

**BO SIA LZA Ekonomikas institūts Institute of Economics L.A.Sc.**

Adrese: Akadēmijas laukums 1, Rīga, LV – 1050, Latvija  
Tel. 371 – 7222830 Fax: 371 – 7820608 E – mail: [spiceina@lza.lv](mailto:spiceina@lza.lv)

**APCERĒJUMI PAR LATVIJAS IEDZĪVOTĀJIEM / Nr. 11**

**Draudi Latvijas iedzīvotāju ataudzei  
un nepieciešamā rīcība to mazināšanai**

Pētnieciskā darba rezultāti

Autori:

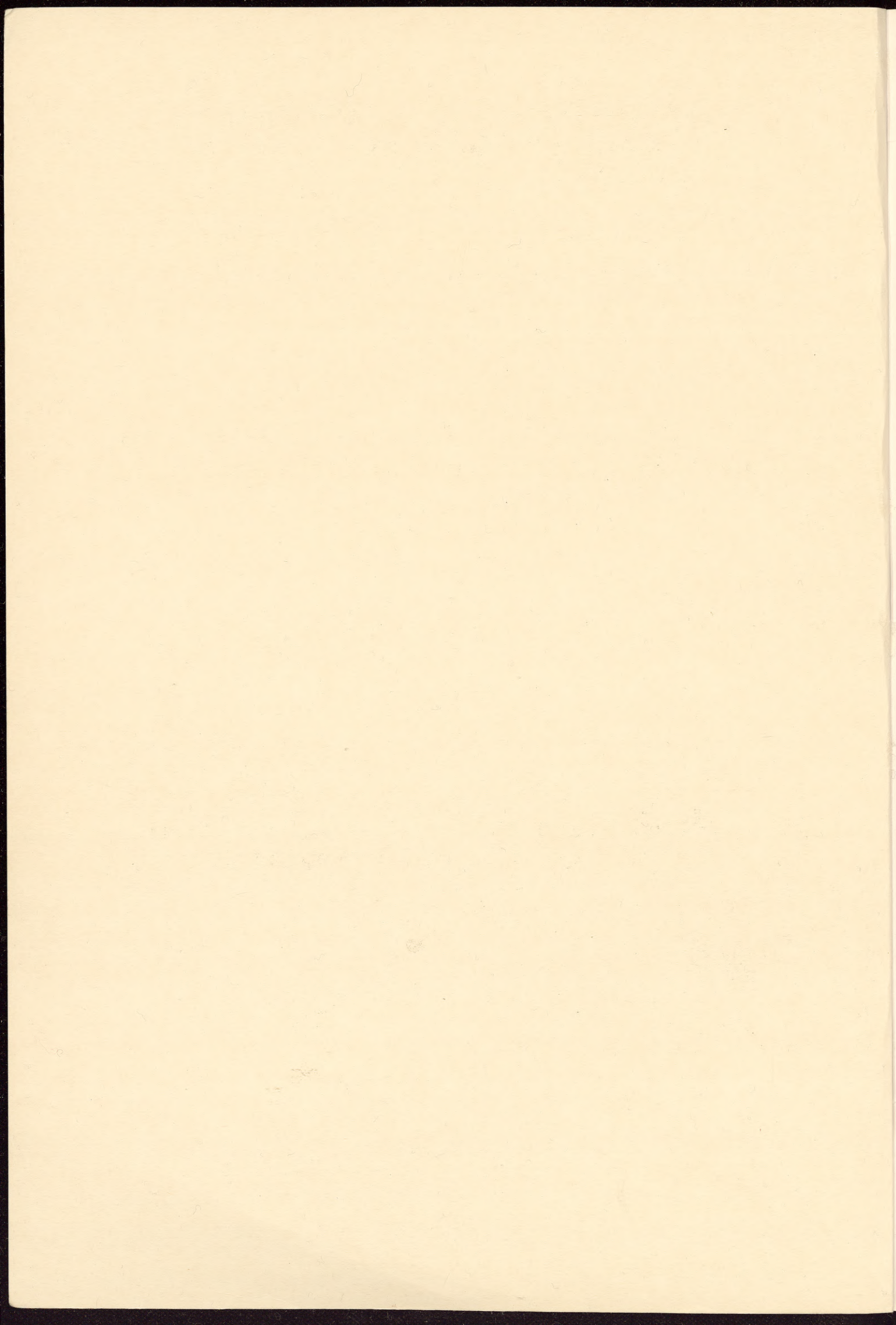
Pārsla EGLĪTE, Ieva Marga MARKAUSA, Iveta PAVLINA, Māris BRANTS,  
Ilze GŅEDOVSKA, Broņislavs IVBULIS

