem jeziku ter njihov prevod v slovenščini.

Tabela 1. Ključne besede, uporabljene pri izvedbi pregleda literature

Ključne besede v angleščini	Prevod ključnih besed v slovenščino
»environment« + »definition«	»okolje« + »opredelitev«
»quality of life« + »definition«	»kakovost življenja« + »opredelitev«
»quality of life« + »dimensions«	»kakovost življenja« + »dimenzije«
»quality of life« + »indicators«	»kakovost življenja« + »kazalniki«
»quality of life« + »social interactions«	»kakovost življenja« + »družbene interakcije«
»quality of life« + »natural environment«	»kakovost življenja« + »naravno okolje«
»quality of life« + »lifestyle«	»kakovost življenja« + »življenjski slog«
»quality of life« + »quality of work life«	»kakovost življenja« + »kakovost delovnega življenja«
»quality of life« + »employment status«	»kakovost življenja« + »zaposlitveni status«
»quality of life« + »ICT«	»kakovost življenja« + »IKT«
»quality of life« + »social welfare«	»kakovost življenja« + »socialno varstvo«
»quality of life« + »covid-19«	»kakovost življenja« + »covid-19«

4 Rezultati

4.1 Dejavniki vpliva okolja na kakovost življenja

V tabeli 2 prikazujemo učinke vsakega dejavnika kakovosti življenja ter avtorja/-e raziskav, ki so dognali povezavo med učinkom in kakovostjo življenja oziroma vpliv učinka na kakovost življenja. Kot razvidno, ima vsak izmed dejavnikov kakovosti življenja precej učinkov na kakovost življenja.

Tabela 2. Dejavniki in njihovi učinki na kakovost življenja

Dejavnik	Učinek	Avtor/-ja/-ji raziskave
Družbene interakcije	(1) Zadovoljevanje naravne človeške potrebe po druženju, (2) Spodbujanje podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije. (3) Boljše zdravstveno stanje in boljše možnosti za iskanje zaposlitve. (4) Občutek nizke družbene podpore in zmerne družbenega zadovoljstva.	(1) Eurostat, 2021. (2) Eurostat, 2021. (3) Eurostat, 2021. (4) Hosseini, Seyed, & Adrisi, 2017.
Naravno okolje	(1) Duhovni in znanstveni navdih ter sistem vzdrževanja življenja. (2) Propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema. Padajoči trendi doprinosov narave. (3) Spremembe v tehnologiji in prilagajanje družbenih sistemov. (4) Pomanjkanje kakovosti okolja, hrup in onesnaženost, težave z varnostjo, neustrezni pogoji v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa. (5) Obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka.	(1) Diaz et al., 2018. (2) Brauman et al., 2020. (3) Brauman et al., 2020. (4) Uzzell & Moser, 2006. (5) Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016. (6) Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017. (7) Bayles et al., 2016. (8) Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreuwenberg, 2012. (9) Dadvand et al., 2016; Van Den Berg et al., 2016.

»se nadaljuje«

»nadaljevanje«	(6) Izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave). (7) Izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi. (8) Aktivnosti v naravnem okolju in fizično zdravje. (9) Aktivnosti v naravi in izboljšanje psihičnega zdravja.	
Življenjski slog	(1) Uživanje zdrave prehrane. (2) Telesna aktivnost in zmanjšanje stresa. (3) Procesirana prehrana in fizično zdravje. (4) Procesirana prehrana in psihično zdravje. (5) Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij. (6) Kronični stres.	(1) Ocean, Howley, & Ensor, 2019; Gehlich et al., 2020; Begdache, Sadeghzadeh, Derose, & Abrams, 2021. (2) Begdache, Sadeghzadeh, Derose, & Abrams, 2021; Sapranaviciute-Zabazlajeva et al., 2022. (3) Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021; Suksatan et al., 2021; Lane et al., 2022. (4) Skarupski et al., 2010; Sensi et al., 2011. (5) Moller & Huschka, 2009. (6) Black, 2002; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013; Mariotti, 2015.
Poklicno in zasebno življenje	(1) Konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja. (2) Konflikt med delom in družino in zadovoljstvo pri delu. (3) Konflikt med družino in delom in zadovoljstvo z življenjem in službo. (4) Zadovoljstvo pri delu in zadovoljstvo z življenjem.	(1) Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007; Pichler, 2009. (2) Ruževičius, 2014. (3) Ruževičius, 2014. (4) Ruževičius, 2014.
Zaposlitveni status in dohodkovna neenakost	(1) Brezposelnost in nezadovoljstvo. (2) Brezposelnost in slabo počutje narodov. (3) Nezmožnost okrevanja po brezposelnosti. (4) Pozitivni učinek zaposlitve na zadovoljstvo. (5) Višja raven dohodka gospodinjstva. (6) Brezposelnost in nizko samospoštovanje v bogatih državah. (7) Dohodkovna neenakost ter materializem in individualizem. (8) Vrzel med bogatimi in revnimi.	(1) Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020. (2) Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2004. (3) Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2004. (4) Drobnič, Beham, & Prag 2010; Carlier et al., 2013; Bilevičiene, Bilevičiute, & Drakšas, 2016. (5) Frey & Stutzer, 2005. (6) Helliwell, 2003; Stanca, 2010. (7) Kasser, 2002. (8) Posel & Casale, 2011.
IKT	(1) Komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij, zabava. (2) Računalniško programirani procesi vodijo do zamenjave človeške delovne sile, brezposelnost; poslabšanje kognitivnega delovanja, samo-diagnosticiranje bolezni. (3) Mediji in občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja. (4) Mediji in tesnoba, živčnost, in zaskrbljenost. (5) Vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja.	(1) Österle, 2020. (2) Österle, 2020. (3) Moller & Huschka, 2009. (4) Sharma, Gupta, Kushwaha, & Shekhawat, 2020. (5) Kahn, Severson, & Ruckert, 2009.
Socialno varstvo	(1) Socialno varstvo krepi občutek za ekonomsko varnost.	(1) Cheung & Leung, 2007; Bohnke, 2008; Pacek & Radcliff, 2008.

»se nadaljuje«

»nadaljevanje«	(2) Socialno varstvo zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev.	(2) Cheung & Leung, 2007.
	(3) Prejemanje socialne pomoči je v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom.	(3) Cheung & Leung, 2007.
COVID-19	(1) Zmanjšan občutek varnosti.	(1) Mohsen, El-Masry, Ali, & Abdel-Hady, 2022.
	(2) Razširjena panika, tesnoba in stigmatizacija bolnikov.	(2) Liu et al., 2020.
	(3) Vpliv na fizično in psihosocialno zdravje ter bližnje družinske člane.	(3) Shah et al., 2021;
	(4) Povečana anksioznost, depresije in zloraba alkohola ter poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav.	(4) Hansel, Saltzman, Melton, Clark, & Brodnick, 2022.
	(5) Nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo, negotovosti glede cepiva in variacije sevov.	(5) Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020.
	(6) Dolgoročnejske posledice na vedenjskem zdravju.	(6) Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020.

4.2 Pozitivni in negativni učinki dejavnikov okolja na kakovost življenja

V tabeli 3 glede na učinke iz tabele 2 prikazujemo razvrstitev obravnavanih učinkov glede na pozitivne in negativne. Vsak učinek je zaradi sledljivosti vira naveden pod isto številko kot v tabeli 2. Kot razvidno, literatura navaja več negativnih učinkov obravnavanih dejavnikov kot pozitivnih.

Tabela 3. Pozitivni in negativni učinki dejavnikov na kakovost življenja

Dejavnik	Pozitivni učinek	Negativni učinek
Družbene interakcije	(1) Zadovoljevanje naravne človeške potrebe po druženju. (2) Spodbujanje podpornih odnosov. Spodbujanje medosebnega zaupanja. Spodbujanje družbene kohezije. (3) Boljše zdravstveno stanje. Boljše možnosti za iskanje zaposlitve.	(4) Občutek nizke družbene podpore. Občutek zmernega družbenega zadovoljstva.
Naravno okolje	(1) Duhovni in znanstveni navdih. Sistem vzdrževanja življenja. (3) Spremembe v tehnologiji. Prilagajanje družbenih sistemov. (7) Izboljšano javno zdravje in sanitarni ukrepi. (8) Aktivnosti v naravnem okolju in izboljšanje fizičnega zdravja. (9) Aktivnosti v naravi in izboljšanje psihičnega zdravja.	(2) Propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema. Padajoči trendi doprinosov narave. (4) Pomanjkanje kakovosti okolja. Hrup in onesnaženost. Težave z varnostjo. Neustrezni pogoji v naseljih. Pomanjkanje zadovoljivega prometa. (5) Obolevnost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka. (6) Izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave).
Življenjski slog	(2) Uživanje zdrave prehrane. (3) Telesna aktivnost in zmanjšanje stresa.	(1) Vse večja uporaba digitalnega okolja. (4) Procesirana prehrana in fizično zdravje. (5) Procesirana prehrana in psihično zdravje. (6) Možnost potovanja po vsem svetu povečuje število epidemij. (7) Kronični stres.
Poklicno in zasebno življenje	(4) Zadovoljstvo pri delu in zadovoljstvo z življenjem.	(1) Konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja.

Zaposlitveni status in dohodkovna neenakost	(4) Pozitivni učinek zaposlitve na zadovoljstvo. (5) Višja raven dohodka gospodinjstva.	(2) Konflikt med delom in družino in zadovoljstvo pri delu. (3) Konflikt med družino in delom in zadovoljstvo z življenjem in službo. (1) Brezposelnost in nezadovoljstvo. (2) Brezposelnost in slabo počutje narodov. (3) Nezmožnost okrevanja po brezposelnosti. (6) Brezposelnost in nizko samospoštovanje v bogatih državah. (7) Dohodkovna neenakost ter materializem in individualizem.
IKT	(1) Komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij, zabava.	(8) Vrzel med bogatimi in revnimi. (2) Računalniško programirani procesi vodijo k brezposelnosti. Poslabšanje kognitivnega delovanja. Samo-diagnosticiranje bolezni. (3) Mediji in občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja. (4) Mediji in tesnoba, živčnost, in zaskrbljenost. (5) Vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja.
Socialno varstvo	(1) Socialno varstvo krepi občutek za ekonomsko varnost. (2) Socialno varstvo zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev.	(3) Prejemanje socialne pomoči je v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom.
COVID-19	/	(1) Zmanjšan občutek varnosti. (2) Razširjena panika, tesnoba in stigmatizacija bolnikov. (3) Vpliv na fizično in psihosocialno zdravje ter bližnje družinske člane. (4) Povečana anksioznost, depresije in zloraba alkohola ter poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav. (5) Nenehne nevarnosti pred ponovno okužbo. Negotovosti glede cepiva in variacije sevov. (6) Dolgoročnejše posledice na vedenjskem zdravju.

5 Razprava

Z raziskavo smo želeli na podlagi proučene literature proučiti in navesti dejavnike okolja na kakovost življenja v sodobnem svetu in njihove učinke. Ugotavljamo, da ne glede na vrsto dejavnika, avtorji raziskav navajajo več negativnih kot pozitivnih učinkov okolja. Vse v nadaljevanje navedene ugotovitve temeljijo na pregledu literature.

Kot prvo gre izpostaviti naravno okolje, saj ta po naših ugotovitvah močno prispeva h kakovosti človekovega življenja (Ferrans, Zerwic, Wilbur, & Larson, 2005, str. 336; Diaz et al., 2018, str. 270). Iz vidika pozitivnih učinkov kot prvo izpostavljamo, da so se s tehnološkimi spremembami in prilagajanjem družbenih sistemov ublažile negativni vplivi okoljskih sprememb na kakovost življenja (Brauman et al., 2020, str. 32799). Pozitiven učinek naravnega okolja je v njegovem duhovnem in znanstvenem navdihu ter sistemu vzdrževanja življenja

(Diaz et al., 2018, str. 270), zaradi sanitarnih ukrepov se je zmanjšala pojavnost bolezni, ki se prenašajo z vodo (Bayles et al., 2016, str. 448), aktivnosti v naravnem okolju izboljšujejo fizično zdravje (Van Dillen, De Vries, Groenewegen, & Spreeuwenberg, 2012, str. 8) in psihično zdravje (Dadvand et al., 2016, str. 161; Van Den Berg et al., 2016, str. 8). Kar zadeva negativnih učinkov ugotavljamo propadanje biotske raznovrstnosti in funkcij ekosistema ter padajoče trende doprinosov oziroma kakovosti narave (Uzzell & Moser, 2006, str. 2; Brauman et al., 2020, str. 32799), hrup in onesnaženost, neustrezne pogoje v naseljih in pomanjkanje zadovoljivega prometa (Uzzell & Moser, 2006, str. 2), obolenost in umrljivost zaradi onesnaženosti zraka (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2016, str. 90–91) ter izpostavljenost naravnim nevarnostim (ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave) (Uzzell & Moser, 2006, str. 2; Guha-Sapir, Hoyois, Wallemacq, & Below, 2017, str. 1–5).

Kaj pa vpliv družbenih interakcij? Kar zadeva družbenih interakcij in kakovosti življenja, ugotavljamo, da imajo družbene interakcije imajo največji vpliv na kakovost življenja (Hosseini, Seyed, & Adrisi, 2017, str. 224–225; Noghaani, Asgharpou, Kermani, & Safa, 2011, str. 157; Rahmani & Sohrabi, 2012, str. 157; Khademi, Safaei, & Moradi Shahbaz, 2018, str. 147) oziroma vplivajo na več kot polovico sprememb pri kakovosti življenja, občutek nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva (Hosseini Amin, Seyed Mirzaie & Adrisi, 2017, str. 224–225). Na podlagi proučene literature ugotavljamo pozitivne učinke družbenih interakcij v zadovoljevanju naravne človeške potrebe po druženju, spodbujanju podpornih odnosov, medosebnega zaupanja in družbene kohezije (Eurostat, 2021) kot negativni učinek pa posameznikov občutek nizke družbene podpore in zmernega družbenega zadovoljstva (Hosseini Amin, Seyed Mirzaie & Adrisi, 2017, str. 224–225).

Kaj pa vpliv sodobnega življenjskega sloga? Kakovost življenja z vidika življenjskega sloga ponuja številne prednosti, a tudi pasti. Pozitivni učinki življenjskega sloga se v literaturi izpostavljajo predvsem kot zniževanje stopnje in vpliva stresa na organizem zaradi raznovrstnih možnosti telesnih aktivnosti (Begdache, Sadeghzadeh, Deroose, & Abrams, 2021, str. 24; Sapranaviciute-Zabazlajeva et al., 2022, str. 1011) in zdrave prehrane (Ocean, Howley, & Ensor, 2019, str. 335; Gehlich et al., 2020, str. 634; Begdache, Sadeghzadeh, Deroose, & Abrams, 2021, str. 24). Po drugi strani pa obstajajo pasti negativnih učinkov življenjskega sloga, izmed katerih literatura poudarja predvsem procesirano prehrano in njen vpliv na fizično in psihično zdravje (Skarupski et al., 2010, str. 330; Sensi et al., 2011, str. 16076; Sparrenberger, Friedrich, Schiffner, Schuch, & Wagner, 2015, str. 535; Juul, Vaidean, & Parekh, 2021, 1673; Suksatan et al., 2021, str. 174; Lane et al., 2022, str. 6338). Eden od negativnih učinkov sodobnega življenjskega sloga, s katerim se po našem mnenju sooča mnogo ljudi, vključuje povečanje ravni stresa zaradi številnih obveznosti, ki jih današnji človek lahko prevzame. Posledično temu, kronični stres močno oslabi kakovost življenja in privede do bolezenskega stanja (Black, 2002, str. 622; Glaser & Kiecolt-Glaser, 2005, str. 243; Blix, Perski, Berglund, & Savic, 2013, str. 1; Mariotti, 2015, str. 1). Navsezadnje gre izpostaviti še neskončne možnosti

potovanja po vsem svetu, ki nam po našem mnenju sicer nahranijo dušo, vendar obenem tudi povečujejo število epidemij (Moller & Huschka, 2009, str. 5).

Kaj pa vpliv poklicnega življenja in ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem? Ugotavljamo, da se avtorji raziskav z naslova iskanja rešitev vrzeli med poklicnim in zasebnim življenjem bolj usmerjajo k iskanju negativnih učinkov, ki bi jih bilo potrebno izboljšati. V prvi vrsti je povsem jasno, da ima že sama zaposlitev in zadovoljstvo s službo pozitivni učinek na zadovoljstvom z življenjem (Drobnič, Beham, & Prag, 2010, str. 205; Carlier et al., 2013, str. 503; Ruževičius, 2014, str. 326; Bilevičiene, Bilevičiute, & Drakšas, 2016, str. 213). Nasprotno, ljudje, ki imajo veliko, morda celo preveč, službenih obveznosti, ponavadi doživljajo konflikt med službo in družino oziroma zasebnim življenjem (Rode, Rehg, Near, & Underhill, 2007, str. 66; Pichler, 2009, str. 449–450) ali pa konflikt med zasebnim življenjem oziroma družino in službo, ko so preobremenjeni s strani družinskih obveznosti (Ruževičius, 2014, str. 327).

