



ANALÝZA WORK-LIFE BALANCE A JEHO VPLYV NA FLUKTUÁCIU ZAMESTNANCOV

Autor: Bc. Sarah Hluchá

Studijní program: Projektové řízení inovací

Vedoucí práce: PhDr. Lenka Emrová, Ph.D.

Akademický rok: 2023/2024

ABSTRAKT

V dnešnom modernom, ultra rýchlom svete plného informácií, stresu, inovácií a zmien je kľúčom k spokojnému a vyrovnanému životu rovnováha. Cieľom diplomovej práce je preto zmapovať súčasný stav vybranej spoločnosti v oblasti work-life balance a následne následne posúdiť jeho vplyv na rozhodnutie zamestnanca, či v spoločnosti zotrvať alebo ju opustiť. Teoretická časť vymedzuje pojmy ako life management, human resource management, work-life balance a fluktuácia. Praktická časť, pomocou nástrojov kvalitatívneho a kvantitatívneho výskumu, skúma súčasný stav vybranej spoločnosti v oblasti work-life balance a jeho vplyv na fluktuáciu zamestnancov. V závere sú všetky výstupy spracované, vyhodnotené spolu s potvrdením alebo vyvrátením stanovených hypotéz a navrhnuté možné odporúčania.

KLÚČOVÉ SLOVÁ

Life management, work- life balance, harmonizácia, rovnováha, fluktuácia

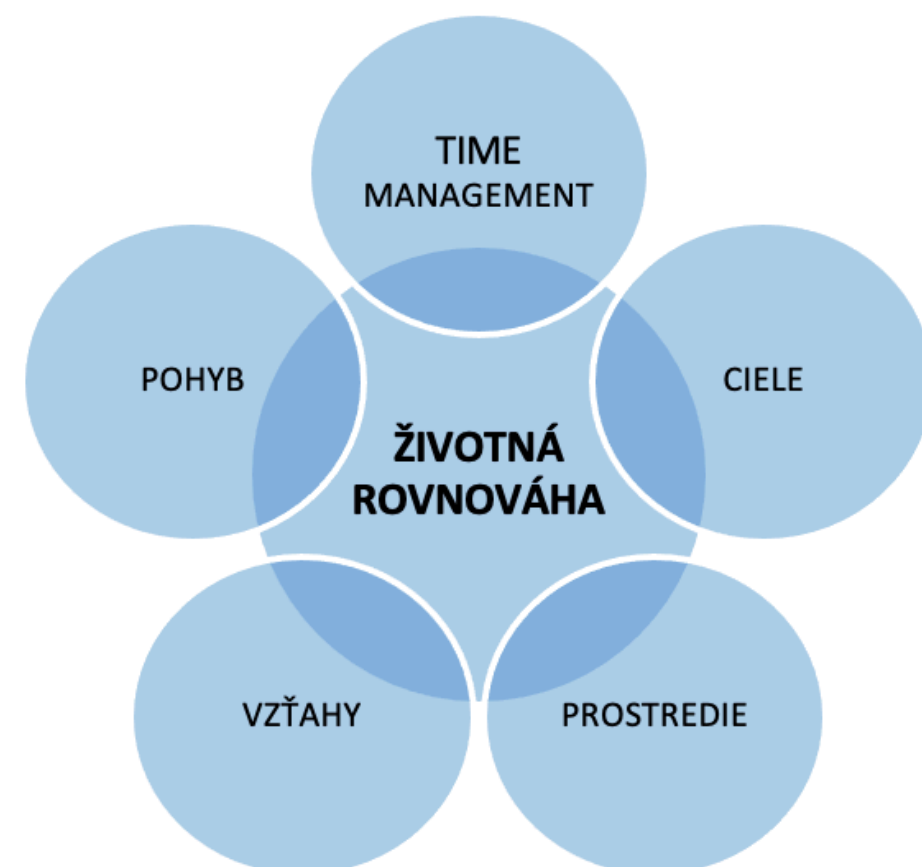
ABSTRACT

In today's modern, ultra fast-paced world full of information, stress, innovation and change, balance is the key to a happy and balanced life. The aim of this thesis is therefore to map the current state of work-life balance in a selected company and then to assess its impact on an employee's decision whether to stay or leave the company. The theoretical part defines concepts such as life management, human resource management, work-life balance and turnover. The practical part, using qualitative and quantitative research tools, examines the current state of the selected company in the field of work-life balance and its impact on employee turnover. In the conclusion, all outputs are processed, evaluated together with the confirmation or refutation of the established hypotheses and possible recommendations are proposed.

KEYWORDS

Life management, work-life balance, harmonisation, balance, turnover

V dnešnom modernom a dynamickom svete je problematika work-life balance stále aktuálnejšou a diskutovanejšou témou pracovného odvetvia. Koncept work-life balance, v preklade harmonizácia pracovného a súkromného života sa v posledných rokoch dostáva do popredia nielen v rámci podnikateľskej sféry, ale aj medzi odborníkmi v oblasti ľudských zdrojov či psychológie. Jedná sa o snahu jednotlivca dosiahnuť stavu vyrovnanosti medzi jeho pracovnými a osobnými povinnosťami, ktorý umožňuje venovať sa svojej práci, no zároveň mať čas a energiu aj pre svoj osobný život, rodinu, záľuby a seba samých. Organizácia, ktorá zladovaniu pracovného a súkromného života zamestnancov venuje dostatočnú pozornosť a aktívne tento koncept podporuje, môže dosahovať zvýšenú angažovanosť, vyššiu produktivitu a nižšiu fluktuáciu svojich zamestnancov. Práve fluktuácia predstavuje jednu z najvýznamnejších výziev pracovného prostredia.



**CIEĽOM DIPLOMOVEJ PRÁCE PRESKÚMAŤ A ANALYZOVAŤ KONCEPT WORK-LIFE BALANCE VO
VYBRANEJ SPOLOČNOSTI A NÁSLEDNE POSÚDIŤ JEHO VPLYV NA FLUKTUÁCIU ZAMESTNANCOV.**

Výstupy potvrdili, že poskytovanie možností na vyváženie pracovného a osobného života má priamy vplyv na spokojnosť zamestnancov. Zamestnanci, ktorí majú možnosť flexibilného pracovného času, práce z domu a ďalších benefitov podporujúcich work-life balance, sa vo svojej práci cítia spokojne. Spomínaná vyššia miera spokojnosti prispieva k zníženiu ich potreby k ukončeniu pracovného pomeru.

V konečnom dôsledku, work-life balance patrí medzi dôležité nástroje na zníženie fluktuácie zamestnancov a udržanie stabilnej a produktívnej pracovnej sily v organizácii. Poskytovanie podpory a flexibility voči potrebám zamestnancov je preto dlhodobou investíciou do úspechu celej spoločnosti.