---

**THREATS TO REPRODUCTION OF POPULATION IN LATVIA  
AND NECESSARY ACTIVITIES TO OVERCOME THEM**

(in English: contents, tables and summary)

**Rīga, 2004**



2004-6  
L 158

BO SIA LZA Ekonomikas institūts Institute of Economics L.A.Sc.

Adrese: Akadēmijas laukums 1, Rīga, LV – 1050, Latvija  
Tel. 371 – 7222830 Fax: 371 – 7820608 E – mail: [spiceina@lza.lv](mailto:spiceina@lza.lv)

L  
3

APCERĒJUMI PAR LATVIJAS IEDZĪVOTĀJIEM / Nr. 11

9962

## **Draudi Latvijas iedzīvotāju ataudzei un nepieciešamā rīcība to mazināšanai**

Pētnieciskā darba rezultāti

Autori:

Pārsla EGLĪTE, Ieva Marga MARKAUSA, Iveta PAVLINA, Māris BRANTS,  
Ilze ĢNEDOVSKA, Broņislavs IVBULIS

---

### **THREATS TO REPRODUCTION OF POPULATION IN LATVIA AND NECESSARY ACTIVITIES TO OVERCOME THEM**

(in English: contents, tables and summary)

Rīga, 2004

ISSN 1407-2246  
ISBN 9984-9574-0-7

UDK 314(474.3)

Ap 116

**APCERĒJUMI PAR LATVIJAS IEDZĪVOTĀJIEM / Nr. 11: Draudi Latvijas iedzīvotāju ataudzei un nepieciešamā rīcība to mazināšanai. Autori: P.Eglīte, I.M.Markausa, I.Pavlina, M.Brants, I.Ģnedovska, B.Ivbulis. Rīga: BO SIA LZA Ekonomikas institūts, 2004, - 130 lpp.**

Latvijas Nacionālā  
bibliotēka

0304054 540

Izdevumā iekļauti Latvijas Zinātnes Padomes no valsts budžeta līdzekļiem finansētā pētījuma projekta 01.0117. „Latvijas sociālās politikas rezultativitāte iedzīvotāju ataudzes jomā” un pētījumu programmas 02.0012.5.2. „Iedzīvotāju novecošanās biomedicīniskie un sociālie aspekti” apakšprogrammas „Indivīda rīcība aktīvā mūža posma pagarināšanai” galvenie darba rezultāti 2003. gadā.

Atbildīgā redaktore: **Pārsla Eglīte**

Datorsalikumu veidojis: **Broņislavs Ivbulis**

Izdots ar Latvijas Zinātnes Padomes atbalstu

ISBN 9984-9574-9-7

ISSN 1407-2246

© BO SIA LZA Ekonomikas institūts, 2004  
Iespiests: Rīgā, SIA “P&K”

## Priekšvārds

Laika posmā kopš LR neatkarības atjaunošanas valsts iedzīvotāju skaits samazinājies par 337 tūkstošiem jeb 12,6% [Latvijas demogrāfijas ... 2003: 27]. No tiem gandrīz 150 tūkstoši jeb 43% kopējo zudumu radušies dzimušo skaitam atpaliekot no mirušo daudzuma. Šī veida zudumu īpatsvars ar katru gadu pieaug, XXI gadsimta pirmajos gados sasniedzot vidēji 80% no kopējā iedzīvotāju skaita samazinājuma. Tāpēc valsts sociālajā politikā par neatliekamu uzdevumu uzskatāma iedzīvotāju ataudzes atvēršana un tautas izmiršanas draudu novēršana.