Kaj pa vpliv zaposlitvenega statusa, dohodkovne neenakosti in socialnega varstva? Kot ugotavljamo, sta očitna dejavnika sodobnega okolja tudi zaposlitveni status in dohodkovna neenakost. Višja raven dohodka v gospodinjstvu sicer lahko prispeva h kakovosti življenja (Frey & Stutzer, 2005, str. 950), vendar lahko negativni učinek dohodkovne neenakosti še vedno prispeva k slabši kakovosti življenja, sploh ko gre za države, kjer se ceni materializem in individualizem (Kasser, 2002, str. 34–35) in v primerih ljudi, ki niso materialno bogati in se imajo navado primerjati z drugimi (Posel in Casale, 2011, str. 195). Na drugi strani pa obstaja dejstvo je, da je učinek brezposelnosti na kakovost življenja v zadnjih dveh desetletjih negativen (Lucas, Clark, Georgellis in Diener, 2004, str. 8; Worach-Kardas and Kostrzewski, 2014, str. 335; Hult, Pietila, & Saaranen, 2020, str. 1204), še posebno, ko gre za bogatejše države (Helliwell, 2003, str. 331; Stanca, 2010, str. 115) in kjer je stopnja brezposelnosti nizka (Clark, 2003, str. 323). Kljub temu menimo, da je še nekaj humanosti v ljudeh, saj, kot ugotavljata Uzzell in Moser (2006, str. 1), zna premožnejši razred opaziti in začutiti materialno stisko, ki jo doživljajo drugi. Socialno varstvo ima tako pozitivne, kot tudi negativne učinke na kakovost življenja. Medtem ko krepi občutek za ekonomsko varnost ter zadovoljuje materialne potrebe in doseganje idealnih ciljev (Cheung & Leung, 2007, str. 428; Bohnke, 2008; Pacek & Radcliff, 2008), pa ima na drugi strani negativen učinek na ljudi, za katere je prejemanje socialne pomoči v nasprotju z individualnostjo, samoizražanjem in nematerializmom (Cheung & Leung, 2007, str. 428).

Kaj pa vpliv IKT? Ugotavljamo, da imajo IKT zaradi vse pogostejše uporabe – predvsem interneta – vse več negativnih učinkov, tako povečanje brezposelnosti zaradi robotsko vodenih procesov, kot tudi višje cene izdelkov zaradi višjih stroškov izdelave, poslabšanje kognitivnega delovanja, nadomeščanje digitalnega okolja z naravnim in celo samo-diagnosticiranja bolezni (Kahn, Severson, & Ruckert, 2009, str. 41; Österle, 2020, str. 33,45). Poleg tega so tu še množični mediji, ki sicer lahko vodijo k solidarnosti (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5), vendar v veliki meri dajejo ljudem občutek (ne)pravičnosti in pomanjkanja ter vzbujajo tesnobo, živčnost, in zaskrbljenost (Moller & Huschka, 2009, str. 4–5; Sharma, Gupta, Kushwaha in Shekhawat, 2020, str. 260).

In navsezadnje, kaj pa vpliv epidemije COVIDa-19? Ko tema nanese na COVID-19, ugotavljamo, da pozitivnih učinkov na kakovost življenja v literaturi praktično ni, četudi menimo, da nas je pandemija na nek način povezala z družino in dala misliti o minljivosti življenja in pomenu »živeti«. Zmanjšan občutek varnosti, vsesplošna panika, tesnoba, anksioznost, depresija, poslabšanje predhodno obstoječih vedenjskih težav, stigmatizacija bolnikov, opreznost pred ponovno okužbo ter negotovosti glede cepiva in variacije sevov (Liu et al., 2020, str. 112921; Saltzman, Hansel, & Bordnick, 2020, str. 55; Shah et al., 2021, str. 1; Hansel, Saltzman, Melton, Clark, & Brodnick, 2022, str. 961; Mohsen, El-Masry, Ali, & Abdel-Hady, 2022, str. 15) – to je zgolj nekaj negativnih učinkov na družbo in posameznika, pri čemer izpostavljamo, da bo v naslednjih nekaj letih potrebno vzpostaviti močan in zanesljiv sistem pomoči vsakomur, ki se sooča z duševnimi oziroma vedenjskimi težavami kot posledicami pandemije, saj je, kot pravijo Dolan, Peasgood in White (2008, str. 94), psihično zdravje bistveno bolj povezano s kakovostjo življenja kot fizično zdravje. V skladu s predhodno navedenim menimo, da zadnja epidemija, ki je prerasla v pandemijo, drastično spremenila okolje in posledično kakovost življenja skoraj da vsakega Zemljana.

6 Zaključek

Kakovost življenja ni le potreba, temveč tudi pravica slehernega posameznika. Človeštvo je v želji po boljšem življenju na nek način svoj kulturni sistem in seznam temeljnih vrednot uskladilo s svojimi cilji, pričakovanji in življenjskim standardom, ki naj bi izboljšali fizično in psihično zdravje posameznika ter njegov odnos z okoljem – vključujoč naravno okolje in družbo – torej naj bi izboljšal kakovost življenja. Pa vendar, ne glede na nenehno željo po iskanju kakovosti življenja, pri nekaterih ljudeh to ostaja zgolj pri želji, saj obstaja nemalo dejavnikov, ki imajo negativne učinke na kakovost življenja. Občutek nizke družbene podpore, padajoči trendi doprinosov naravnega okolja in vse obsežnejši posegi vanj, obolenost in umrljivost, ekstremne temperature, nevihte, požari, potresi in poplave, procesirana prehrana, zaradi preobremenjenosti in pričakovanj družbe povečane ravni stresa, ki vodijo v kronični stres, konflikt pri usklajevanju poklicnega in zasebnega življenja in obratno, brezposelnost, dohodkovna neenakost, pritiski medijev, vse intenzivnejša uporaba digitalnega okolja ... To je le nekaj pasti oziroma negativnih učinkov okolja, ki po naših ugotovitvah, temelječih na pregledu literature, vodijo k poslabšanju kakovosti življenja. Zakaj pasti? Ker je vsak posameznik konec koncev odgovoren sam zase, za svoje življenje, in dokler tega ne spozna in oblikuje lastni sistem vrednot kakovostnega življenja – ki ga opominja na sledenje kakovostnemu življenju in zanemarjanju nepotrebnih informacij, ki mu razkrivajo tegobe tega sveta – in se trudi v vsakem slabem najti nekaj dobrega, najti priložnost, bo njegovo življenje še naprej nekakovostno.

Ne glede na to, da smo ugotovili, da literatura navaja več negativnih (vsaj 37) kot pozitivnih (vsaj 26) učinkov obravnavanih dejavnikov okolja v povezavi s kakovostjo življenja, je moč pogledati tudi s pozitivne plati – družbene interakcije in njihov vpliv na zdravje in dobro počutje, izboljšano javno zdravje, vrsto možnosti aktivnosti v blagodejnosti narave, dostopnost zdrave hrane, komunikacija, dostopnost, nakupovanje, pridobivanje informacij in zabava kot

prednosti uporabe pametnih tehnologij, obstoj socialnega varstva in javnega zdravstva ... To je tisto, čemur moramo usmeriti pozornost in biti hvaležni, to so stvari, ki prispevajo h kakovosti naših življenj. Zdaj živimo dlje in smo lahko bolj zdravi kot kdajkoli prej in verjetno smo tudi srečnejši kot le nekaj generacij naših prednikov.

Raziskava prispeva k prepoznavanju dejavnikov okolja oziroma njihovih učinkov na kakovost življenja in ozaveščanju o bolj ali manj lepi realnosti negativnih učinkov okolja na sodobno družbo. Raziskava je omejena zgolj na pregled literature, kar predstavlja določene omejitve v količini podatkov.

Pri nadaljnjem raziskovanju priporočamo proučevanje dodatnih dejavnikov sodobnega okolja, ki vplivajo na kakovost življenja. Smiselno bi bilo proučiti tudi dejavnike okolja, ki so vplivali na kakovost življenja v preteklosti in narediti primerjavo z dejavniki sodobnega časa. Ravno tako se pri nadaljnjem raziskovanju zdi smiselno proučiti možnosti izboljšanje negativnih učinkov obravnavanim dejavnikom kakovosti življenja iz naše raziskave.

Reference

1. Bayles, B. R., Brauman, K. A., Adkins, J. N., Brian F. Allan, Alicia M. Ellis, Goldberg, T. L. ... Ristaino, J. B. (2016). Ecosystem Services Connect Environmental Change to Human Health Outcomes. *EcoHealth* 13(3), 443–449. doi: 10.1007/s10393-016-1137-5
2. Begdache, L., Sadeghzadeh, S., Derose, G., & Abrams, C. (2021). Diet, exercise, lifestyle, and mental distress among young and mature men and women: a repeated cross-sectional study. *Nutrients*, 13(1), 24. doi: 10.3390/nu13010024
3. Begum, B. & Mohd., A. (2021). Workplace Environment and its Impact on the Quality of Life of Employees. *Shanghai Ligong Daxue Xuebao*, 23(2), 239–248. doi: 10.51201/jusst12610
4. Bilevičiene, T., Bilevičiute, E., & Drakšas, R. (2016). Employment as a Factor of Life Quality. *Journal of International Studies*, 9(3), 203–216. doi: 10.14254/2071-8330.2016/9-3/16
5. Black, P. H. (2002). Stress and the inflammatory response: a review of neurogenic inflammation. *Brain, Behavior, and Immunity*, 16(6), 622–653. doi: 10.1016/S0889-1591(02)00021-1
6. Blix, E., Perski, A., Berglund, H., & Savic, I. (2013). Long-term occupational stress is associated with regional reductions in brain tissue volumes. *PLoS ONE* 8(6), 1–9. doi: 10.1371/journal.pone.0064065
7. Bohnke, P. (2008). Does society matter? Life satisfaction in the enlarged Europe. *Social Indicators Research*, 87(2), 189–210. doi: 10.1007/s11205-007-9169-4
8. Brauman, K. A., Garibaldi, L. A., Polasky, S., Aumeeruddy-Thomas, Y., Brancalion, P. H. S., DeClerck, F., ... Verma, M. (2020). Global trends in nature's contributions to people. *Proceedings of the National Academy of Science*, 117(51), 32799–32805. doi: 10.1073/pnas.2010473117
9. Carlier, B., Schuring, M., Lötters, F., Bakker, B., Borgers, N., & Burdorf, A. (2013). The influence of re-employment on quality of life and self-rated health, a longitudinal study among unemployed persons in the Netherlands. *BMC public health*, 13, 503. doi: 10.1186/1471-2458-13-503
10. Cheung, C. K. & Leung, K. (2007). Enhancing life satisfaction by government accountability in China. *Social Indicators Research*, 82(3), 411–432. doi: 10.1007/s11205-006-9043-9

11. Clark, A. E. (2003). Unemployment as a social norm: Psychological evidence from panel data. *Journal of Labor Economics*, 21(2), 323–351. doi: 10.1086/345560
12. Dadvand, P., Bartoll, X., Basagana, X., Dalmau-Bueno, A., Martinez, D., Ambros, A., ... Nieuwenhuijsen, M. J. (2016). Green spaces and General Health: Roles of mental health status, social support, and physical activity. *Environment International*, 91, 161–167. doi: 10.1016/j.envint.2016.02.029
13. Diaz, S., Pascual, U., Stenseke, M., Martín-López, B., Watson, R. T., Molnár, Z., ... Shirayama, Y. (2018). Assessing nature's contributions to people. *Science*, 359(6373), 270–272. doi: 10.1126/science.aap8826
14. Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1), 189–216. doi: 10.1023/A:1006859511756
15. Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. P. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*, 29(1), 94–122. doi: 10.1016/j.joep.2007.09.001
16. Donovan, N., Halpern, D., & Sargeant, R. (2002). *Life satisfaction: the state of knowledge and implications for government*. London: UK Government.
17. Drobnič, S., Beham, B., & Prag, P. (2010). Good Job, Good Life? Working Conditions and Quality of Life in Europe. *Social Indicators Research*, 99(2), 205–225. doi: 10.1007/s11205-010-9586-7
18. Eurostat. (2021). *Quality of life indicators – social interactions*. Pridobljeno na https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-_social_interactions#Social_interactions
19. Ferrans, C. E., Zerwic, J. J., Wilbur, J. E., & Larson, J. L. (2005). Conceptual model of health-related quality of life. *Journal of Nursing Scholarship*, 37(4), 336–342. doi: 10.1111/j.1547-5069.2005.00058.x
20. Frey, B. S. & Stutzer, A. (2005). Economic Consequences of Mispredicting Utility. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 937–956. doi: 10.1007/s10902-013-9457-4
21. Gaspar, T. (2017). Psychological and Social Factors That Influence Quality of Life: Gender, Age and Professional Status Differences. *Psychology Research*, 7(9), 489–498. doi: 10.17265/2159-5542/2017.09.003
22. Gehlich, K. H., Beller, J., Lange-Asschenfeldt, B., Köcher, W., Meinke, M. C., & Lade-mann, J. (2020). Consumption of fruits and vegetables: improved physical health, mental health, physical functioning and cognitive health in older adults from 11 European countries. *Aging & Mental Health*, 24(4), 634–641. doi: 10.1080/13607863.2019.1571011
23. Gilgeous, V. (1998). Manufacturing managers: their quality of working life. *Integrated Manufacturing Systems*, 9, 173–181. doi: 10.1108/09576069810210466
24. Glaser, R. & Kiecolt-Glaser, J. K. (2005). Stress-induced immune dysfunction: implications for health. *Nature Reviews Immunology*, 5(3), 243–251. doi: 10.1038/nri1571
25. Guha-Sapir, D., Hoyois, P., Wallemacq, P., & Below, R. (2017). *Annual Disaster Statistical Review 2016: The Numbers and Trends*. Brussels: Centre for Research on the Epidemiology of Disasters.
26. Hansel, T. C., Saltzman, L. Y., & Bordnick, P. S. (2020). Behavioral health and response for COVID-19. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 14(5), 670–676. doi: 10.1017/dmp.2020.180
27. Hansel, T. C., Saltzman, L. Y., Melton, P. A., Clark, T. L., & Bordnick, P. S. (2022). COVID-19 behavioral health and quality of life. *Scientific Reports*, 12(1), 961. doi: 10.1038/s41598-022-05042-z

28. Hays R. D. & Reeve, B. B. (2010). Measurement and Modeling of Health-Related Quality of Life. V J. Killewo, H. K. Heggenhougen, & S. R. Quah (ur.), *Epidemiology and Demography in Public Health* (str. 195–205). San Diego: Academic Press.
29. Helliwell, J. F. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic Modeling*, 20(2), 331–360. doi: 10.1016/S0264-9993(02)00057-3
30. Hosseini, S. N., Seyed, S. M., & Adrisi, A. (2017). Socio-Economic Factors Affecting the Quality of Life of Tehranian Citizens. *Social Welfare Quarterly*, 17(66), 223–254.
31. Hult, M., Pietila, A. M., & Saaranen, T. (2020). The Factors Predicting Quality of Life Among Unemployed Adults: A Model Based on Salutogenic Approach. *Social Indicators Research*, 152(5), 1197–1211. doi: 10.1007/s11205-020-02470-0
32. Juul, F., Vaidean, G., & Parekh, N. (2021). Ultra-processed Foods and Cardiovascular Diseases: Potential Mechanisms of Action. *Advances in Nutrition*, 12(5), 1673–1680. doi: 10.1093/advances/nmab049
33. Kahn, P. H., Severson, R. L., & Ruckert, J. H. (2009). The human relation with nature and technological nature. *Current Directions in Psychological Science*, 18(1), 37–42. doi: 10.1111/j.1467-8721.2009.0160
34. Kasser, T. (2002). *The high price of materialism*. Cambridge: MIT Press.
35. Khademi, Z., Safaei, S., & Moradi Shahbaz, N. (2018). The Study of the Relationship between Social Capital and Quality of Life (Case Study: Women Aged 25-65 Years in Tehran). *Journal of Applied Sociology*, 29(2), 147–168. doi: 10.22108/jas.2017.75232.0
36. Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*, 8(8), 1–6. doi: 10.1371/journal.phone.0069841
37. Kumar, A. (2018). Brief Introduction of Environment, Ecology and Environmental Pollution. *Journal of Modern Management & Entrepreneurship*, 8(1), 314–322.
38. Kuyken W. & Group T. W. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403–1409. doi:10.1016/0277-9536(95)00112-k
39. Lane, K. E., Davies, I. G., Darabi, Z., Ghayour-Mobarhan, M., Khayyat-zadeh, S. S., & Mazidi, M. (2022). The Association between Ultra-Processed Foods, Quality of Life and Insomnia among Adolescent Girls in Northeastern Iran. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6338. doi: 10.3390/ijerph19106338
40. Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., ... Liu, W. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 Outbreak in China Hardest-hit Areas: gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287, 112921. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112921
41. Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15(1), 8–13. doi: 10.1111/j.0963-7214.2004.01501002.x
42. Mariotti, A. (2015). The effects of chronic stress on health: new insights into the molecular mechanisms of brain-body communication. *Future Science OA*, 1(3), 1–6. doi: 10.4155/fso.15.21
43. Mohsen, S., El-Masry, R., Ali, O. F., & Abdel-Hady, D. (2022). Quality of life during COVID-19 pandemic: a community-based study in Dakahlia governorate, Egypt. *Glob Health Research Policy*, 7(1), 15. doi: 10.1186/s41256-022-00246-2
44. Moller, V. & Huschka, D. (2009). Challenges for Quality-of-Life Studies in the New Millennium. V: V. Möller & D. Hauschka, *Quality of Life and the Millennium Challenge: Advances in Quality-of-Life Studies, Theory and Research* (str. 1–12). Berlin: Springer.