Tautas turpmākai pastāvēšanai bīstamāka par kopskaita zudumiem ir iedzīvotāju sastāva novecošanās: bērnu īpatsvara mazināšanās un aktīvo vecumu pārsniegušo cilvēku īpatsvara pieaugums.

Starptautiskos salīdzinājumos lietoto 65 gadu robežu pārsniegušo īpatsvars kopš 1989. gada Latvijā pieaudzis no 11,8 līdz 15,8%, 60 gadu vecumu pārsniegušo – no 17,4 līdz 22,1%. Novecošanos pavadošo pensionāru skaita pieaugumu Latvijā pagaidām ir izdevies novērst, palielinot pensijas vecumu atbilstoši vidējā paredzamā mūža augšanai un karalaika grūtībās visvairāk cietušo cilvēku pāriešanai vēl cienījamākā vecumgrupā. Taču pensijas vecuma attālināšanas iespējas nav bezgalīgas. Tāpēc pensiju nodrošinājuma, veco ļaužu veselības uzturēšanas un saglabāto darbaspēju lietderīga pielietojuma iespēju radīšana Latvijā tāpat kā citviet Eiropā skars arvien lielāku daļu iedzīvotāju.

Skaidrs, ka rūpes par savu darba mūžu beigušajām paaudzēm tāpat kā visi citi valsts izaugsmes un labklājības celšanas uzdevumi gulst uz darbaspējīgo pleciem, atmaksājot vecāku un valsts pūles par viņiem dzīves sākumposmā un izglītošanā. Jaunās maiņas pastāvīga atjaunošanās, kā zināms, ir atkarīga no pašu radīto un audzināmo bērnu daudzuma.

Diemžēl Latvijā dzimstība ir sarukusi līdz vienam no zemākajiem Eiropas valstīs piedzīvotajam līmenim [Latvijas demogrāfijas ... 2003: 191], tā nodrošina vecāku paaudzes skaitlisku atjaunošanos tikai par 3/5. Tas nozīmē, ka tautas izmiršanu var novērst, vienīgi palielinot bērnu skaitu ģimenēs gandrīz divkārt. Vadošie Eiropas pētnieki nākuši pie slēdziena, ka mūsdienās šai nolūkā jārada tādi apstākļi, kas vecākiem ļautu savienot bērnu aprūpi ar studijām vai profesionālo darbu, t.i., viņu pašu dažādo vajadzību apmierināšanu un pilnvērtīgai bērnu attīstībai nepieciešamo līdzekļu gādāšanu [Lutz ... 2003; Kovalska ... 2003; Miettinen ... 2003 u.c.]. Latvijā par šādu nostāju domas vēl dalās.

Tikmēr dzimstības līmenis saglabājas zems, un mūsdienu bērniem jāreķinās, ka sasniedzot brieduma gadus, viņiem būs vēl vairāk apgādājamo un aprūpējamo nekā viņu vecākiem. Tātad gaidāma vai nu lēnāka labklājības celšanās vai vēl saspringtāks darbs. Lai tas neradītu draudus veselībai, būtu laikus jānodrošina darbs ar veselīgu atpūtu, ko šodien vēl tālu ne visi prot un pat neapzinās tā nepieciešamību.

Šai izdevumā piedāvājam lasītājiem jaunākos pētījumu rezultātus par visiem minētajiem jautājumiem: vecāku vēlēšanos un iespējām saīsināt profesionālā darba pārtraukumus jaundzimušā aprūpes dēļ, turpmākajos gados pieprasītāko profesiju pārstāvju darba slodzi un atpūtas veidiem; vecāko ļaužu gatavību pagarināt darba mūžu un citādi rosīgi vadīt pelnītās atpūtas gadus; valsts sociālās politikas pilnveidi, radot labvēlīgus apstākļus vairāku bērnu audzināšanai ģimenēs. Ceram, ka tas rosinās kā politiķus tā vēlētājus vairāk pievērsties valsts sociālajai politikai – tās nākotnē vērstajiem mērķiem un to sasniegšanai lietojamiem līdzekļiem.