45. Noghaani, M., Asgharpour, A., Kermani, M., & Safa, S. (2011). The quality of life and its relation with social capital in the city of Mashhad. *Journal of Social Sciences*, 5(1), 111–140. doi: 10.22067/jss.v0i0.8733
46. Ocean, N., Howley, P., & Ensor, J. (2019). Lettuce be happy: a longitudinal UK study on the relationship between fruit and vegetable consumption and well-being. *Social Science & Medicine*, 222, 335–45. doi: 10.1016/j.socscimed.2018.12.017
47. OECD (2016). *The economic consequences of outdoor air pollution*. Paris: OECD Publishing. 10.1787/9789264257474-en
48. Österle, H. (2020). *Life engineering: Machine intelligence and quality of life*. Cham: Springer.
49. Pacek, A. C. & Radcliff, B. (2008). Welfare policy and subjective well-being across nations: An individual-level assessment. *Social Indicators Research*, 89, 179–191. doi: 10.1007/s11205-007-9232-1
50. Pichler, F. (2009). Determinants of Work-life Balance: Shortcomings in the Contemporary Measurement of WLB in Large-scale Surveys. *Social Indicators Research*, 92(3), 449–469. doi: 10.1007/s11205-008-9297-5
51. Posel, D. R. & Casale, D. M. (2011). Relative standing and subjective well-being in South Africa: The role of perceptions, expectations and income mobility. *Social Indicators Research*, 104, 195–223. doi: 10.1007/s11205-010-9740-2
52. Rahmani, A. & Sohrabi, S. (2012). The Sociological Study of the Relationship Between Life Quality and Social Capital. *Quarterly Journal of Socio-Cultural Development Studies*, 1(2), 157–175.
53. Rajović, G. & Bulatović, J. (2016). Comparative Analysis of Conditions Life in Settlements the Municipality of Berane and Settlements the Municipality of Andrijevica: A Case Study. *Evropejskij Issledovatel' (European Researcher)*, 103(2), 87–106. doi: 10.13187/er.2016.103.87
54. Rode, J. C., Rehg, M. T., Near, J. P., & Underhill, J. R. (2007). The Effect of Work/Family Conflict on Intention to Quit: The Mediating Roles of Job and Life Satisfaction. *Applied Research on Quality of Life*, 2(2), 65–82. doi: 10.1007/s11482-007-9030-6
55. Ruževičius, J. (2014). Quality of Life and of Working Life: Conceptions and Research. V: *17th Toulon-Verona International Conference: Excellence in Services*, August 28–29, 2014 (str. 317–334). Liverpool: Liverpool John Moores University.
56. Saltzman, L. Y., Hansel, T. C., & Bordnick, P. S. (2020). Loneliness, isolation, and social support factors in post-COVID-19 mental health. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 55–57. doi: 10.1037/tra0000703.
57. Sapranaviciute-Zabazlajeva, L. S., Sileikiene, L., Luksiene, D., Ricardas, A. T., Milvidaite, I. & Bobak, M. (2022). Lifestyle factors and psychological well-being: 10-year follow-up study in Lithuanian urban population. *BMC Public Health* 22(1), 1011. doi: 10.1186/s12889-022-13413-4
58. Sensi, S., Paoletti, P., Koh, J., Aizenman, E., Bush, A., & Hershfinkel, M. (2011). The Neurophysiology and Pathology of Brain Zinc. *The Journal of Neuroscience*, 31(45), 16076–16085. doi: 10.1523/JNEUROSCI.3454-11.2011
59. Shah, R., Ali, F., Nixon, S., Ingram, J., Salek, S., & Finlay, A. (2021). Measuring the impact of COVID-19 on the quality of life of the survivors, partners and family members: a cross-sectional international online survey. *BMJ Open*, 11(5) 1–13. doi: 10.1136/bmjopen-2020-047680
60. Sirgy, J. M., Efraty, D., Siegel, P., & Lee, D. (2001). A New Measure of Quality of Work Life (QWL) Based on Need Satisfaction and Spillover Theories. *Social Indicator Research* 55(3), 241–302. doi: 10.1023/A:1010986923468
61. Skarupski, K., Tangney, C., Li, H., Ouyang, B., Evans, D., & Morris, M. (2010). Longitudinal association of vitamin B-6, folate, and vitamin B-12 with depressive symptoms among older

- adults over time. *The American journal of clinical nutrition*, 92(2), 330–335. doi: 10.3945/ajcn.2010.29413
62. Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. doi: 10.1016/j.jbusres.2019.07.039
 63. Sparrenberger, K., Friedrich, R. R., Schiffner, M. D., Schuch, I., & Wagner, M. B. (2015). Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. *The Journal of Pediatrics*, 91(6), 535–542. doi: 10.1016/j.jpeds.2015.01.007
 64. Stanca, L. (2010). The geography of economics and happiness: Spatial patterns in the effects of economic conditions. *Social Indicators Research*, 99(1), 115–133. doi: 10.1007/s11205-009-9571-1
 65. Suksatan, W., Moradi, S., Naeini, F., Bagheri, R., Mohammadi, H., Talebi, S., ... Suzuki, K. (2021). Ultra-Processed Food Consumption and Adult Mortality Risk: A Systematic Review and Dose-Response Meta-Analysis of 207,291 Participants. *Nutrients*, 14(1), 174. doi: 10.3390/nu14010174
 66. Titov, N., Staples, L., Kayrouz, R., Cross, S., Karin, E., Ryan, K., ... Nielssen, O. (2020). Rapid report: Early demand, profiles and concerns of mental health users during the coronavirus (COVID-19) pandemic. *Internet Interventions*, 21, 100327. doi: 10.1016/j.invent.2020.100327
 67. Uzzell, D. & Moser, G. (2006). Environment and quality of life. *European Review of Applied Psychology*, 56(1), 1–4. doi: 10.1016/j.erap.2005.02.007
 68. Van Den Berg, M., van Poppel, M., van Kamp, I., Andrusaityte, S., Balseviciene, B., Cirach, M., ... Maas, J. (2016). Visiting green space is associated with mental health and vitality: A cross-sectional study in four European cities. *Health Place*, 38, 8–15. doi: 10.1016/j.healthplace.2016.01.003
 69. Van Dillen, S., De Vries, S., Groenewegen, P., & Spreeuwenberg, P. (2012). Greenspace in urban neighbourhoods and residents' health: Adding quality to quantity. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 66(6), 8. doi: 10.1136/jech.2009.104695
 70. Veenhoven R. (2000). The Four Qualities of Life: Ordering Concepts and Measures of the Good Life. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 1–39. doi: 10.1007/978-94-007-5702-8_11
 71. Veenhoven, R. (2010). Life is getting better: Societal evolution and fit with human nature. *Social Indicators Research*, 97(1), 105–122. doi: 10.1007/s11205-009-9556-0
 72. Veenhoven, R. (2012). Happiness: Also known as Life Satisfaction and Subjective Well-Being. V K. C. Land, A. C. Michalos, & M. J. Sirgy (ur.), *Handbook of social indicators and quality of life research* (str. 63–77). Dordrecht: Springer.
 73. Vinopal, J. (2012). The Discussion of Subjective Quality of Working Life Indicators. *Sociologia (Slovakia)*, 44(3), 385–401.
 74. Worach-Kardas, H. & Kostrzewski, S. (2014). Quality of life and health state of long-term unemployed in older production age. *Applied Research in Quality of Life*, 9(2), 335–353. doi: 10.1007/s11482-013-9240-z
 75. World Health Organization. (1947). The constitution of the World Health Organization. *World Health Organization Chronicle*, 1, 29.

Mateja Zakšek je diplomirala na Pedagoški fakulteti v Mariboru, smer Vzgojitelj predšolskih otrok., trenutno je študentka magistrskega študija na Fakulteti za organizacijske študije Novo mesto. Zaposlena je v enem izmed vrtcev jugovzhodne regije, kot vzgojiteljica predšolskih otrok. Je članica timov vzgojiteljskih aktivov ter vodja tima mreženja in samoevalvacije ter drugih različnih projektov znotraj skupine.

Abstract: **Environmental Impact on the Quality of Life**

Research Question (RQ): What are the environmental factors and their positive and negative effects on quality of life?

Purpose: The purpose of the research is to identify the key effects of modern quality of life factors. The aim of the research is to study the concept of quality of life and its effects and to create a quality of life model based on quality of life factors.

Method: A qualitative method of review and analysis of scientific and professional literature in the field of quality of life is used. For the purposes of the research, we used works published between 2000 and 2022.

Results: Based on a review of the literature, a model of quality of life with eight dimensions or factors was created - social interactions, natural environment, lifestyle, professional and private life, employment status and income inequality, social protection, information and communication technologies and COVID-19. At least 26 positive and 37 negative effects of the environment on the quality of life have been identified.

Organization: The research contributes to organizations by recognizing modern environmental factors and their effects on the quality of life, whereby organizations can mitigate some of the negative effects.

Society: The research contributes to the knowledge of the positive effects of the environment on the quality of life and raises awareness of the more or less favorable reality of the effects of the environment on the quality of life of modern society. By becoming aware of certain negative effects, each individual can contribute to a better quality of his life and the lives of others.

Originality: The originality of the research lies in contributing to awareness and possibly mitigating the negative effects of the environment on the quality of life.

Limitations/Future Research: The research is limited to a literature review only, which represents certain limitations in the amount of data.

Keywords: contemporary environment, quality of life, environmental factors, positive effects, negative effects.

Copyright (c) Mateja ZAKŠEK



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Obrobja družbe skozi različna obdobja reke življenja

Dušica Kunšek Rihtar*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija

dusica.kunsek.rihtar@fos-unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kdo so ljudje na obrobju družbe in kakšen je odnos družbe do zmanjševanja razlik?

Namen: Predstaviti ključne skupine ljudi, ki jih je družba prepoznala kot drugačne in kakšen je odnos do njih.

Metoda: Uporabili smo kvalitativno metodo, kjer smo zbrali literaturo in informacije, jih pregledali ter analizirali.

Rezultati: Raziskava je pokazala, da družba do ljudi, ki od povprečja odstopajo, so drugačni, še vedno ne postopa enakovredno. Velik del razloga je na državni ravni, kjer je več sistemskih pomanjkljivosti.

Organizacija: Raziskava je lahko koristna za organizacije, društva, ki se ukvarjajo s specifičnimi področji posameznih skupin ljudi, ki se jih je prijela določena stigma, da odstopajo od normalnega stanja kot ga prepoznava splošna populacija.

Družba: Družba lahko na podlagi ugotovitev in pregleda literature ozavešča posamezne odstopke v razmišljanju, dojemljanju ljudi. Služi lahko za podiranje ali pa vsaj rahljanje določenih predpostavk.

Originalnost: Raziskava je uporabna za namen učnega procesa na eni izmed fakultet jugovzhodne regije.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskava je omejena na pregled literature in osebno razmišljanje avtorice. Nadaljevanje raziskave se lahko razširi na anketiranje, vključevanje društev s področja raziskave ter razširi še na druge skupine ljudi.

Ključne besede: margina, družba, osamljenost, drugačnost, izolacija, sistem, stigma.

1 Uvod

Socialna izključenost ali marginalizacija, ki jo Slovar slovenskega knjižnega jezika (2014), opredeljuje kot besedo, ki opisuje ljudi, ki niso vključeni v družbeno dogajanje, življenje, so obrobna skupina, Hvalič Touzery (2010) pa pravi, da temelji na rasi, etničnosti, jeziku, kulturi, religiji, spolu, starosti, socialnem razredu, ekonomskem ali zdravstvenem stanju. Socialna izključenost odvzema človeku njegove temeljne pravice in veže nase revščino, prikrajšanost in nestrpnost.

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

Prejeto: 13. november 2022; revidirano: 14. november 2022; sprejeto: 25. november 2022. /

Received: 13th November 2022; revised: 14th November 2022; accepted: 25th November 2022.

Vedno so obstajale margine in ljudje, ki jih družba ne uvršča med »normalo« in zgodovina nas uči, da so to skupine, ki jih z lahkoto zavržemo, si pred njimi zatiskamo oči, jih umaknemo na obrobje.

Namen raziskave je predstaviti nekatere od skupin ljudi v različnih starostnih obdobjih, ki jih je družba potisnila na svoje obrobje s ciljem, da se družba zave, kdo so te osebe, kako smo jih kot družba stigmatizirali in kakšen odnos smo vzpostavili do njih.

Vsi ljudje si v življenju želimo biti sprejeti, ljubljeni in koristni. Kako na to vplivamo sami, kakšen vpliv ima družba in okolica, pa so od posameznika do posameznika razlikuje.

Raziskava je pomembna predvsem zato, da se odpre razmišljanje, ozaveščanje nastale situacije, ki v obdobje v katerem živimo, ne sodi.

2 Teoretična izhodišča

Čeprav je ideja o kakovosti življenja stara kot človeštvo samo, je zbudila pozornost strokovnjakov sredi 70-ih let (Abbey, 1985 v Gašparovič, 1999, str. 187).

Orešković (1994) je že pred leti opredelili, da se postmoderno razumevanje kakovosti življenja družbeno izraža v gibanju, v medicini pa v konceptu dobrega življenja, sam pa podaja merila za merjenje kakovosti življenja kot več možnih definicij in pojmov, kot so (str. 263):

- razumevanje kakovosti življenja kot izpolnjevanja ciljev,
- kakovost življenja, ki se enači z osebno socialno identifikacijo,
- koncept t.i racionalen človek,
- individualistični pogledi.

Culpitt (1999) navaja, da smo priča sprevrženemu ciklu, ko čim bolj je življenje tvegano, tem bolj se od posameznika pričakuje, da bo s tem tveganjem upravljal in se pred njim zaščitil. Njegova prizadetost in izgube lahko sicer pri drugih ljudeh vzbujajo sočustvovanje, odvrnitev ali celo strah. Toda ljudje na tvegano naravo življenja niso več vajeni dajati kolektivnega odgovora; za zaščito pred tveganji še naprej pooblašajo osamljenega posameznika, ne države (str. 13).

Halauk (2013) v želji, da vsi najdejo čas in skrbijo za svoje zdravje, s tem misli na to kot celovit koncept kakovosti življenja, osebno vsak dan študentom ponavlja naslednje napotke za boljšo kvaliteto življenja (str. 256):

- da se naučijo, da v življenju ni največ vredno tisto, kar imajo, ampak kdo so v svojem življenju,
- da se naučijo, da ni bogat tisti človek, ki ima največ, ampak tisti, ki ima najmanj,
- da spoznajo, da je z denarjem mogoče kupiti vse, razen sreče in zdravja,
- da spoznati, da lahko v življenju dve osebi opazujeta isto stvar, vendar je videti popolna drugače,

- da spoznajo, da je njihov pravi in iskreni prijatelj tisti, ki je izvedel vse o njih, pa jih ima še vedno rad,
- da se naučijo, da ni vedno dovolj, da jim drugi odpustijo, ampak, da morajo sami odpusti drugim.

Kot pravi Mandič (2005), se zdi, da ima koncept kakovosti življenja prednost pred drugimi blaginjskimi koncepti. V sodobni evropski blaginjski retoriki je ostal, čeprav večkrat omenjen, nekako ob strani in ideološko neobremenjen z njo. Koncept je ostal bolj ali manj le urejevalni okvir za empirične podatke, ki opisujejo posameznikove vire, priložnosti, življenjsko raven in zadovoljstvo v različnih domenah življenja. Potem ko se je razšel z izvorno skandinavsko blaginjsko interpretativno shemo (osnovnih standardiziranih potreb in univerzalnih programov državne blaginje), sam več ne razlaga pojavov, ampak k tem razlagam, v svetu institucionaliziranega individualizma, še spodbuja (str. 127).

Kaučuč, Filej, & Ovsenik (2016) so z raziskavo želeli ugotoviti povezavo med socialnimi dejavniki in zadovoljstvom z življenjem v starosti. Ugotovili so pozitivno povezavo med načinom življenja in življenjskimi pogoji (socialni dejavniki) ter zadovoljstvom z življenjem. Ugotavljali so tudi, da je indeks življenjskih pogojev tesneje povezan z zadovoljstvom z življenjem, medtem ko je indeks življenjskega sloga z njim manj povezan. Zato lahko sklepamo, da so stanovanjske razmere, okolje, finančni položaj in varnost tesneje povezani z zadovoljstvom z življenjem (str. 310).

Ranljive skupine

Gracin (2016) navaja, da je pojem ranljive skupine zelo širok, ki pa se zaradi trenutnega stanja večajo in spreminjajo. Dejstvo je, da se vsaka ranljiva skupina spopada s svojimi specifičnimi težavami, številne težave pa so skupne vsem. Vemo, da je položaj ranljivih skupin na trgu dela in po pridobljeni izobrazbi v povprečju zelo slab. Vedno več ranljivih skupin se namreč srečuje z revščino tudi zaradi pomanjkljive izobrazbe in posledično slabših možnosti na trgu dela. Vedno več se jih znajde v določeni situaciji, ko se morajo spopadati z revščino, brezposelnostjo in diskriminacijo v družbi (str. 108). Trbanc (2003), Zaviršek (1998, 1994) in drugi skupine opredeljujejo različne skupine oseb. Najpogosteje se navajajo: dolgotrajno brezposelni; predvsem ženske, mladi, ki so zaradi dejavnikov revščine izpostavljeni večjemu tveganju izključenosti, ter druge marginalizirane skupine, kot so brezdomci, Romi ali priseljenci.

Posamezniki iz ranljivih skupin (Gracin, 2016) se soočajo s težavami pri izobraževanju, nimajo zadostne izobrazbe, torej spadajo tudi med težje zaposeljive osebe in niso enakopravno vključeni v družbo. Brezposelnost ranljivih skupin pa vodi do neenakopravnosti in socialne izključenosti. Gospodarska kriza, v kateri se nahajamo danes, je prinesla naraščanje brezposelnosti in negotovost delovnih mest. Znižala se je stopnja aktivnosti zaposlenih. Veliko se jih srečuje tudi s fleksibilnimi oblikami zaposlitve (str. 110).