Atbildīgā redaktore

## Saturs

<b>Priekšvārds</b> .....	3
<b>P. Eglīte. Demogrāfiskās politikas vieta Latvijas sociālajā politikā</b> .....	7
Sociālā politika un tās uzdevumi .....	7
Iedzīvotāju sastāva novecošanās cēloņi un ietekmējošie apstākļi .....	8
Indivīda veicamo sociālo lomu mijiedarbība .....	12
Sociālās politikas pilnveides virzieni .....	15
Secinājumi .....	17
<b>I. Pavlina. Nodarbinātības pārtraukums bērna kopšanai: vecāku viedokļi un pieredze</b> ..	21
Valsts pabalsti, to piešķiršanas nosacījumi un atbilstība ģimeņu situācijai .....	21
Vecāku viedokļu izpēte .....	23
Reālā darba slodze, tās atbilstība vēlmēm un likumā noteiktajām iespējām .....	25
Būtiskākie iemesli nodarbinātības atsākšanai līdz bērns sasniedzis 1,5 gadu vecumu ....	26
Darba devēja attieksme pret darbinieci ar mazu bērnu .....	28
Bērnu uzraudzība: faktiskā un vēlamā .....	29
Bērnu dārzs kā uzraudzības veids .....	31
Vecāku vēlmes par bērna kopšanas pabalsta apmēru un izmaksu nosacījumiem .....	32
Secinājumi .....	33
<b>I.M. Markausa. Darbs un atpūta XXI gadsimtu sākot</b> .....	35
Darba nedēļa .....	35
Kas strādājošiem darbā ir svarīgi .....	37
Darbs un mājas rūpes .....	42
Darbošanās ar tehniskajiem līdzekļiem darbā un mājās .....	44
Brīvā laika nodarbības .....	50
Kaitīgi ieradumi un nepatīkamas sajūtas .....	58
Veselības vērtējums .....	62
Ko strādājošie brīvajā laikā vēlas darīt biežāk .....	64
Šķēršļi, kas kavē biežāk pievērsties interesējošām brīvā laika nodarbībām .....	71
Secinājumi .....	75
<b>M.Brants. Aktīvā mūža garumu ietekmējošie faktori Latvijā</b> .....	77
Pētījuma raksturojums .....	79
Nodarbinātības loma .....	80
Fiziskās nodarbības .....	83
Kultūras un sabiedriskās aktivitātes .....	86
Ģimeniskās saites .....	90
Secinājumi .....	91
<b>P. Eglīte. Darbību izvēles īpatnības dažādās vecāko ļaužu grupās</b> .....	92
Pieejamā informācija un pētījuma metodika .....	92
Dažādo grupu pārstāvju apstākļi, rīcība un vērtējumi .....	96
Secinājumi .....	109
<b>Pielikumi (aptauju anketas)</b> .....	112
Bērna kopšanas atvaļinājumu pilnībā neizmantojušo māšu aptauja .....	112
Darbs un atpūta XXI gadsimtu sākot .....	114
Aktīvā mūža garums .....	118
<b>Kopsavilkums angļu valodā</b> .....	123

## Contents

<b>Foreword</b> .....	3
<b>P. Eglite. Population policy as part of social policy in Latvia</b> .....	7
Goals of social policy .....	7
Aging of population and its determinants .....	8
Social roles of individuals and their interaction .....	12
Promotion of social policy .....	15
Conclusions .....	17
<b>I. Pavlina. Child-care breaks in employment: parents' views and experience</b> .....	21
Entitlement to the state's support and its conformity for receivers .....	21
The research on employed parents' views .....	23
Actual and desired employment during the officially allowed child-care leave .....	25
The main motives to shorten child-care leave .....	26
Attitude of employers to employees with infants .....	28
Actual and desired forms of child-care .....	29
Attitude of parents to early attendance of nursery .....	31
Satisfaction with child-care allowance and preconditions to receive it .....	32
Conclusions .....	33
<b>I.M. Markausa. Work and rest at the beginning of XXI century</b> .....	35
Working week .....	35
Gains at work .....	37
Job and house-care .....	42
Use of technical devices at job and at home .....	44
Leisure activities .....	50
Ill habits and health troubles .....	58
Self-evaluation of health .....	62
Desired leisure activities .....	64
Obstacles to desired leisure .....	71
Conclusions .....	75
<b>M.Brants. Factors affecting length of active life in Latvia</b> .....	77
Characteristic of the research .....	79
The role of employment .....	80
Physical activities .....	83
Cultural and social activities .....	86
Family ties .....	90
Conclusions .....	91
<b>P.Eglite. Activities of people at pension age</b> .....	92
Available information and methodology of the research .....	92
Peculiarities of activities in different groups .....	96
Conclusions .....	109
<b>Appendix (questionnaires used)</b> .....	112
Experience of parents who interrupted child-care leave before the allowed .....	112
Work and rest at the beginning of XXI century .....	114
Duration of active age .....	118
<b>Summary in English</b> .....	123