Fernández Gavira, Huete García in Velez Colón (2017) so v raziskavi zapisali, da ranljive skupine niso homogene in vsaka predstavlja svoje posebnosti, ki bi morale biti upoštevane v času posega. Za delo s skupinami, ki jim grozi izključenost, je potrebno model intervencije izbirati celovito in se mora prilagajati tako značilnostim skupine kot osebam. Izpostavili so področje športa, kjer so razlogi, ki motivirajo ali omejujejo različne ranljive skupine k ukvarjanju s športom, pogosti med skupinami, na primer, starejši in odvisni od drog se ukvarjajo s športom, ki je usmerjen v zdravje (zaradi pomanjkanja le-tega). Zanimanje priseljencev za ukvarjanje s športom je motivirano z ustvarjanjem odnosov v skupnosti, saj je to eden izmed najpomembnejših potreb v procesu akulturacije in integracije. Obstajajo družbeno-kulturni elementi, ki vadbo športa omejujejo zunaj osebnih značilnosti posameznika skupine. V zvezi s tem se nanašamo na lastnosti, ki jih dominantna družba označuje za nekatere skupine, npr. ženske vloge so povezane z gospodinjskimi opravili (str. 324).

Marginalizacija

Hvalič Touzery (2010) navaja, da je marginalizacija koncept, ki odseva neenakost posameznikov ali skupin prebivalstva in njihove udeležbe v življenju družbe. Lahko jo povezujemo z omejenim ali onemogočenim dostopom do družbenega sistema ali dolgoročno brezposelnostjo, ki temeljijo na lastnostih skupine, kot so etnična pripadnost, spolna usmerjenost, zdravstveno stanje (npr. AIDS) ali pripadnost družbeno stigmatizirani skupini (npr. bivši zaporniki ali odvisniki). Lahko se pojavi po dalj časa trajajočem materialnem pomanjkanju, ko se ljudje počasi izključujejo iz družbenega dogajanja in postanejo socialno, kulturno in politično izolirani.

Bahovec et al. (1999) vključuje načela, po katerih delajo in ravnaajo zaposleni v vrtcu, da se upoštevajo načela enakih možnosti, različnosti med otroki ter multikulturalizma, govori pa tudi o socialni izključenosti otrok v predšolskem obdobju. Vzgojitelji v vrtcu morajo zagotoviti vsem otrokom enake možnosti, da se razvijejo, vendar vseeno upoštevajo individualne razlike med njimi. Upoštevati morajo otrokovo kulturno in socialno poreklo ter spol. V oddelke pa morajo sprejeti tudi otroke s posebnimi potrebami, ki se le občasno vključijo v vzgojno izobraževalni proces, kot tiste, ki so vključeni redno (str. 19)

Đorđević (2019) sklepa, da so starejši v Srbiji marginalizirani in socialno izključeni zaradi starosti, slabega finančnega položaja, slabega zdravja, neustrezne izobrazbe in usposobljenosti, nezadostna uporaba sodobne tehnologije, ker so bile zanemarjene in prepuščeni sami sebi družinski člani, sorodniki prijatelji ter zaradi stereotipa o starejših, ki vladajo družbi. Glede na to, da ima večina upokojencev le srednješolsko izobrazbo in da jih izjemno majhen odstotek uporablja sodobno tehnologijo, ne moremo pričakovati, da se bodo srečali s sodobnim delom zahteve sodobnega trga. Poleg tega Srbija ne naredi veliko v smislu njihovega usposabljanja za nekatere poklice, ki jih morda opravljajo, zato njihova izključitev iz trga dela ni presenetljiva. Zaradi njihove brezposelnosti in nizkih pokojnin, revščine ali tveganja revščine, so izpostavljeni nerednim zdravniškim pregledom ali nasploh ne obiskovanju zdravnika, kar poslabša njihovo zdravje, postanejo pasivni in izolirani ter se le redko zbirajo z prijatelji, se ne družijo. Hkrati postajajo vse bolj nezadovoljni s življenje, ki ga

vodijo, ker si ne morejo privoščiti aktivnega družbenega življenjskega sloga. Posledično obstaja izjemno visoka stopnja marginalizacije in socialne izključenosti, ki je še posebej očitna na področju družbenih dejavnosti, saj v vsaki kategoriji (član verske organizacije/ športne organizacije/ umetniške organizacije/ humanitarne organizacije/ okoljske organizacij/ političnih strank), odstotek starejših, ki niso člani nobene od organizacije presega 95 % (str. 1676-1677).

Paradoks je tudi v tem, da ravno turbulentno okolje zahteva fleksibilnost, ustvarjalnost in potencial učenja. Dolgoročno gledano, je pomembno tudi, da bodo podjetja sposobna biti živa le, če bo tudi ekonomski sistem postal takšen, da bo prispeval k izboljšanju kakovosti življenja. Nova ekonomija bo strukturirana okrog toka informacij, moči in bogastva v finančnem omrežju, ki bo spodbujalo informacijsko in komunikacijsko tehnologijo. Tako bo razumevanje sistema življenja v naslednjih letih očitno prikazalo, da je potrebno spremeniti ekonomski red, ne zaradi potreb humanih organizacij, temveč zaradi preživetja in razvoja civilizacije (Capra, 2002, str. 127-128).

Ambrož in Colarič Jakše (2015, str. 55-56) navajata, da raziskovalec najde uporabne odgovore na zastavljena vprašanja v kakovostnejših in praktičnih rešitvah, višjih ravneh življenja in v vseh smereh. Dajeta tudi napotek, da dialektični pragmatizem deluje tudi kot hermenavtični krog, ki se usmerja na nenehno izboljševanje kakovosti življenja.

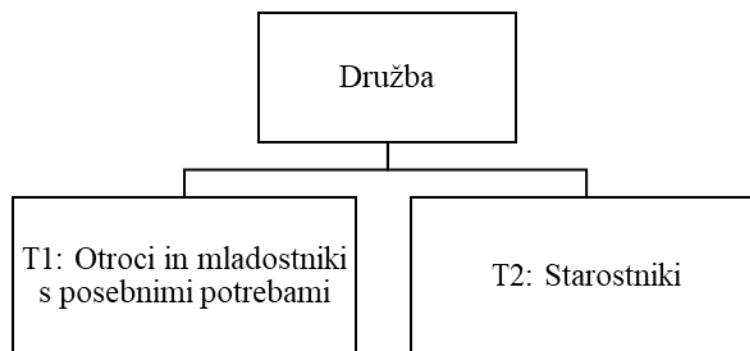
Cvahte (2004) pravi, da v kolikor želimo zmanjšati socialno izključenost otrok in mladine, je najprej potrebno poskrbeti za starše, stare starše. V kolikor imajo slednji okolje oziroma družino, ki je materialno prikrajšana, revna, socialno izključena, slabše socialno in zdravstveno opremljena, gotovo niso deležni potrebnih vzpodbud in opore in s tem nimajo enakih možnosti. Na podlagi slednje ugotovitve, in na podlagi trenutno najbolj opazni skupini socialne izključenosti, sta bili oblikovani naslednji dve tezi.

Teza 1: Otroci in mladostniki s posebnimi potrebami so potisnjeni na rob družbe.

Teza 2: Starejši so potisnjeni za rob družbe.

3 Metoda

V modelu raziskave nas zanima kako družba sprejema in ravna z otroki in mladostniki s posebnimi potrebami in starostniki, kar je prikazano v sliki 1.



Slika 1. Model raziskave

V raziskavi smo uporabili kvalitativno metodo, kjer smo zbrali literaturo in informacije, jih pregledali ter analizirali. Iskanje literature je potekalo po ključnih besedah, ki so navedene v tabeli 1.

Tabela 1. Raziskovalno vprašanje s ključnimi besedami

Raziskovalno vprašanje:		Ključna beseda:	
Slovensko	Angleško	Slovenska	Angleška
Kdo so ljudje na obrobju družbe in kakšen je odnos družbe do zmanjševanja razlik?	Who are the people on the fringes of society and what is society's attitude towards reducing differences?	"ljudje" "družba" + "razlike" "družba" + "odnosi" "stigmatizacija"	"people" "society" + "differences" "society" + "relationships" "stigmatization"

Iz tabele 2 je razviden seznam uporabljene literature, ki smo jo uporabili pri izbiri ključnih besed, v tabeli 3 pa so navedeni avtorji ter njihove ključne ugotovitve. Za iskanje smo uporabili bibliografske baze COBISS, Google Učenjak, priznane strokovne revije, dostopne na spletu, v pregled smo vključili tudi magistrske naloge.

Tabela 2. Seznam uporabljene literature

Avtor (Letnica)	Naslov
Dragoš, S. & Leskošek, V. (2003).	Družbena neenakost in socialni kapital.
Felizardo, S., Ribeiro, E., & Amante, M. J., (2016).	Parental adjustment to disability, stress indicators and the influence of social support.
Kobolt, A. (2011).	Razumevanje in odzivanje na čustvene in vedenjske težave.
Krajnc, A. (2010).	Različne učne poti in disleksija.
Matko, Štamfelj, I. (2010).	Trženje inovativnih onkoloških zdravil v Sloveniji in izbranih državah EU

4 Rezultati in razprava

V tabeli 3 so podane ključne ugotovitve po posameznih referencah.

Tabela 3. Ključne ugotovitve

Avtor (Letnica)	Ključne ugotovitve
Dragoš, S. & Leskošek, V. (2003).	Starejši , odvisni od nege svojcev, so izolirani in osamljeni .
Felizardo, S., Ribeiro, E., & Amante, M. J., (2016).	Socialna podpora neposredno in posredno vpliva na več vidikov starševskega in družinskega delovanja , vključno na stres.
Kobolt, A. (2011).	Osnovno izhodišče je, da pri vsakem otroku/mladostniku spoznamo njegovo življenjsko okolje , družino, socialni položaj v vrstniški skupini.
Krajnc, A. (2010).	Drugačnost se pri otrocih navadno pokazala šele ob vstopu v šolo .
Matko, Štamfelj, I. (2010).	Naraščajoč je delež sredstev, ki jih morajo za zdravljenje prispevati bolniki sami .

Otroci in mladostniki

Krajnc (2010, str. 27) navaja, da se je drugačnost pri otrocih navadno pokazala šele ob vstopu v šolo. V domačem okolju in v vrtcu se otrok uči in deluje neformalno, spontano in po svoje. Zato otrok nima težav. V šoli bi se morali vsi učenci v razredu učiti pod vodstvom učitelja na enak način, po enakih postopkih. Večina šolskega učenja sloni na zaporedjih in linearnem razmišljanju. Pri osebah z naprimer disleksijo, pa prav učenje zaporedij ali serije izpade in ni sprejemljivo, ker oseba uporablja zvezdasto, divergentno mišljenje. Sposobna se je učiti, vendar na drugačen način, kot zahtevajo učitelji pri pouku. Pri šolskem izobraževanju se pojavijo učne težave: učenec ne more prepisovati s table, težko bere, grdo piše, pri pisanju izpušča črke. Zato učitelji ugotavljajo, da imajo nekateri otroci učne težave. Ker učitelj istočasno ugotavlja, da je določen otrok zelo sposoben, pri pouku pa ne uspeva, mu skoraj praviloma pripiše lenobo in brezbržnost. Staršem se pritožuje, da otrok noče sodelovati. To pa je že moralno obeležje, ki ga v razredu stigmatizira in povzroči sekundarne čustvene poškodbe: znižuje samozavest otroka in slabšalno vpliva na samopodobo otroka.

Znanstvena literatura poudarja, da socialna podpora neposredno in posredno vpliva na več vidikov starševskega in družinskega delovanja, vključno z obvladovanjem stresa in optimizacijo virov za spodbujanje čustvenega dobrega počutja. Študije tudi kažejo na obstoj interakcije med stresom in socialno podporo, tako da deluje kot zaščitni faktor, ki moti vpliv stresorjev. (Felizardo, Ribeiro, & Amante, 2016, str. 831)

Če tako najprej pomislimo na otroke, predvsem tiste z različnimi vidnimi ali nevidnimi težavami, bolezenskimi stanji, predvsem tiste, ki izstopajo iz povprečja, v smislu hiperaktivnosti, avtizma, hitre jeze,... Zelo hitro jih kot družba označimo kot problematične. Opažamo predvsem odnos staršev »zdravih« otrok, ki svoje otroke učijo, naj se takšnih otrok izogibajo, se z njimi ne družijo, naj povedo učitelju, ko naredijo kar narobe oz. celo samo o takšnih otrocih grdo govorijo z učitelji, jim povedo, naj ga prepišejo v drug razred, drugo šolo,... To so vzorci, ki nastajajo za naslednje generacije. Kaj lahko storimo? Poleg učenja otrok o drugačnostih, vključevanja vseh otrok v enotne skupine, spoznavanje in sprejemanje drugačnosti, bi bilo potrebno delovati na skupine odraslih, staršev, učiteljev, delodajalcev, jih aktivno vključevati v društva, zavode, inštitute, kjer bi razbili njihove dvome, skrbi, morebitni strah, ki je povod za takšen nesprejemljiv odziv družbe.

Kobolt (2011, str. 168-169) pravi, da je osnovno izhodišče, da pri vsakem otroku/mladostniku spoznamo njegovo življenjsko okolje, družino, socialni položaj v vrstniški skupini ter skozi to prizmo skušamo razumeti čustvene in vedenjske odzive. To velja za vse učence- za tiste, ki jih opredeljujemo kot otroke s posebnimi potrebami, tudi za nadarjene učence, posebej pa tiste, katerih vedenje in čustvovanje je drugačno od odzivov vrstnikov. To pomeni, da usmeritve lahko uporabimo za razumevanje vseh odraščajočih. Razumeti kontekst, v katerem otrok živi, pomeni:

- skozi srečanja oblikovati pristen osebni odnos ter poustvarjati (skupaj z otrokom) delovanje,
- nasloniti se na vse možne vire podatkov (pogovori s starši, drugimi učitelji, vrstiki,...),
- skrbno opazovati situacije, odnose, emocionalne odzive in jih razumeti v kontekstu, v katerem se dogajajo, pri čemer moramo upoštevati vplive okoliščin dogodkov,
- beležiti kdaj se izstopajoča vedenja pojavljajo in v katerih okoliščinah se ne pojavljajo,
- iskati vire pri posamezniku in njegovi socialni mreži,
- šele zdaj se nasloniti na klasifikacijske sheme, ki nam pomagajo približno uvrstiti simptomatsko sliko, kar lahko vodi k boljšemu uvidu v razloge čustvovanja in vedenja,
- se vprašati, kaj je za koga problem,
- preizkušati dejavnike podpore v domačem in šolskem prostoru ter rahločutno prisluhniti otroku/mladostniku in vsem, ki so z njim pomembno povezani.

Starostniki

Po drugi strani pa so druga skupina na robu reke življenja starejši ljudje, naši stari starši, ostareli sosedi,... V preteklosti je bilo sobivanje vsaj treh generacij samoumevno, danes pa temu ni več tako. Mlade družine stremijo k osamosvojitvi, svojih lastnih domovih, starše, stare starše pa puščajo same, včasih v velikih, praznih hišah, stanovanjih. Ena od predlogov za izboljšanje leži kar na dlani... stanovanjska problematika je v Republiki Sloveniji velika, po drugi strani pa obstajajo prazne hiše z osamljenimi ljudmi, domovi za starejše občane so

prezasedeni. Država in družba bi morala pristopiti k sistemskemu povezovanju teh dveh situacij in povezovanju ljudi, sobivanju.

Dragoš in Leskošek ugotavljata (2003, str. 56), da so starejši, ki so odvisni od nege svojcev, izolirani in osamljeni. K njim je težko prihajati na pogoste obiske, nimajo družabnega življenja. Vse to se odraža na njihovem slabšem zdravju.

Ena od dobrih praks in predlog za širitev je aktivno vključevanje osnovnošolskih in srednješolskih otrok v aktivnosti Domov za starejše občane. Medgeneracijsko sodelovanje, soočenje z znaki in aktivnostmi starostnikov, vplivajo na vzpostavljanje sočutja, zavedanja o tem delu človekovega življenja. Prepogosto se zgodi, da starši otroke v želji po zaščiti, odmaknejo od tako imenovanih težkih tem življenja kot so bolezen, smrt. Posledično se zgodi, da je s tega razloga tudi vpis v npr. zdravstveno šolo nižji.

Družine bolnikov z redkimi in težkimi boleznimi

V zadnjem času pa je opažena problematika, ki se nanaša na družine z otroci, ki imajo redke, težke bolezni. Skoraj na dnevni bazi zasledim novice, da starši, društva, razne organizacije zbirajo denar za zdravljenje, rehabilitacijo ali lajšanje življenja bolnih otrok in njihovih družin. Slednje je nesprejemljivo, da v današnjih časih v državi, ki se uvršča med visoko razvite, družba zbira denar za takšne zadeve. Sistem države mora omogočati, da se poskrbi za te ranjive skupine. Še posebej ob dejstvu, ko je vsem na očeh brezglavo, brezpotrebno zapravljanje (včasih tudi kraja) državnega denarja.

Matko Štampfelj (2010, str. 40) je pred dvanajstimi leti navajala, da je naraščajoč delež sredstev, ki jih morajo za zdravljenje prispevati bolniki sami, značilen predvsem za ZDA, kjer je delež zasebnih zdravstvenih zavarovanj in neposrednih plačil s strani bolnikov bistveno višji, kot je v Evropi.

5 Zaključek

Iz raziskave je razvidno, da družba do ljudi, ki od povprečja odstopajo, so drugačni, še vedno ne postopa enakovredno. Ugotavljamo, da je velik del razloga na državni ravni, kjer je več sistemskih pomanjkljivosti.