Foreword ..... 7

1. The Role of Population Policy in the Development of the Family ..... 7

2. Goals of Social Policy ..... 41

3. Aging of Population and its Determinants ..... 51

4. Social Roles of Individuals and their Interaction ..... 17

5. Promotion of Social Policy ..... 12

6. Conclusions ..... 17

7. The Role of Social Policy in the Development of the Family ..... 12

8. Child-care breaks in employment: parents' views and expectations ..... 31

9. Attitudes of employers to employees with children ..... 14

10. Actual and desired leave for child care ..... 29

11. Attitudes of parents to early and later stages of maternity ..... 33

12. Satisfaction with child-care allowance and procedures to receive it ..... 35

13. Conclusions ..... 35

14. M. M. Work and rest at the beginning of XXI century ..... 35

15. Working week ..... 37

16. Gains in work ..... 37

17. Job and home-care ..... 37

18. Use of technical devices at job and at home ..... 41

19. Leisure activities ..... 43

20. Health and health groups ..... 45

21. Self-evaluation of health ..... 47

22. Desired leisure activities ..... 47

23. Obstacles to desired leisure ..... 47

24. Conclusions ..... 47

25. Factors affecting length of active life in Latvia ..... 47

26. Characteristics of the research ..... 48

27. The role of employment ..... 48

28. Physical activities ..... 48

29. Cultural and social activities ..... 48

30. Family ties ..... 48

31. Conclusions ..... 48

32. Activities of people in pension age ..... 48

33. Available information and methodology of the research ..... 48

34. Peculiarities of activities in different groups ..... 48

35. Conclusions ..... 48

36. Appendix (questionnaire used) ..... 48

37. Experience of parents who interrupted child-care leave before the beginning of XXI century ..... 48

38. Work and rest at the beginning of XXI century ..... 48

39. Duration of active age ..... 48

40. Summary in English ..... 48

Pārsla Eglīte

## Demogrāfiskās politikas vieta Latvijas sociālajā politikā

### Ievads

Kā zināms, Latvijā 90.-tos gados dzimstība sarukusi tiktāl, ka nodrošina paaudžu nomaiņu vairs tikai par nepilniem 60%, 1997.-1998. gadā pat par 53% [Latvijas ... 2002: 85]. Tādēļ jau pēc pāris gadiem sāks mazināties vidusskolās un augstskolās izglītojamo skaits, bet līdz ar to – konkurētspējīgais darbaspēka papildinājums un nākamo vecāku daudzums tālākai cilvēkresursu ataudzei [Eglīte, Ivbulis ... 1999: 69.-79; Goujon, ... 2003]. Skaidrs, ka bez iedzīvotājiem par jebkādu valsts attīstību spriest būtu lieki: bez nepieciešamības nodrošināt savu pilsoņu iztiku un labklājību nav vajadzības ne pēc pašas valsts ne viņas tautsaimniecības. Tāpat skaidrs, ka jaunās maiņas skaita palielinājums un audzināšana līdz mūsdienu prasībām atbilstošas izglītības iegūšanai nav paveicama dažos gados. Tāpēc iedzīvotāju ataudzes atveseļošana uzskatāma par būtisku kopējās valsts politikas sastāvdaļu.

Šī raksta mērķis – izvērtēt valsts līdzšinējās sociālās politikas un ģimeņu atbalsta pasākumu savstarpējo atbilstību un to varbūtējo ietekmi uz iedzīvotāju ataudzes norisēm.