Na obrobju družbe se glede na pregledano literaturo zelo hitro znajde vsak, ki nekako odstopa od povprečja. V preteklosti so bili to ljudje socialnih razlik (revni), danes pa so to ljudje vseh starosti in družbenih razredov. Najbolj vidni posamezniki so starejši, ki jih okolica zaznava kot nekoristne, ter različni tipi otrok in mladostnikov z fizičnimi ali psihičnimi posebnimi potrebami.

Raziskava je potrdila obe zastavljeni tezi, in sicer, da so na rob družbe potisnjeni tako otroci in mladostniki s posebnimi potrebami, kot tudi starejši.

V besedilu je ponujenih samo nekaj skromnih idej, predlogov. K reševanju je potrebno pristopiti takoj, tudi, če aktivnosti niso revolucionarne in so na prvi pogled skoraj

zanemarljive, lahko korak po korak izboljšamo situacijo. Država naj vodi, ljudje pa moramo odpreti svoja srca, oči in možgane.

Izsledki raziskave so lahko koristni za organizacije, društva, ki se ukvarjajo s specifičnimi področji posameznih skupin ljudi, ki se jih je prijela določena stigma, da odstopajo od normalnega stanja kot ga prepozna splošna populacija. Družba pa lahko na podlagi ugotovitev in pregleda literature ozavešča posamezne odstopke v razmišljanju, dojemanju ljudi in služi za podiranje ali pa vsaj rahljanje določenih predpostavk.

Raziskava je omejena zgolj na pregled literature in osebno razmišljanje avtorice. Razširi se lahko na način, da se izvede anketiranje ali druge oblike raziskav, ki bi vključevale različne skupine prebivalstva.

Raziskava ni bila sponzorirana in je namenjena v učne namene na eni izmed fakultet jugovzhodne regije Slovenije.

Reference

1. Ambrož, M., & Colarič Jakše, L. M. (2015). *Pogled raziskovalca: Načela, metode in prakse*. Zora. Maribor: Mednarodna založba za slovanske jezike in književnosti.
2. Bahovec, D. E., Bregar, G. K., Čas, M., Domicelj, M., Saje, N., Japelj, B., ... Vrščaj, D. (1999). *Kurikulum za vrtce*. Ljubljana: Strokovni svet RS za splošno izobraževanje.
3. Capra, F. (2002). *The Hidden Connections: Integrating the Biological, Cognitive, and Social Dimensions of Life into a Science of Sustainability*. New York: Doubleday.
4. Culpitt, I (1999). *Social Policy and Risk*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications, 143-182.
5. Cvahte, B. (2004). *Revščina in socialna izključenost oziroma vključenost*. Pridobljeno na <https://www.varuh-rs.si/sporocila-za-javnost/novica/revscina-in-socialna-izkljucenost-ozroma-vkljucenost/>
6. Dragoš, S. & Leskošek, V. (2003). *Družbena neenakost in socialni kapital*. Ljubljana: Mirovni inštitut.
7. Đorđević, A. N. (2019). *Marginalizacija starijih osoba u Srbiji*. Sociološki pregled, 53(4), 1654-1680.
8. Gracin, T. (2016). *Ranljive skupine in njihova inkluzija v družbi*. Izzivi prihodnosti, 1(3), 107-125.
9. Felizardo, S., Ribeiro, E., & Amante, M. J. (2016). *Parental adjustment to disability, stress indicators and the influence of social support*. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 217, 830 – 837. doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.157
10. Fernández-Gavira, J., Huete-García, A. & Velez-Colón, L. (2017). *Vulnerable groups at risk for sport and social exclusion*. Journal of Physical Education and Sport, 17(1), 312-326. DOI:10.7752/jpes.2017.01047
11. Gašparovič, M. (1999). *Kakovost življenja starostnikov v domskem varstvu*. Obzornik zdravstvene nege, 33, 187-191.
12. Haluk, V. (2013). *Kvaliteta života u zdravlju i bolesti*. Radovi Zavoda za znanstvenoistraživački i umjetnički rad u Bjelovaru, 7, 251-257.

13. Hvalič Touzery, S. (2010). Pridobljeno na <http://www.inst-antontrstenjaka.si/gerontologija/slovar/1026.html>
14. Kaučič, B. M., Filej, B. & Ovsenik, M. (2016). *The Influence of Social Factors on Life Satisfaction in Old Age*. RUO - Revija za univerzalno odličnost, 5(4), 300-318.
15. Kobolt, A., (2011). *Razumevanje in odzivanje na čustvene in vedenjske težave*. Specialna pedagogika, 15(2), 153-173.
16. Krajnc, A., (2010). Različne učne poti in disleksija. *Pedagoško - andragoški dnevi 2010: Kulture v dialogu, Slovenija, Ljubljana, 2010* (str. 27). Ljubljana: Filozofska fakulteta.
17. Mandič, S. (2005). *Kakovost življenja: med novimi blaginjskimi koncepti in družbenimi izzivi*. Družboslovne razprave, XXI(48), str. 111-131.
18. Matko, Štampelj, I. (2010). *Trženje inovativnih onkoloških zdravil v Sloveniji in izbranih državah EU* (Magistrsko delo). Ljubljana: Ekonomska fakulteta.
19. Orešković, S. (1994). *Koncepti kvalitete života*. Socialna ekologija, 3(3-4), 263-274.
20. *Slovar slovenskega knjižnega jezika*, spletna izdaja. (2014). Pridobljeno na https://fran.si/133/sskj2-slovar-slovenskega-knjiznega-jezika-2/4492976/margina?View=1&Query=*margina
21. Zaviršek, D., (1994). *Ženske in duševno zdravje*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
22. Zaviršek, D., (1998). *Analiza položaja izključenih družbenih skupin v Sloveniji in predlogi za zmanjšanje njihove izključenosti v sistemu socialnega varstva*. Ljubljana: Inštitut za socialno varstvo.

Dušica Kunšek Rihtar je diplomirala na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani, trenutno je študentka magistrskega študija na Fakulteti za organizacijske študije Novo mesto. Zaposlena je v večjem laboratoriju kot vodja kakovosti. Je vodilna notranja presojevalka sistemov vodenja kakovosti po ISO 9001, ISO/IEC 17020, ISO/IEC 17025 in GMP (dobra proizvodna praksa). Raziskovalno se ukvarja s sistemi vodenja kakovosti, upravljanjem organizacij, dobrimi laboratorijskimi praksami in elektronskimi dokumentnimi sistemi.

Abstract:

The Fringes of Society Through Different Periods of the River of Life

Research Question (RQ): Who are the people on the fringes of society and what is society's attitude towards reducing differences?

Purpose: To present key groups of people who have been recognized by society as different and what is the attitude towards them.

Method: We used a descriptive method where we collected literature and information, reviewed and analyzed them.

Results: The research showed that society still does not treat people who deviate from the average equally. Much of the reason is at the state level, where there are more systemic deficiencies.

Organization: The research can be useful for organizations, associations that deal with specific areas of individual groups of people who have been gripped by a certain stigma, that they deviate from the normal state as recognized by the general population.

Society: Based on the findings and review of the literature, society can become aware of individual deviations in people's thinking and perception. It can serve to subvert or at least loosen certain assumptions.

Originality: The research is useful for the purpose of the learning process at one of the faculties of the southeastern region.

Limitations/Future Research: The research is limited to a literature review and the author's personal thinking. The continuation of the research can be extended to surveying, involving societies from the field of research and extending it to other groups of people.

Keywords: margin, society, loneliness, difference, isolation, system, stigma.

Copyright (c) Dušica KUNŠEK RIHTAR



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Kakovost življenja sodobnega časa

Katarina Grozina*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 5, 8000 Novo mesto,
Slovenija

katarina.grozina@fos-unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kako vpliva sodobni čas na kakovost življenja glede na posamezne kazalnike?

Namen: Namen je predstaviti posamezni kazalnik kakovosti življenja ter podati oceno primerjave statistike Slovenije in EU in našega raziskovanja.

Metoda: V raziskavi je uporabljena kvalitativna metoda, kjer je bila izvedena analiza različnih člankov in literatur.

Rezultati: Kakovost življenja v primerjavi s preteklostjo pada, izgublja se pomoč ljudi, želja po napredku, želja po boljšem, kakovostnejšem življenju.

Organizacija: Ustrezna kakovost življenja lahko omogoča boljše pogoje in večjo zainteresiranost za pozitivno življenje sodobnega časa.

Družba: Posamezniki so tisti, ki lahko v svojim zadovoljnim, pozitivnim razmišljanjem in trdom usmerjajo in zastavljajo cilje v kakovostno prihodnost življenja.

Originalnost: Predstavitev pregleda kakovosti življenja sodobnega časa.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskava je bila narejena na podlagi člankov in literature.

Ključne besede: kakovost življenja, sodobni čas, ljudje, čas, varnost, materialne dobrine, odnosi, pomoč ljudi.

1 Uvod

Filozofi so že tisočletja nazaj poskušali ugotoviti kaj je dobro življenje. V psihologiji pa se je zanimanje za razumevanje in izboljšanje kakovosti življenja povečalo predvsem z razvojem področja pozitivne psihologije. (Rozin in Stellar, 2009, str. 273)

Danes živimo v svetu, v katerem ima kakovost življenja velik pomen. Ko govorimo o kakovosti življenja, govorimo o temi, ki ima obsežno pot in je največji pomen v družboslovju dobila že v 60 letih preteklega stoletja.

Večina ljudi meri kakovost življenja z dejavniki, kot so materialne dobrine in lastništvo nad njimi, rast družbenega proizvoda,... Vendar ti dejavniki ne pomenijo kakovostnejšega življenja.

* Korespondenčni avtor / Correspondence author

Pri kakovosti življenja bi morali upoštevati predvsem kazalnike, ki so bistvenega pomena. Ti kazalniki so zaposlitev, znanje, zdravje in seveda samouresničevanje, pripadnost in varnost. Tu si postavimo pomembna vprašanja in sicer, kako uporabimo in porazdelimo novo ustvarjeno vrednost med ljudmi in kako sredstva, ki jih imajo ljudje na voljo.

2 Teoretična izhodišča

Kakovost življenja je ena najpomembnejših stvari v življenju. Samoumevno je, da je izjemno pomembno raziskovanje dejavnikov, ki vplivajo na kakovost življenja. Kot pri mnogih drugih psiholoških spremenljivkah bi lahko te dejavnike razdelili v tri velike skupine: osebne dejavnike, situacijske dejavnike in interakcijske dejavnike. Če vprašamo ljudi, od česa je odvisna kakovost življenja, bodo zelo hitro pomislili na situacijske oziroma zunanje dejavnike, bodisi pozitivne ali negativne dogodke, kot so npr. stresorji. Pri tem nekako pozabljamo na to, da so psihično blagostanje, naše občutje sreče in zadovoljstva ter drugi vidiki doživljanja kakovosti življenja v veliki meri odvisni tudi od naših osebnostnih značilnosti. To je pravzaprav razumljivo, kajti vpliv stresorjev in pozitivnih situacijskih dejavnikov temeljito opazimo, medtem, ko s svojimi osebnostnimi značilnostmi živimo vsak dan, ne da bi njihov vpliv na naše doživljanje in obnašanje sploh zaznavali. To pa ne pomeni, da tega vpliva ni in to tudi ne pomeni, da je včasih morda vpliv osebnostnih dejavnikov celo močnejši kot vpliv situacijskih in interakcijskih dejavnikov. Zunanje dogajanje, negativno in pozitivno, nas najpogosteje doleti in potem spet mine in tako je tudi z njegovim vplivanjem na nas, medtem, ko naše osebne lastnosti delujejo konstantno in tudi njihov vpliv je nenehno prisoten. (Musek, 2012, str. 13-15)

Definicija pojma kakovost življenja je zelo relativna. Predvsem v časih, ko je materialno blagostanje ljudi čedalje večje. To se predvsem opazi v razvitem delu sveta. Nivo sreče ljudi pa žal ne sledi temu trendu. Britanska raziskava iz leta 2016 ugotavlja, da na srečo ljudi vplivata dve glavni področji: zdravje in odnosi. Pojem »zdravje« zajema telesno, čustveno in duhovno zdravje. Pojem »odnosi« vključuje odnose v različnih oblikah: v družini, na delu in v družbenem okolju. Težave na teh dveh področjih so v večini primerov tudi glavni motivator za to, da se ljudje podajo na pot osebne rasti. Kljub temu, da omenjeni raziskavi tega ne dodajata, bi dvema glavnima področjema dodali še tretje področje: materialno blagostanje. Večina ljudi se poda na pot osebne rasti zaradi težav na enem od teh treh področij. (Gider, 2017)

Kako pa bi lahko izboljšali kakovost življenja? Naučiti se moramo sprostitvenih tehnik. Zanimivo je, da ljudje za največje rezultate večinoma štejejo rezultate na področju zdravja in dobrega počutja. Mogoče pa nas kakšne bolečine, načeto zdravje ali slabše počutje veliko bolj nagovorijo, kot skrhani odnosi s sodelavci, strankami ali bližnjimi. Vsakdanji stres bistveno vpliva na našo kakovost življenja. (Gider, 2017)

Šved Allardt je kazalce zadovoljevanja potreb *imeti*, *ljubiti* in *biti* vpeljal v raziskovanje kakovosti življenja in tako se je tudi večina raziskovalcev ravnala tudi naprej. V današnjem sposobnem času posamezniki ne potrebujejo kazalnikov, vendar sami pridobivajo sredstva in jih uporabljajo za zadovoljevanje svojih potreb. Prav kakovost življenja je tista, ki teži k višji

kakovosti proizvodnje in k temu, da brez delovnega življenja ni storitev in višje kakovosti. (Svetlik, 1996, str. 5)

Ko govorimo o vprašanjih kakovosti življenja, se osredotočamo predvsem na konceptualizacijo življenjske ravni kot nadzora nad viri in konceptualizacijo kakovosti življenja kot izpolnjenost temeljnih potreb po Allardtu: »*imeti, ljubiti in biti*«. Slovenske raziskave so preučevale kakovost življenja in vse to kaže na združitev dveh strani skandinavskega proučevanja življenjskih pogojev: dejanske in želene. (Račič, 2007, str. 8-9)

Antončič in Boh (1991, str. 10-11) govorita o načinu raziskovanja skandinavskega načina, kjer obravnavajo življenjske ravni kot raziskovanje sreče in splošne blaginje ter kakovosti življenja in življenjske ravni. V točki raziskovanje sreče in splošne blaginje govorimo o tem, kako so povezane človeške potrebe z zadovoljstvom, kako lahko v največji meri zadovoljimo naše potrebe in kako sta povezani sreča in naše želje. Ko pa govorimo o kakovosti življenja in življenjski ravni, pa se kažeta povezanost materialnih virov in hkrati neosebnih virov z zadovoljstvom naših potreb. Te so uresničljive v odnosu do drugih ljudi in tu lahko izpostavimo, kako se razlikuje objektivno in subjektivno raziskovanje človeške blaginje. Pri objektivnem pojmovanju govorimo o življenjski ravni, pri subjektivnem poimenovanju pa govorimo o kakovosti življenja.

Townsend pravi, da, kadar govorimo o indeksu življenja ravni, govorimo o različnem sklopu potreb (Townsend, 1970, str. 6):

- temeljne fizične potrebe: prehrana, prebivališče, zdravje,
- temeljne kulturne potrebe: izobrazba, prosti čas in rekreacija, varnost,
- višje potrebe: neporabljen dohodek, ki ostane.

Erikson (1993, str. 67-68) pa je raziskal življenjske ravni. Temeljno vprašanje je bilo, ali se merjenje in opisovanje blaginje lahko poveže s potrebami posameznikov in njihovimi viri. Ta način raziskovanja je nadgradil teorijo o raziskovanju blaginje, kjer je življenjska raven opredeljena kot doseg življenjskih pogojev in se meri z različnimi kazalci:

- zdravje in dostop do zdravstvene oskrbe,
- zaposlitev in delovne razmere,
- gmotni viri (dohodek in premoženje),
- izobrazba in poklicna usposobljenost,
- družina in socialni viri,
- stanovanje,
- varnost življenja,
- prosti čas,
- politična dejavnost.

Kakovost življenja govori o tem, kako smo zadovoljni s svojim življenjem, kakšen imamo občutek o sebi. Ne moremo pa tega enačiti z življenjskim standardom, ki se nanaša na zadovoljitev potreb. Sem štejemo hrano, bivalni prostor, obleko in podobno. To sta dva pojma, ki sta velikokrat upoštevana in sploh ni nujno, da sta povezana. Kajti velikokrat imamo podano

informacijo, da ljudje, ki živijo visoki življenjski standard, imajo zato visoko kakovost življenja. Kakovost življenja se osredotoča predvsem na povečanje sredstev, s katerimi si lahko pomagamo oziroma povečamo kakovost življenja. (Račič, 2007, str. 8-9)

Diener in Suh (1997, str. 189-192) navajata tri filozofske pristope, ki poskušajo opredeliti kakovost življenja. Prvi se nanaša na značilnost dobrega življenja, ki ga narekujejo družbene norme in je zelo povezan z družbenimi pokazatelji kakovosti življenja. Drugi pristop pravi, da dobro življenje temelji na zadovoljevanju posameznikovih preferenc, se pravi, da znotraj virov, potreb in želja, ki jih imajo posamezniki, izberejo tiste, ki bodo njihovo kakovost življenja najbolj povečale. Tretja opredelitev kakovosti življenja se nanaša na izkušnjo posameznika in je povezana s konceptom subjektivnega blagostanja. Če posameznik meni, da je njegovo življenje dobro in zaželeno, potem je in bo njegovo življenje dobro in zaželeno. Najpomembnejši faktorji pri tem pristopu so občutki zadovoljstva z življenjem in sreče.