### Sociālā politika un tās uzdevumi

Latvijas nacionālais attīstības plāns 2003.-2006. gadam ir vienīgais dokuments, kurā formulēts valsts kopējais ilgtermiņa mērķis – „attīstīto Eiropas valstu labklājības līmeņa sasniegšana. Lai to paveiktu, Latvijas attīstība tuvākajos gados jākoncentrē uz pastāvīgu valsts iedzīvotāju dzīves līmeņa paaugstināšanu, nodrošinot strauju un stabilu valsts ekonomikas izaugsmi un *veicinot izglītota, kulturāla un vesela cilvēka attīstību*” [NAP ... 2001.]. Šo pēdējo varētu uzskatīt par valsts sociālās politikas mērķi, kaut arī tāds jēdziens netiek pieminēts.

Kopējā valsts attīstības mērķa sasniegšanai paredzēto prioritāšu starpā līdztekus pirmajai – ekonomikas attīstības un konkurētspējas veicināšanai, un trešajai – valsts teritorijas līdzsvarotai un ilgtspējīgai attīstībai kā otrā ir paredzēta cilvēkresursu attīstība, paaugstinot darbaspēka kvalitāti, veicinot nodarbinātību un sekmējot darba spēju uzturēšanu. Gadu vēlāk precizētajā Attīstības plānā plānots „Cilvēkresursu attīstību un nodarbinātības veicināšanu” panākt: „1) veicinot sociālo integrāciju un izglītības sistēmas attīstību; 2) sekmējot darbaspēka attīstību (?); 3) vairojot (!) dzimumu līdztiesību” [www ... Projekts 2002. doc: Attīstības plāna projekts]. Taču ne vienā ne otrā plāna variantā nekas nav bilsts par darba spējīgo cilvēku skaita atjaunošanu, kaut arī bez tās ar laiku var pietrūkt pārējo plānu īstenošanu un izpildīt sekmes šais darbos.

Vēl gadu vēlāk izstrādāts vairs ne valsts kopējais, bet Tautsaimniecības vienotās stratēģijas projekts. Atbilstoši nosaukumam tajā formulēts Latvijas *ekonomiskās politikas* galvenais ilgtermiņa mērķis – nākamo 20-30 gadu laikā sasniegt Eiropas Savienības valstu vidējo iekšzemes kopprodukta līmeni uz vienu iedzīvotāju [www.em.gov.lv// Nozaru informācija. Politikas dokumenti: 30]. Tā sasniegšanai paredzēto prioritāšu vidū pēdējās – „sociāli-ekonomisko disproporciju un risku mazināšanā” īstenošanai minēts arī uzdevums „stiprināt ģimenes, realizējot ģimenes atbalsta un dzimstības veicināšanas pasākumus”. Tomēr pievienotajā mērķu sasniegšanas izvērtējuma rādītāju tabulā ar gudru ziņu nav ievietots sasniedzamais dzimstības līmenis, tāpat kā tekstā nav atrodams neviens minētā uzdevuma izpildei paredzēts rīcības veids vai darbības virziens.

Atjaunotās LR līdzšinējo valdību deklarācijās sociālās politikas kopējais mērķis viņu darbības laikam netiek formulēts, aprobežojoties ar vispārēju nodomu panākt katra iedzīvotāja labklājības līmeņa paaugstinājumu un atsevišķu nozaru – izglītības, kultūras, zinātnes, sporta, darbaspēka politikas un sociālās drošības uzdevumu uzskaitījumu [Pavlina ... 2002: ...].

Eināra Repšes 2002. gada novembrī izveidotās valdības deklarācijā septiņu prioritāro mērķu vidū bija minētas tikai dažas no sociālās attīstības jomām: sabiedrības veselības (t.i., aprūpes sistēmas, bet ne pašas veselības) kvalitāte, integrēta pilsoniska sabiedrība un spēcīga laikmetīga nacionālā identitāte, reģionu līdzsvarota attīstība un augsta nodarbinātība. Īstenojamās politikas dažādo virzienu vidū gan ir 2 sadaļas, kas veltītas kā sociālai drošībai, tā

bērniem un ģimenei. Pirmajā no tām valdība cita starpā apņemas palielināt darba vietu skaitu un veicināt demogrāfiskās situācijas uzlabošanu, bet otrajā – noteikt bērnus un ģimeni par vienu no valsts prioritātēm, kā arī izstrādāt ilgtermiņa programmu bērna un ģimenes stāvokļa uzlabošanai. Būtu labi, ja šie nodomi netiktu atlikti uz valdības paredzētās darbības beigu posmu un to īstenošanai domātie pasākumi būtu savstarpēji saskaņoti, t.i., vienlīdz atbilstoši kopējam mērķim.