World Health Organization (2022) kakovost življenja opredeljuje kot posameznikovo zaznavo njegovega položaja v življenju glede na kontekst kulturnih in vrednostnih sistemov, v katerem živi, ter v povezavi z njegovimi cilji, pričakovanji, standardi in odgovornostmi. Tukaj gre za širok koncept, ki je na kompleksen način povezan s posameznikovim fizičnim in psihičnim stanjem, osebnimi prepričanji, družbenimi odnosi in ostalimi pomembnimi odnosi v okolju.

3 Metoda

Za raziskavo je bila uporabljena kvalitativna metoda, ki temelji na analitičnem preučevanju. Analizirana in pregledana je bila znanstvena in strokovna literatura skozi tematiko različnih kazalnikov kakovosti življenja. Na sliki 1 je prikazan teoretičen model raziskave, kjer so zapisani ključni pokazatelji kakovosti življenja v današnjem času, katere smo raziskali v sklopu naše raziskave.



Slika 1. Model raziskave

Literature s tematiko o kakovosti življenja je veliko na razpolago in v tabeli 1 so izbrane ključne besede, po katerih so bili članki izbrani in baza podatkov, kjer smo črpali iz raznovrstnih podatkov, ki so dostopni preko spleta.

Tabela 1. Seznam ključnih besed in baze podatkov

Ključne besede iskanja v slovenskem jeziku	Ključne besede iskanja v angleškem jeziku	Baze podatkov
Kakovost življenja	Quality of life	Google Učenjak, Digitalna knjižnica Slovenije (dlib), TLF vsebine, Eurostat
Sodobni čas	Modern time	
Osebnost	Personality	
Stres	Stress	
Zdravje	Health	
Varnost	Safety	
Izobrazba	Education	
Zadovoljstvo	Satisfaction	

Rezultati in razprava pa so izvedeni na podlagi naših izkušenj, mnenj in občutkov, ki smo jih primerjali z izbrano literaturo.

4 Rezultati in razprava

V tabeli 2 je prikaz statistike zadovoljstva različnih kazalnikov kakovosti življenja. Prikazano je povprečje za Evropsko unijo (v nadaljevanju EU) in Slovenijo ter zadovoljstvo v Sloveniji v treh stopnjah (visoko, srednje in nizko). Izbrali smo kazalnike kakovosti življenja, ki so po našem mnenju med najbolj kritičnimi pokazatelji, ki vplivajo na našo kakovost življenja.

Tabela 2. Seznam ključnih kazalnikov življenja kakovosti in ocena zadovoljstva (vir: Eurostat, European statistic, 2022)

Ključni kazalnik	Zadovoljstvo s ključnim kazalnikom		Zadovoljstvo s kakovostjo življenja v Sloveniji		
	Povprečje EU	Povprečje Slovenija	Visoko	Srednje	Nizko
Materialni življenjski pogoji/finance	6,0/10	5,6/10	7,9	44,2	48,0
Stanovanjske razmere	7,5/10	7,6/10	36,2	47,2	16,7
Zaposlitev/delovne razmere	7,1/10	7,3/10	29,1	51,5	19,3
Prosti čas	6,7/10	6,8/10	24,7	45,7	29,6
Socialni odnosi	7,8/10	8,3/10	51,8	40,0	8,2
Varnost*	28,4 %	44,7 %	44,7	45,0	10,3
Zdravje**	81,6 leta	80,9 leta	69,1	22,6	8,3

*Varnost: »Kako varno se počutite, ko se ponoči sprehajate po svojem okolišu?«

**Zdravje: pričakovano trajanje življenja ob rojstvu.

Kazalnik kakovosti življenja kot materialni življenjski pogoji/finance

Materialni življenjski pogoji so v Sloveniji kot kazalnik kakovosti življenja ocenjeni nizko. Ocena je 5,6, kar je pod vrednostjo povprečja EU, ki je 6,0. Zanimivo je dejstvo, da je edini kazalnik, ki je ocenjen tako nizko in da je samo 7,9 % oseb zadovoljnih s materialni življenjski pogoji Sloveniji.

Kakovost življenja je za vsakega posameznika različna. Določeni populaciji ljudem kakovost življenja predstavljajo materialne dobrine, v mišljenju, da z denarjem se lahko vse kupi. Res je, denar predstavlja velik pozitiven pogled na svet, kajti z materialnimi dobrinami je življenje lažje, oseba, ki lahko razpolaga z materialnimi dobrinami, se počuti varnejša, kajti nima skrbi, ali bo lahko nahranila svojo družino, ali bo lahko zagotovila osnovne življenjske potrebe, kot so hrana, oblačila, stanovanje,... Vendar vseeno, nekdo, ki ima vsega dovolj, še ne pomeni, da zato kakovostneje živi. Denar oziroma materialne dobrine so velik pokazatelj kakovosti življenja, vendar ni pa glavni, poglobitni razlog za boljše kakovostno življenje.

V Sloveniji se skoraj polovica prebivalstva bojuje z nizkimi prihodki, kar pomeni veliko prilagajanja in odrekovanja. Težavo predstavlja, ker veliko ljudi nima za osnovne potrebe, hrano, oblačila, položnice,... Obenem pa nekateri ne vedo, kaj bi s svojim premoženjem. Zopet se pojavlja večji razpon med ljudi, kjer nekateri nimajo materialnih dobrin, nekateri pa nimajo niti zamisli, kaj bi si sploh še omislili, da bi zadovoljili svoje potrebe. Vendar kot že omenjeno, ni nujno, da je nekdo, ki ima vse materialne dobrine, bolj srečen in ima bolj kakovostno življenje, kot tisti, ki se komaj preživljajo iz meseca v mesec. Ljudje, ki imajo manj, znajo ceniti življenje veliko bolj in preudarno, kot tisti, ki imajo več.

Kazalnik kakovosti življenja kot stanovanjske razmere

Zadovoljstvom s kazalnikom stanovanjskih razmer v Sloveniji smo zelo visoko na lestvici, kajti ocena je 7,6. Ocena zadovoljstva v Sloveniji predstavlja višjo oceno, kot je povprečje EU, ki je 7,5.

Vedenje, da se imamo po napornem delovnem dnevu v šoli ali službi vrniti v svoj dom, kjer je toplo, kjer imaš osnovne življenjske pogoje, je sigurno eden od poglobitnih kazalnikov kakovosti življenja. Stres, ki ga povzroča ne vedeti, ali boš imel kje spati in če že boš imel streho nad glavo, da te skrbi vprašanje, kako bo ponoči mrzlo tebi in tvoji družini, je lahko kazalnik, ki je zelo uničljiv, moreč in kakovost življenja s tem pada. V Sloveniji se s tem vprašanjem spopada cca 17% prebivalstva. Naše mnenje je, da v tako razviti državi, kot je Slovenija, je ta odstotek zelo velik, prevelik. Da se skoraj petina prebivalstva ukvarja s težavo glede stanovanjskih razmer, da nimajo ustreznih bivalnih pogojev, da nimajo toplega doma, veliko ljudi pa živi v preobilju,... Zato se vprašamo, kje je tukaj pomoč ljudi, zakaj ne stopimo skupaj in jim pomagamo? Zakaj ne bi pomagali ljudem, ki ne morejo plačati položnic za ogrevanje, za elektriko ali hrano? Kaj se dogaja z našimi čustvi, da živimo tako drugi mimo drugega in si skoraj več ne pogledamo v oči?

Kazalnik kakovosti življenja kot zaposlitev / delovne razmere

Kazalnik kakovosti življenja kot zaposlitev ali kot delovne razmere v Sloveniji spada med visoko ocenjene. Predstavlja oceno 7,3, kar je višje od povprečja EU, ki je 7,1.

V Sloveniji se starost upokojitve viša, enako pa je tudi z dobo starosti prve zaposlitve. Še ne tako dolgo nazaj je bila samoumevna zaposlitev takoj po končani srednji šoli ali pa po končani višji izobrazbi. Sedaj, zadnje čase pa je popolnoma razumljivo, da se mlajše generacije po končanem šolanju še malo ustalijo, si oddahnejo in naberejo moči, medtem, ko bivajo doma pri starših z njihovo finančno pomočjo. Razumljivo je, da če ni zaposlitve, če ni delovnih mest, ostaja brezposelnost teh oseb. Vendar tudi če ni zaposlitve za izobrazbo, katero si pridobil s šolanjem, so druge možnosti, vendar so potrebne prilagoditve in mogoče je sprejeti delo, katero ti sprva ne bo ustrezalo in se nato dokažeš, dokažeš, da si vreden, sposoben, inovativen in si zaslužiš drugo odgovornejše delovno mesto. Včasih so delovna mesta potekala po drugačni lestvici kot sedaj. Ni bila toliko pomembna šola, začel si na začetku in si se moral dokazati, kaj zmoreš in tako počasi napredoval po lestvici navzgor. Trenutno zaposlitev pa potekajo glede na izobrazbo, tako zaposlitev boš prejel kot imaš primerno izobrazbo, pa če si temu kos ali ne, če imaš delovne izkušnje ali ne. Zadnja leta se že opaža, da tak način zaposlovanja ni sprejemljiv, da kakovost znanja pada in efektivnost na delovnih mestih še zdaleč ni več to kar je bila.

Težava se pojavlja, ker že v mladosti starši preveč negujejo otroke. Pri veliko zadevah je mnenje, da so premajhni, da jim tega še ni potrebno znati narediti in jih s tem ne obremenjujemo. Okolje nas je pripeljalo do te točke, da so otroci preveč omejeni in se jim premalo določa osnovnih opravil. Ko postanejo najstniki, pa ostanejo otroci, ne znajo pomagati, niso odgovorni,... Zato je potrebno začeti dodeljevati naloge že v mladih letih in zadevo samo stopnjevati. Naloge in odgovornosti vzgoje in človeških odnosov so v nas starših. Otroci so zmožni izvesti in prenesti veliko več kot si starši mislimo. Otroci, ki imajo slabo vzgojo se le ta širi naprej, tudi ko pride do dejanske zaposlitve. Zaradi tega, ker so kot otroci in nato kot najstniki potisnjeni pred tv, internet, nimajo skoraj nobenih navad ali dolžnosti, tako delovnih, kot življenjskih. Že za osnovna hišna opravila pričakujejo žepnino, nič ne bodo naredili zastoj. Zato sedaj na delovnem mestu nihče ne bi delal za delovnim trakom, nihče ne bi nalagal polic, nihče ne bi vrtnaril,... Vse delo je za njih manjvredno. Mlajše generacije postajajo brezvoljne, ne postavljajo si življenjskih ciljev, niti dnevnih ciljev. Vsi bi sedeli doma, imeli bi doktorate in izkoristili vse ugodnosti, ki so mogoče, imeli bi svojo kvaliteto življenja, ki ustreza samo njim. Tudi ponudba za zelo primerno delovno mesto ni mikavna, kajti potrebna je vožnja v sosednji kraj in to je že odveč in raje zato ostanejo doma. Socialna podpora je premalo opredeljena, delo na črno je v porastu.

Tukaj se pojavljata dva problema: nezaposlitev in neangažiranje. Ni želje po napredku, ni želje po boljšem življenju in boljši kakovosti življenja. A potrebno je toliko malo truda. Mlajše generacije, ki še nimajo delovnih izkušenj, se ne zavedajo, kaj pomeni biti zaposlen. Kaj pomeni, da je potrebno za zaslužek nekaj storiti, da ne pridejo te blaginje same po sebi k tebi. Če se pa prijavijo na razpisano delovno mesto, mora ustrezati točno njegovim zahtevam. Že če je predolga vožnja od doma in lokacijo zaposlitev, se za zaposlitev ne odločijo. Če je delo

dvoizmensko, delo raje zavrnejo. Občutek imamo, da se mora delodajalec prilagajati novo zaposlenim in ne ravno obratno, kot je bilo včasih.

Delovne razmere pa se temu primerno tudi odražajo, polovica zaposlenih je srednje zadovoljnih. Nekdo, ki nima višje izobrazbe, se zaveda, da ne bo mogel pri svojem delu napredovati in zaradi tega motivacija, ustvarjalnost in sreča padata. Se pa zaposleni, ki želijo spremembe odločajo za šolanje ob delu, z namenom izboljšanja kakovosti življenja in želje po napredovanju.

Velik problem pa predstavlja plačilo. Vsi zaposleni želijo že prvi dan, ko so še brez izkušenj in brez dneva delovne dobe, maksimalno plačilo. Če tega ne dobijo s prvo ali drugo plačo, so že nezadovoljni, motivacija in ustvarjalnost padata in ne samo, da tonejo sami, za seboj vlečejo še druge zaposlene.

Poudarili bi še slabo voljo in nezadovoljstvo med zaposlenimi. Veliko organizacij izvaja ankete na temo delovne klime. Veliko točk v anketi se dotakne teme na nemotiviranost, slabo voljo in slabo počutje. Vsi zaposleni in vodje si želijo več vsega, več komunikacije, več sodelovanja med zaposlenimi, ... in vsi poudarjajo, da je vodja tisti, ki je odgovoren, ki mora spremeniti način dela. Vse to je res, vodja je ključen, da zaposleni osebno rastejo, da so motivirani, vendar če zaposleni nimajo volje, nimajo želje po boljšem razumevanju na delovnem mestu in nimajo želje po boljši kakovosti. Vodja sam ne more narediti velikih sprememb. Zavedati bi se morali, da so vsi zaposleni ključnega pomena, ki pripomorejo k boljšemu timu, boljši motiviranosti in boljši kakovosti dela in življenja.

Okolje nas je pripeljalo do neke točke, kjer bo potrebno način življenja spremeniti. Kot smo že omenili, soočanje z brezposelnostjo je čedalje večje. So osebe, ki imajo omejitve in se ne morejo vključiti v sistem iskalcev zaposlitve. Tem osebam je potrebna pomoč, socialna podpora. Na drugi strani pa imamo osebe, mlade, zdrave, inteligentne in prejemajo socialno pomoč za brezposelne, ker ni dela zanje.

Kazalnik kakovosti življenja kot prosti čas

Kazalnik prosti čas ima oceno povprečja v Sloveniji 6,8, kar je skoraj enako kot povprečje EU, ki znaša 6,7.

Vse več je hitenja, vse več je daljših delovnih dni, daljši urnik, delovne sobote, v šoli naloge, ki jih je potrebno zaradi obilice narediti še doma. Včasih smo prišli iz delovnih mest, šol, kjer smo vse imeli urejeno, popoldne je bil čas za delo doma, skrb za družino in zabava, bili smo zunaj na zraku in počeli vse, kar je bilo potrebno in kar smo želeli. Sedaj pa delo nosimo domov, otroci naloge delajo cele popoldneve in ko končajo, hitro na krožke, če pa imajo čas, pa še hitro na mobilni telefon ali na računalnik. Danes jih je potrebno siliti iz hiše, odrasli smo pa tudi tako utrujeni od tega hitrega tempa in skrbi, da tudi ne zmoremo več. Prostega časa nam zmanjkuje, pozabljamo nase in se izgublamo v svetu tega hitenja in skrbi.

Kazalnik kakovosti življenja kot socialni odnosi

Kazalnik socialni odnosi imajo skoraj najvišjo oceno med vsemi kazalniki kakovosti življenja in znaša 8,3. Tudi EU ne zastaja pri tem kazalniku, povprečje je 7,8.

S Covid pandemijo smo imeli priložnost videti, kako si znamo ljudje med sabo pomagati. Nekateri so se opogumili in bili del tega, bili del skupnosti in pomagali popolnim neznancem z odhodom v trgovino, v lekarno. Tudi družinski člani so se veliko bolj povezali med seboj in pomagali drug drugemu. Napredovali smo tudi s tehnologijo, prav gotovo smo večkrat koga poklicali, ki ga prej nismo kontaktirali, smo si vzeli čas drug za drugega. Napredek in dobrodošla novost je tudi delo ali študij na daljavo. Sedaj lahko tudi vse spletno naročamo, kar je zelo priročno. Ampak kaj pa človeška beseda, osebni kontakt, otip blaga, osnovni bonton obnašanja ali pa že samo ena dobra beseda do druge osebe? Nov način življenja nas je potisnil v kot, premalo se družimo, pogovarjamo in premalo časa posvetimo drug drugemu. Ni več pripadnosti, ni sočutja in ni spoštovanja. Kljub pozitivnim elementom je veliko negativnosti.

Čeprav smo po statistiki Slovenci narod, ki je pripaden drug drugemu, je stanje po našem mnenju drugačno. Zato bo potrebno na kakovost življenja gledati drugače, morali bomo začeti drugače delati, kajti v nasprotnem primeru bomo sami sebe »zadušili« in sistem bo pregorel. Ne bomo mogli tega zdržati. Izgubile se bodo socialne veščine, pomoč osebam, ki so potrebni tega in gledali bomo drug skozi drugega.

Še celo za živali obstajajo električne igračke, da se nam ni potrebno ukvarjati z metanjem igrač ali pa vrteti peres, da bi se igrali z njimi.

Kazalnik kakovosti življenja kot varnost

Kazalnik varnost je predstavljena v odstotkih in je ocenjena z nizko oceno. V Sloveniji se počuti varno samo 44,7% oseb, medtem, ko je povprečje v EU pa zelo nizko, ocenjeno samo z 28,4%.

Kazalnik kakovosti, ki predstavlja varnost, prihaja čedalje bolj v ospredje. Kajti še pred leti ni bila težava otroke poslati v trgovino v okolico ali pa v park, odhod v šolo in domov iz šole zvečer iti na sprehod, brez skrbi ali strahu, da nam lahko kdo kaj naredi. Vendar v današnjem času te kakovosti življenja ni več. Za naš strah niso krivi vsi filmi, ki se vrtijo zadnja desetletja na naših platnih, vendar se veliko vseh teh grozot dejansko dogaja in posledice so kritične, izgube bližnjih ali pa travmatične posledice. Slovenija spada med varnejše države. Vendar se zadnje čase tudi pri nas dogajajo tragedije med družinami, ki škodujejo bližnjim in okolici, brez zavedanja posledic. Kakovost življenja, kot varnost pada, tako glede same varnosti na območju, kjer živimo, kot tudi v širši okolici.