Jau pēc 15 mēnešiem 2004. gada martā izveidotās Induļa Emša valdības deklarācijā kā atsevišķais uzdevums izvirzīts: „pārvarēt demogrāfisko krīzi un veidot apstākļus veselīgas un stipras ģimenes pastāvēšanai”. Šī uzdevuma izpildei paredzēts cita starpā palielināt pabalstus ģimenēm ar bērniem, veidot ģimenēm izdevīgu nodokļu politiku, veicot pasākumus tēva lomas palielināšanai ģimenē un rodot viņiem iespējas iesaistīties bērnu audzināšanā (!), ieviešot vīra pensijas mantošanu sievietēm, kuras izaudzinājušas bērnus u.c. [Latvijas Vēstnesis ... 2004.10.03.]. Tomēr šo ieceru starpā nekas nav minēts par iespēju uzlabošanu mātēm apvienot darbu ar ģimenes rūpēm, lai pašām būtu pienācīga pensija arī gadījumos, ja vīrs vēl dzīvs vai nav secīgi izveidojis vairākas ģimenes. Tāpat ne šai, ne sadaļā par veselības aizsardzību nav minēts tāds demogrāfiskās krīzes pārvarēšanas uzdevums kā samazināt priekšlaicīgo mirstību, kuras dēļ Latvija zaudē galvenokārt vīriešus spēka gados, kas vēl varētu gan radīt vairāk bērnus, gan labāk apgādāt jau dzimušos. Laikam jau tādu uzdevumu nav atzinusi par savu neviena ministrija ...

Katras nozares darbības plānu izstrādājot tās speciālistiem bez saskaņošanas ar saskarīgo jomu izmantotiem paņēmieniem cilvēku rīcības ietekmēšanai gadās pieļaut pretrunas, kas traucē iecerētā mērķa sasniegšanu kādā no šīm jomām un līdz ar to – tuvošanos kopējam. Piemēram, Andra Bērziņa veidotās valdības deklarācijā (2000. gada maijā) paredzēts „radīt nosacījumus straujai ekonomikas izaugsmei Latvijā, paplašinot izaugsmes bāzi, sekmējot plašāku sabiedrības slāņu un reģionu iekļaušanos tautsaimniecības apritē, samazinot nelabvēlīgās atšķirības labklājības iespējās, vienlaikus *pastiprinot katra sabiedrības locekļa atbildību par savu un savas ģimenes locekļu materiālās labklājības, izglītības un veselības līmeni*”. Taču, pamatoti atzīstot darbu par sabiedrības un atsevišķa cilvēka galveno iztikas un sociālās apdrošināšanas izmaksu avotu darba nespējas periodos, šis nostājas īstenošanos kavē cita iecere – izmaksāt garantētu minimālo ienākumu neatkarīgi no citu oficiālu ienākumu trūkuma iemesliem. Šāda iespēja veicina nepietiekami uzņēmīgu, bet darbaspējīgu cilvēku vēlmi nemaz nemeklēt darbu vai arī saņemt nopelnīto aploksnē, nemaksājot nekādus nodokļus un saglabājot iespēju saņemt arī trūcīgā pabalstu. Savukārt tās pašas valdības plāns „radīt nosacījumus 10 000 jaunu darba vietu radīšanai ik gadu” var tikt atlikts, cerot uz bezdarba radītas nabadzības seku vājināšanu ar pašvaldību izmaksājamo pabalstu palīdzību. Līdzīgi savulaik bijušo padomju cilvēku bezatbildība tika veicināta ar slimības pabalstu izmaksu pilnā algas apmērā un iespēju ārstēties slimnīcās bez kādām iemaksām; tas nebūt nesekmēja veselīga dzīvesveida izplatību un rūpes katram pašam par savas veselības uzturēšanu. Tāpat mūsdienās amatpersonu darba apmaksas noteikšana neatkarīgi no viņu darba rezultātiem nestimulē katrai institūcijai vai darbiniekam izvirzīto uzdevumu labāku izpildi, ieskaitot kvalitatīvu plānu un programmu izstrādi.