Vsi nemiri, ki se odvijajo po svetu in vojna v Ukrajini vplivajo na našo kakovost in varnost življenja. Začetki takšnih nemirov nas vedno spravijo v strah kaj pričakovati. Odrasli smo primorani pomisliti na varnost svojih družinskih članov, otroci se sprašujejo ali se bomo morali tudi mi seliti, bodo ti nemiri prišli tudi k nam,... Pravilno je, da se pogovorimo z njimi, jim razložimo situacijo in povemo, da življenje ni tako črno-belo, kajti že nas same je bilo strah,

kaj nam bo življenje prineslo. Ko so se pogovori in strahovi o nemirih pomirili, so se pojavila druga vprašanja, kar pa resnično vpliva na našo kakovost življenja, omejeni smo veliko bolj, kajti finančno je vse veliko dražje in prihaja do čedalje večjega razpona med bogatimi in revnimi in še večje revščine, kot jo že poznamo.

Velik kazalnik, kjer nam kakovost kot varnost se zelo spreminja so klimatske razmere. Dnevno opazamo kako je vreme nestanovitno, pojavljajo se tornadi, uničujoča neurja na krajih kjer jih ni bilo. Mesta se potapljajo zaradi taljenja ledu,... ampak vseeno ali smo pripravljeni kaj storiti? Kaj smo kot ljudstvo sploh kaj naredili za Zemljo?

Kazalnik kakovosti življenja kot zdravje

Zdravje kot kazalnik kakovosti življenja je ocenjena z leti, kot pričakovano trajanje življenja. Povprečna starost v Sloveniji znaša 80,9 let, kar predstavlja skoraj enako starost kot v EU, kar je 81,6 let.

Zdravje je velik pokazatelj kakovosti življenja. V Sloveniji imamo zdravstveni sistem dober, imamo podporo, kjer pridemo do zdravljenja in dostop do zdravljenja ni onemogočen s financami, je dostopen za skoraj vse ljudi. Vendar zdravstveni sistem silno peša.

Dogajajo se velike spremembe, čakalne dobe so daljše in prihajamo do točke, kjer bo mogoče zdravje kupiti. Se pravi, če potrebuješ zdravljenje, si lahko z denarjem kupiš terapije, preglede in prideš takoj na vrsto. Osebe z omejitvami so primorane za osnovne življenjske potrebe pripomočke sami kupiti.

Bolezni je čedalje več, onesnaževanje okolja je v porastu in posledično bo potreba po zdravju in zdravljenju večja. Kakovost življenja na področju zdravja izgublja vrednote, predvsem se opazi v nespoštovanju pacientov, ni ustrezne komunikacije s strani zdravstvenega osebja in nismo obravnavani kot pacienti, ki potrebujejo pomoč, vendar smo moteči element, ki smo tam, kot da zdravstveno osebje kaznujemo. Kljub temu kakovost življenja kot zdravje v Sloveniji ne upada sodeč po statistiki in smo na skoraj enakem povprečju kot je povprečje EU.

Zastavili smo si vprašanje »Kako vpliva sodobni čas na kakovost življenja glede na posamezne kazalnike?«. Preučili smo ključne kazalnike kakovosti življenja. Ugotovili smo, da je ocena zadovoljstva pri večini ključnih kazalnikov kakovosti življenja po statistika višja v Sloveniji in EU, kot smo predvidevali in kot smo navedli v razpravi. Ocena zadovoljstva kazalnikov po našem mnenju ne odraža dejanskega stanja, ki se dogaja v Sloveniji, ne odražajo se negativne posledice pomanjkanja in spremembe, ki se dogajajo v sodobnem času. Primorani bomo upoštevati spremembe, se jih zavedati in seveda v največji meri poskušati spremeniti.

5 Zaključek

Življenje v 21. stoletju se zelo razlikuje od življenja, ki je se odvijalo še nedolgo tega, 20, 30 let nazaj. Kakovost življenja po rezultatih je v Sloveniji višja od povprečja v EU.

Kazalniki kakovosti življenja so različni. Preučevali smo različne kazalnike, ki vplivajo na naše razmišljanje, na naše počutje, ugodje in splošno kakovost življenja. Pri nekaterih kazalnikih smo zadovoljni, ni spremembe glede na trenutni sodobni čas, kot na primer zdravje, socialni odnosi.

Materialne dobrine in stanovanjske razmere se spreminjajo, imajo rahel upad glede na preteklost. Določene osebe živijo v stiski in pomanjkanju, vendar večina populacije Slovenije ne občuti takega pritiska.

Spreminjajo pa se zelo zaposlitev in delovne razmere. Zaposlitev je postala obrnjena na glavo. Sedaj iskalci zaposlitve postavljajo meje in določajo pravila o zaposlitvi in ne obratno kot je bilo še ne dolgo časa nazaj, ko so delodajalci določali pogoje. Mlajše generacije se zaposlijo tudi več let po končanem šolanju in ta čas preživijo po svoji volji z pomočjo podpore države. Ni zanimanja za boljše življenje, ni volje in pričakujejo, da bo nekdo vse naredil namesto njih. Podobno je z delovnimi razmerami, vsi pričakuje boljše razmere, boljše plačilo in veliko ugodnosti, ampak na delovnem mestu pa sprememb ne pokažejo. Ne pokažejo volje po znanju, napredku in željo po motivaciji, ustvarjanju in inovativnosti. Pri tem kazalniku kakovost življenja pada. Tukaj bomo morali narediti spremembe, se vsi ozreti kaj se dela narobe in spremeniti.

Varnost pri nas ni tako negativni točki, vendar se dogajajo spremembe. Manj je zaupanja v ljudi, manj je možnosti za varno pot domov iz šole manjših otrok, bodisi zaradi ceste, bodisi zaradi nevarnih ljudi. Sprememb ni na vidiku, pristojni organi se premalo vključujejo in kazni so prenizke, da bi se osebe, ki zgrešijo dejanje, kjer se ostali ne počutimo več tako varne, spremenili.

Naše mnenje je, da se kakovost življenja ne odraža na tak način, kot se je v preteklosti, se spreminja in pada. Vseeno se vprašamo, ali smo res tako visoko na lestvici kakovosti življenja, kot pravi statistika, ali imamo res tako kakovostno življenje ali strmimo v prepad? Naslednja težave pa se pojavi pri vprašanju kaj smo pripravljeni storiti? Spremembe bodo potrebne, morali si bomo stopiti naproti, morali se bomo znati ceniti med seboj in ceniti sebe, svoje življenje in se zavedati, da se življenje ne sme jemati kot nekaj samoumevnega in da so za srečno, kakovostno življenje potrebni veliki koraki, spremembe, motivacija, ustvarjalnost, pomoč drugim osebam in predvsem biti človek človeku.

Omejitev raziskave je predstavljala preučitev našega mnenja in spletne statistike.

V nadaljevanju bi lahko razširili analizo na različne organizacije, izvedli anketo in povečati število sodelujočih. Tako bi lahko primerjali, kako različne generacije vidijo kakovost življenja sodobnega časa. Uporabili bi lahko tudi več literature iz tujine, s čimer bi primerjali kakovost življenja pri njih.

Reference

1. Antončič, V., Boh, K. (1991). *Premise za raziskovanja kvalitete življenja*. Družboslovne razprave.
2. Diener, E., Suh, E. (1997). *Measuring quality of life: economic, social and subjective indicators*. Social Indicators Research.
3. Erikson, R. (1993). Description of inequality: the Swedish approach to welfare research. Martha Craven Nussbaum in Amartya Sen K. (ur.): *The quality of life*. Oxford: Oxford University Press.
4. Eurostat, (2022). *Kakovost življenja*. Pridobljeno dne 7. 11. 2022 na https://www.stat.si/qol/index_sl.html#
5. Gider, F. (2017). *Kakovost življenja – kako jo izboljšati?* Pridobljeno dne 3.11.2022 na strani <https://www.bizinaizi.si/kako-doseci-vecjo-kakovost-zivljenja/>
6. Musek, J. (2012). *Osebnost in kakovost življenja*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
7. Račič, M. (2007). *Kakovost življenja – sreča, primerjava med Slovenijo in Dansko*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede.
8. Rozin, P., Stellar, J. (2009). *Posthumous events affect rated quality and happiness of lives*. Judgment and decision making.
9. Svetlik, I. (1996). *Kakovost življenja v Sloveniji*. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede.
10. WHO (2022). *WHOQOL: Measuring quality of life*. Pridobljeno dne 4.11.2022 na <http://www.who.int/healthinfo/survey/whoqol-qualityoflife/en/>

Katarina Grozina je študentka magistrskega študija na Fakulteti za organizacijske vede v Novem mestu in je diplomirana inženirka kemijske tehnologije, zaposlena v farmacevtski industriji. Izkušnje si je pričela pridobivati kot pomočnik, nato pa kot vodja delovne enote. Pri delu si je nabrala veliko izkušenj iz vodenja, komunikacije in reševanja konfliktov z zaposlenimi in predstavitev delovanja svojega področja presojam in državnim inšpekcijam.

Abstract:

Quality of Life in Modern Times

Research question (RQ): How does modern times affect the quality of life according to individual indicators?

Purpose: The purpose is to present an individual quality of life indicator and provide an assessment of the comparison of Slovenian and EU statistics and our research.

Method: The qualitative method was used in the research, where the analysis of various articles and literature was carried out.

Results: Compared to the past, the quality of life decreases, the help of people, the desire for progress, the desire for a better, higher quality life are lost.

Organization: Adequate quality of life can enable better conditions and greater interest in the positive life of modern times.

Society: Individuals are those who, with their satisfied, positive thinking and efforts, can guide and set goals for a quality future of life.

Originality: Presenting an overview of the quality of life in modern times.

Limitations/further research: Research was done based on articles and literature.

Keywords: quality of life, modern times, people, time, security, material goods, relationships, people's help.

Copyright (c) Katarina GROZINA



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Kakovost življenja – ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja

Ida Cvitkovič*

Fakulteta za organizacijske študije v Novem mestu, Ulica talcev 3, 8000 Novo mesto,
Slovenija

ida.cvitkovic@fos-unm.si

Povzetek:

Raziskovalno vprašanje (RV): Kako se kaže ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja, da dosežemo kakovostno življenje?

Namen: S člankom bi radi predstavili prednosti za posameznika ter organizacijo, ki jih prinaša dobro ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem.

Metoda: Za preučitev je bila uporabljena kvalitativna metoda pregleda domače in tuje strokovne literature.

Rezultati: Pri doseganju ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem gre za stalen proces, ki ga lahko dosežemo z prizadevanji tako organizacije kot zaposlenih.

Organizacija: S pravim ravnovesjem v življenju posameznika, pridobi koristi tudi organizacija in sicer zaposleni so srečnejši, produktivnejši, inovativnejši in izboljša se odnos z vodstvom.

Družba: Vpliv na ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem imajo tako posamezniki kot organizacije. Pozitivno ravnovesje vodi do srečnejših in zadovoljnih ljudi, ki so bolj produktivni tako v zasebnem kot delovnem okolju.

Originalnost: Raziskava je uporabna za namen učnega procesa pri predmetu Kakovost življenja 2. letnika magistrskega študija Menedžment kakovosti, na Fakulteti za organizacijske študije v Novem mestu.

Omejitve/nadaljnje raziskovanje: Raziskovanje bi bilo možno nadgraditi na druge dejavnike, ki ravno tako vplivajo na ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja.

Ključne besede: kakovost življenja, ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem, posameznik, organizacija, družina, uspešnost, sreča.

1 Uvod

Nekdanji izvršni direktor Coca-Cole Brian Dyson (Commencement speech at Georgia tech, september 1991) je v svojem govoru nazorno prikazal ravnovesje v življenju posameznika: »Predstavljajte si življenje kot igro, v kateri žonglirate s petimi žogami v zraku. Poimenuješ jih – delo, družina, zdravje, prijatelji in duh in vse to držiš v zraku. Kmalu boste razumeli, da je delo gumijasta žoga. Če ga spustiš, se bo odbil nazaj. Toda druge štiri kroglice so narejene iz stekla. Če vam kateri od teh pade, bo nepreklicno odrgnjen, označen, zarezan, poškodovan ali celo razbit. Nikoli več ne bodo isti. To morate razumeti in si prizadevati za ravnotežje v svojem življenju.«

Ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja ima velik pomen na kakovost življenja. Pomaga nam ohranjati duševno zdravje, zmanjša stres in možnosti za izgorelost. Dobro ravnovesje vodi do srečnejših in zadovoljnih ljudi, ki so bolj produktivni tako v zasebnem življenju kot na delovnem mestu.

Na dobro ravnovesje delovnega in zasebnega življenja vplivajo številni dejavniki na ravni posameznika in organizacije. Namen članka je predstaviti prednosti za posameznika ter organizacijo, ki jih prinaša dobro ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem.

2 Teoretična izhodišča

Vsa področja našega življenja so med seboj povezana, če preveč časa posvetimo službenim obveznostim, bomo posledično manj časa imeli za zasebno »družinsko« življenje. Uravnovešen življenjski slog pomeni več kakovostnega časa z družino in prijatelji. V današnjem času smo preveč zaposleni in dovoljujemo tehnologiji, da ovira pravo človeško povezavo. Dobri družinski in prijateljski odnosi pozitivno vplivajo na naše počutje, kar pripelje do večje motivacije in samoiniciativnosti pri delu. Če delamo pod stresom in smo preobremenjeni, nimamo sposobnosti kreativnega razmišljanja.

Dobro ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja je nekaj, kar nas naredi bolj ustvarjalne, umirjene, izpopolnjene in posledično delujemo na višji ravni in imamo občutek lastne sreče, ker imamo nadzor nad svojim življenjem in poklicno potjo.

Kališnik (2022) v svojem članku »*Ravnovesje med poklicnim delom in zasebnim življenjem*« navaja, da obstaja napačno prepričanje, da ravnovesje ne deluje za tiste, ki želijo biti uspešni. To preprosto ni res in temelji na običajnem napačnem prepričanju, da je ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem v tem, da se zadovoljite z manj. Ravnovesje v poklicnem in zasebnem življenju je ustvarjanje uspešnega življenja pod vašimi pogoji:

- določiti prioritete in se osredotočiti na tisto, kar je za vas najpomembnejše,
- zagotavljanje lastnega dobrega počutja, kar vam omogoča, da služite drugim po svojih najboljših močeh,
- nadzorovati svoje življenje.

Številne raziskave kažejo, da se osebne in družbene posledice neravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem kažejo kot: povečana raven stresa in bolezni, manjše zadovoljstvo z življenjem, več družinskih sporov, nasilja in ločitev, večji izzivi pri starševstvu in nadzoru otrok ter naraščajoča stopnja mladostniškega prestopništva in nasilja.

Ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja vključuje uspešno usklajevanje razmerja med plačanim delom in drugimi pomembnimi dejavnostmi (preživljanje časa z družino, rekreacija, prosti čas, delovanje in pomoč v različnih društvih, študij). Dobro ravnovesje prinaša dodano vrednost tako organizacijam kot zaposlenim. Neravnovesje pa ima največkrat organizacijske posledice, ki se kažejo kot večja stopnja odsotnosti z dela, zmanjšana produktivnost, zmanjšano

zadovoljstvo pri delu, rast stroškov zdravstvene oskrbe in manjša raven predanosti in lojalnosti organizaciji.

V moderni dobi 21. stoletja je ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem najpomembnejše vprašanje, v današnjem delovnem scenariju za strokovnjake, ki se trudijo dati predanost svojemu osebnemu in poklicnemu življenju. Spremenila so se pričakovanje in obnašanje zaposlenih do službenih in domačih obveznosti. Te spremembe so prisilile organizacije k uvedbi boljših delovnih pogojev in drugih ugodnosti ter politik za zaposlene, da bi lahko vzdrževali zdravo ravnovesje. Doseganje zdravega ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem ni enodnevna dejavnost. Gre za stalen proces, ki ga je mogoče doseči z vzajemnimi prizadevanji tako organizacije kot zaposlenih. To je bitka medsebojnega kompromisa, kjer zmagamo (Kashyap, Kaur, 2021).

Organizacije, ki jim je mar za kakovostno življenje svojih zaposlenih, lahko v celoti izkoristijo človeške vire in imajo dodano predanost in zagnanost delovne sile ter posledično manjšo odsotnost z dela in večjo učinkovitost. Za realizacijo le tega, je pomembna organizacijska kultura, ki spodbuja družinske vrednote.

Organizacijske politike in programi, ki spodbujajo dobro ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja so: zagotavljanje plačanega delovnega dopusta; možnost skrajšanega delovnega časa; podpora na delovnem mestu; družini prijazna organizacija; skrčen delovni čas – zaposleni opravi skupno število ur v krajšem obdobju, na primer dela 4 dni v tednu namesto 5; možnost dela na daljavo; premakljiv delovni čas; preventivni zdravstveni pregledi; dodatni prosti dnevi (dan za zdravje, dan za prostovoljstvo,...).

Neprofitna organizacija Ekvilib je v sklopu certifikata družini prijazno podjetje, ukrepe za lažje usklajevanje poklicnega in družinskega življenja razdelila na osem področij (certifikat Družini prijazno podjetje, 2022):

- **delovni čas** – prožnost delovnega časa; dodatni dnevi dopusta; skrajšana oblika delovnega časa, zaradi družinskih obveznosti; načrtovanje letnega dopusta; fleksibilni delovni odmori; dodatni prosti dan za starše prvi dan šole ali na informativni dan,
- **organizacija dela** – organiziran sistemi nadomeščanja; organizacija službenih poti; organizacija timskega dela,
- **delovno mesto** - prostorska prožnost delovnega mesta, gre predvsem za možnost dela na daljavo,
- **politika informiranja in komuniciranja** – komuniciranje z zaposlenimi; komuniciranje z zunanjo javnostjo; raziskave med zaposlenimi o usklajevanju dela in družine; organizacija različnih dogodkov, namenjenih neformalnemu druženju med zaposlenimi,
- **veščine vodstva** – pomembo je da vodstvo ukrepe podpira in vodi z zgledom; izobraževanje vodij na področju usklajevanja dela in družine; socialne veščine vodstva in ocenjevanje vodij,

- **razvoj kadrov** – načrtovanje kadrovske strategije; načrtovanje kariernega razvoja ključnih zaposlenih ter zavzetost zaposlenih; individualni načrti kariernega razvoja; ponovno vključevanje po daljši odsotnosti iz dela,
- **struktura plačila in nagrajevani dosežki** – obdaritev novorojenčkov; ponudba za prosti čas (dan za zdravje); štipendije za otroke zaposlenih; anonimno psihološko svetovanje in pomoč,
- **storitve za družine** – namenjeni so zaposlenim z otroki; razne oblike dnevnega varstva, počitniško varstvo otrok.

Slika 1 prikazuje certifikat Družini prijazno podjetje, ki zagotavlja kratkoročne in dolgoročne pozitivne učinke usklajevanja poklicnega in zasebnega življenja zaposlenih. S certifikatom se lahko pohvali kar 300 slovenskih organizacij.



Slika 1. Certifikat Družini prijazno podjetje. Povzeto iz *certifikata DPP* (2022).

Ko uspemo najti in vzdrževati pravo ravnovesje v življenju, pridobijo koristi organizacije in njihovi zaposleni. Zaposleni so srečnejši, izboljša se odnos z vodstvom in seveda izboljša se učinkovita komunikacija v organizaciji.

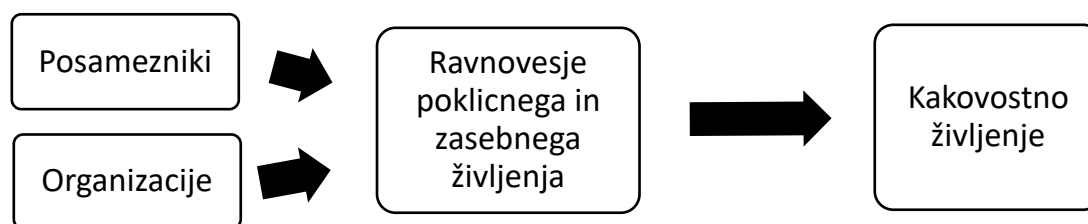
Tudi v Sloveniji poteka akcija Dan DeloDružina, ki spodbuja podjetja in njihove zaposlene, da gredo pravočasno, torej po vseh oddelanih urah, domov. Inštitut Ekvilib spodbuja aktivnosti, katerih namen je ozaveščene in spodbujanje razmisleka o pomenu usklajevanja zasebnega in poklicnega življenja. Vzpodbuditi želijo razmišljanje o dolгих delovnikih, ki ne prinašajo zelenih rezultatov v obliki večje produktivnosti, ter o organizacijskih kulturah, ki v središče postavljajo produktivno, spoštljivo sodelovanje z zaposlenimi. S takšno organizacijsko kulturo lahko pridobimo večjo produktivnost, inovativnost, kreativnost in posledično večjo dodano vrednost pri poslovanju. Vse to lahko organizacija doseže s pripadnimi in zavzetimi zaposlenimi (<http://www.ekvilib.org/sl/dandelodruzina>).

Ravnovesje poklicnega in zasebnega življenja, da dosežemo kakovostno življenje se kaže v uspehih, ki jih dosežemo na vseh ravneh življenja. Za zdravo ravnovesje so potrebna prizadevanja s strani organizacije kot posameznika. Organizacije lahko v celoti izkoristijo človeške vire, imajo predane zaposlene, večjo produktivnost in boljše rezultate dela. Posameznik, ki uravnovesi poklicno in zasebno življenje, je bolj pozitivno naravn, bolj

ustvarjalen, si vzame prosti čas, ki ga lahko izkoristi za preživljanje časa z družino in prijatelji ter za rekreacijo. Vse to pa vodi do zdravega načina življenja.

3 Metoda

Model raziskave prikazuje Slika 2 iz katere lahko vidimo, da je za kakovostnejše življenje potrebno zdravo ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem.



Slika 2. Model raziskave

Posamezniki se počutijo srečnejši, ko jim uspe uskladiti poklicne in osebne obveznosti. Organizacija pa pridobi zaposlene, ki ji zagotavljajo visoko raven pripadnosti ter produktivnosti.

Izvedli smo metodo zbiranja podatkov s preučevanje literature in člankov. Gradiva smo iskali v elektronski bazi podatkov Google učenjak, Cobiss in Digitalna knjižnica Slovenije (dlib). Podatke smo iskali s pomočjo ključnih besed, ki so navedene v Tabeli 1.

Tabela 1. Seznam ključnih besed in baze podatkov

Baze podatkov	Ključne besede	Keywords
Google učenjak, Cobiss, Digitalna knjižnica Slovenije, FOŠ,...	Kakovost življenja, ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem, posameznik, organizacija, družina, uspešnost, sreča	Quality of life, work-life balance, individual, organisation, family, performance, happiness

Zbrana študijska literatura je predstavljena v Tabeli 2 in sicer po naslovu dela in avtorju.

Tabela 2. Pregled literature

Avtor (Letnica)	Naslov
College V., Kishore K. (2021)	<i>The impact of work life balance on employee performance</i>
Honore, C. (2020)	<i>Upočasnimo se, da bomo lahko bolj učinkoviti.</i>
Kashyap E., Kaur S. (2021)	<i>Importance of work life balance: A review</i>
Lupu, I., Ruiz-Castro, M. (2021)	<i>Work-life balance is a cycle, not an achievement</i>
Mahesh B., Prabhushankar M., Chirag S., Amit V. (2016)	A study of work-life balance and its effects on organizational performance
Marsh, N. (2020)	<i>Upočasnimo se, da bomo lahko bolj učinkoviti.</i>
Rodriguez-Modrono, P., Lopez-Igual, P. (2021)	<i>Job quality and work -life balance of teleworkers</i>
Sekavčnik M. (2022)	<i>Srečni ljudje so v življenju uspešnejši</i>
Turnšek Mikačič M., Ovsenik M. (2013)	<i>Career planning as a building block for personal excellence</i>

4 Rezultati in razprava

Za kakovostno življenje je potrebno zdravo ravnoesje med poklicnim in zasebnim življenjem. Prednosti dobrega ravnoesja se odražajo na celotni družbi.

V tabeli 3 so zbrane ključne ugotovitve, ki jih navajajo različni avtorji, o ravnoesju med poklicnim in zasebnim življenjem.

Tabela 3. Tabela ključnih ugotovitev iz analizirane literature

Avtor (Letnica)	Ključna ugotovitev
College V., Kishore K. (2021)	Nezmožnost usklajevanja družine in dela vodi v slabe rezultate.
Honore, C. (2020)	Pri delu iz zaposlenega lahko iztisnemo le toliko, kolikor je zmožen narediti, če gre preko tega, začne delati napake in postane površen.
Kashyap E., Kaur S. (2021)	Doseganje zdravega ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem ni enodnevna dejavnost. Gre za stalen proces, ki ga je mogoče doseči z vzajemnimi prizadevanji tako organizacije kot zaposlenih. To je bitka medsebojnega kompromisa, kjer zmagamo.
Lupu, I., Ruiz-Castro, M. (2021)	Da bi posamezniki naredili resnične spremembe v svojem življenju, se morajo ustaviti, povezovati s svojimi čustvi, preučiti svoje prednostne naloge, oceniti alternative in izvajati spremembe – skozi svoje osebno in poklicno življenje.
Mahesh B., Prabhushankar M., Chirag S., Amit V. (2016)	Organizacija ne more izkoristiti svojega največjega potenciala, če ni popolnega sodelovanja in predanosti vseh zaposlenih, ki izhaja iz zdravega ravnovesja med delom in življenjem.
Marsh, N. (2020)	Ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem je preveč pomembno, da bi odgovornost zanj prepustili le svojemu delodajalcu. Do sebe in svojih pričakovanj v življenju moramo biti iskreni, da bomo potem lahko živeli življenje
Rodriguez-Modrono, P., Lopez-Igual, P. (2021)	Zaradi sodobne digitalizacije in informacijsko komunikacijske tehnologije, se je delo na daljavo v zadnjem času zelo razširilo. Ureditev dela na daljavo na različne načine vpliva na delovne pogoje, uspešnost ter na ravnotežje med poklicnim in zasebnim življenjem
Sekavčnik M. (2022)	Če ste srečni, se vaše možnosti za uspeh pri delu drastično povečajo. Sreča prinaša uspeh in ne obratno.
Turnšek Mikačič M., Ovsenik M. (2013)	Cilj kariere je psihološki uspeh, občutek osebnega dosežka in občutek ponosa. Da dosežemo osebno odličnost, moramo dobro razumeti samega sebe, razvijati pozitivne in zdrave odnose.

Ravnovesje med poklicnim in zasebnim življenjem je preveč pomembno, da bi odgovornost zanj prepustili le svojemu delodajalcu. Posameznik mora prevzeti nadzor in odgovornost za svoje življenje, če ne lahko to naredi nekdo drug. Vsak posameznik je drugačen, ima drugačne

potrebe, drugačne želje in življenjske cilje, zato je tudi ravnovesje med delom in zasebnim življenjem drugačno (Marsh, 2020).

Honore (2022) je mnenja, da lahko iz zaposlenega iztisnemo le toliko, kolikor je zmožen narediti, če gre preko tega, začne delati napake. Ključno je, da znamo presoditi, kdaj moramo biti hitri in kdaj počasni. V naše življenje lahko to prinese več smisla, poveča naše zadovoljstvo ter nas naredi bolj učinkovite, produktivne in ustvarjalne.

Za doseganje odličnosti je pomembno dobro sodelovanje z drugimi ter spopadanje z vsakdanjim stresom doma in na delu (Turnšek Mikačič & Ovsenik).

Sekavčnik (2022) poudarja, da biti srečen pomeni najti za posameznika pravo ravnovesje med različnimi dejavniki. Srečnejši zaposleni bolj pogosto postanejo vodje, so bolj uspešni in običajno bolje delujejo v ekipi. Največkrat so bolj zdravi in so manj odsotni iz dela, so bolj motivirani za uspeh, bolj ustvarjalni ter imajo boljše odnose z ostalimi.

Mnenja sem, da si za uspešno usklajevanje poklicnega in zasebnega življenja moramo zastaviti cilje, narediti načrte in poiskati prioriteta v življenju. Znati moramo dobro upravljati s časom, se nagraditi, skrbeti za svoje zdravje, imeti radi svojo službo in v prvi vrsti sebe.

5 Zaključek

Posameznik, ki uravnovesi poklicno in zasebno življenje, je bolj pozitivno naravnani, bolj ustvarjalni, si vzame prosti čas, ki ga lahko izkoristi za preživljanje časa z družino in prijatelji ter za rekreacijo. Vse to pa vodi do zdravega načina življenja. Pri doseganju ravnovesja med poklicnim in zasebnim življenjem gre za stalen proces, ki ga lahko dosežemo z prizadevanji tako organizacije kot zaposlenih. Zaposleni, ki imajo občutek, da organizaciji ni vseeno za njihovo počutje na delu, so bolj zadovoljni, bolj ustvarjalni, bolj lojalni organizaciji in navsezadnje imajo občutek, da soustvarjajo uspeh organizacije. Rezultat pozitivnih prizadevanj privede do večje motivacije in produktivnosti zaposlenih.

V raziskavi smo predstavili prednosti ravnovesja v življenju posameznika in kašne koristi predstavljajo organizaciji v kateri je zaposlen. Dobro ravnovesje prinaša večje uspehe tako v zasebnem in poklicnem življenju. Da bi dosegli osebno odličnost, moramo dobro razumeti samega sebe ter razvijati pozitivne in zdrave odnose.

Organizacije, ki strmiyo k zdravemu ravnovesju med poklicnim in zasebnim življenjem, pridobivajo najboljše kadre in jih tudi zadržijo, narašča učenje in produktivnost v organizaciji ter zmanjša se bolniška odsotnost. Zaposleni delujemo bolj mirno in zbrano na delovnem mestu, kar pomeni boljšo organizacijo dela, manj stresa in izgorelosti na delovnem mestu in seveda boljši ugled organizacije.

Omejitve raziskave so temeljile na pregledu domače in tuje literature, ki so povezane z ravnovesjem poklicnega in zasebnega življenja.

Za nadaljnjo raziskavo bi bilo možno narediti anketni vprašalnik za zaposlene in na pridobljenih rezultatih narediti analize.

Članek je izdelan kot del obveznosti za potrebe študijskega programa Fakultete za organizacijske študije v Novem mestu.

Reference

1. Brian, D. (1991). *Commencement speech at Georgia tech*. Pridobljeno na <https://realwealth.com/learn/work-life-balance-quotes/>
2. Certifikat družini prijazno podjetje, (2022), *Katalog ukrepov*. Pridobljeno na <https://www.certifikatdpp.si/o-certifikatu/katalog-ukrepov/>
3. College, V. & Kishore, K. (2021). *The impact of work life balance on employee performance*. Article in journal of interdisciplinary cycle research.
4. Ekvilib Inštitut, (2018). *Dan delo družina*. Pridobljeno na <http://www.ekvilib.org/sl/dandelodruzina/>
5. Honore, C. (2020). *Upočasnimo se, da bomo lahko bolj učinkoviti*. Spletna konferenca Stari, ASI v ravnovesju?, Pridobljeno na <https://www.srips-rs.si/en/news/all-news-asi/news-asi/upocasnimo-se-da-bomo-bolj-ucinkoviti-1>
6. Kališnik, P. (2022). *Ravnovesje med poklicnim delom in zasebnim življenjem*. Delo. Pridobljeno na <https://www.delo.si/polet/ravnovesje-med-poklicnim-delom-in-zasebnim-zivljenjem/>
7. Kashyap, E. & Kaur, S. (2021). *Importance of work life balance: A review*. *Ilkogretim online - elementary education online*. Pridobljeno na <https://www.ilkogretim-online.org/fulltext/218-1618163551.pdf>
8. Lupu, I. & Ruiz-Castro, M. (2021). *Work-life balance is a cycle, not an achievement*. Harvard business review. Pridobljeno na <https://hbr.org/2021/01/work-life-balance-is-a-cycle-not-an-achievement>
9. Mahesh, B. & Prabhushankar, M. & Chirag, S. & Amit, V. (2016). *A study of work-life balance and its effects on organizational performance*. International journal of engineering research and advanced technology. Pridobljeno na https://scholar.google.si/scholar_url?url=https://www.academia.edu/download/51164083/jss2147-2152.pdf&hl=sl&sa=X&ei=pxxwY9m4OI70mgHQgJbwDw&scisig=AAGBfm26e6muuc6qrc4q8_4SjGPI7Itv8A&oi=scholar
10. Marsh, N. (2020). *Upočasnimo se, da bomo lahko bolj učinkoviti*. Spletna konferenca Stari, ASI v ravnovesju?, Pridobljeno na <https://www.srips-rs.si/en/news/all-news-asi/news-asi/upocasnimo-se-da-bomo-bolj-ucinkoviti-1>
11. Rodriguez-Modrono, P. & Lopez-Igual, P. (2021). *Job quality and work-life balance of teleworkers*. International Journal of Environmental Research and Public Health. Pridobljeno na <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/6/3239>
12. Sekavčnik, M. (2022). *Srečni ljudje so v življenju uspešnejši*. Svet kapitala. Pridobljeno na <https://svetkapitala.delo.si/b2b/raziskava-sreca-vas-naredi-dramaticno-uspesnejse/>
13. Turnšek Mikačič, M. & Ovsenik, M. (2013). *Career planning as a building block for personal excellence*. Organizacija, 46(6), 235-252.

Ida Cvitkovič je diplomirala na Visoki šoli za upravljanje in poslovanje Novo mesto po visokošolskem programu upravljanje in poslovanje in si pridobila strokovni naziv diplomirana ekonomistka. Zaposlena je v Zavarovalnici Sava d.d., kot sodelavka za trženje. Na Fakulteti za organizacijske študije v Novem mestu nadaljuje podiplomski študij Menedžment kakovosti.

Abstract:

Quality of Life – Work-Life Balance

Research question (RV): How the work-life balance is reflected to achieve a quality of life?

Purpose: The article aims to present the benefits for the individual and the organisation of a good work-life balance.

Method: A qualitative method of reviewing domestic and foreign professional literature was used for examination.

Results: Achieving work-life balance is a constant process that can be achieved through the efforts of both the organisation and the employees.

Organization: With the right balance in the life of the individual, the organization also benefits, namely employees are happier, more productive, more innovative and improve the relationship with management.

Company: Both individuals and organisations have an impact on work-life balance. A positive balance leads to happier and satisfied people who are more productive in both the private and work environments.

Originality: The research is useful for the purpose of the learning process in the subject Quality of Life 2nd year of master's degree in quality management, at the Faculty of Organizational Studies in Novo Mesto.

Limitations/further research: Research could be upgraded to other factors that also affect the work-life balance.

Keywords: quality of life, work-life balance, individual, organization, family, performance, happiness.

Copyright (c) Ida CVITKOVIČ



Creative Commons License

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.