Piemēri liecina, ka mūsu sabiedrībā izpratne par dažādu sociālo un ekonomisko procesu un parādību savstarpējo saistību, kā arī cilvēku rīcības mērķtiecīgas virzīšanas līdzekļiem vēl nav kļuvusi vispārēja vai arī iestrēgusi deklaratīvas atziņas līmenī. Tas arī zināmā mērā izskaidro kavēšanos ar reālu darbību izvirzīto mērķu sasniegšanā un tautas izmiršanas draudu augšanu augumā. Tāpēc šķiet lietderīgi biežāk un dažādās auditorijās pievērsties sociālo norišu mijiedarbības iztirzājumam un iespējamam pielietojumam sabiedrības attīstības mērķtiecīgai sekmēšanai, neaizmirstot par tās fiziskās pastāvēšanas nodrošināšanu, respektīvi, locekļu skaita atjaunošanos.

### **Iedzīvotāju sastāva novecošanās cēloņi un ietekmējošie apstākļi**

Kā zināms, sabiedrības attīstības gaitā, uzlabojoties sadzīves apstākļiem un drošībai, dažādās valstīs vai teritorijās katrai citā laikposmā sāk pakāpeniski mazināties bērnu un pārējā priekšlaicīgā mirstība un atbilstoši pieaugt indivīdu vidējais mūža garums. Pateicoties tam, iedzīvotāju skaita atjaunošanai un papildināšanai vairs nebija nepieciešams sākotnējais augstais dzimstības līmenis, un to varēja samazināt līdz paaudžu nomaiņai nepieciešamajam – nedaudz

vairāk par diviem vidēji uz vienu auglīgā vecuma sievieti. Turklāt pārejot no ģimenes iztikas pašražošanas uz algotu darbu ārpus mājas ar sociālo apdrošināšanu, mainījās bērnu loma: no darbaspēka ģimenes saimniecībā un vecāku apgādniekiem vecumā tie kļuva par pieaugušo ģimenes locekļu gūto ienākumu patērētājiem. It īpaši izmaksas bērniem pieauga, cenšoties tos labāk un attiecīgi ilgāk izglītot, cerībā uz labākām viņu nodarbinātības un attiecīgi augstāka labklājības līmeņa izredzēm. Arī tas sekmēja bērnu skaita ierobežošanu.

Šīs tā saucamās demogrāfiskās pārejas rezultātā iedzīvotāju ataudze kļuva arvien racionālāka: atšķirībā no cilvēces senākiem attīstības posmiem vairums jaundzimušo sasniedza pilngadību un varēja strādāt arvien garāku mūža posmu. Apgādājamo bērnu īpatsvara mazināšanās iedzīvotāju sastāvā kļuva par vienu no labklājību veicinošiem apstākļiem visu paaudžu pārstāvjiem, ieskaitot katrai nākamai paaudzei pilnīgākas iespējas izglīties un atbilstoši tam rūpīgāk strādāt un vairāk pelnīt, veltīt laiku ne tikai iztikas nodrošinājumam un bērniem, bet arī vecāku personības izaugsmei, augstas dzīves kvalitātes baudīšanai, pašizpaušmes iespējām jaunradē un cilvēku savstarpējā saziņā.

Tāpat kā iedzīvotāju kopumā ar salīdzinoši mazāku bērnu īpatsvaru arī ģimenēs ar mazāku bērnu skaitu ir vieglāk nodrošināt augstāku ienākumu līmeni uz katru tās locekli nekā saimēs ar vairākiem bērniem. Tāpēc gandrīz visās ekonomiski attīstītās valstīs, neraugoties uz kopējo augsto labklājības līmeni, dzimstība ir sarukusi tiktāl, ka vairs nenodrošina paaudžu nomaiņu (skat. tab.). Tādos apstākļos jaunais darbaspējīgo papildinājums vairs nesedz pensijā izejošo skaitu.

Bērnu un pēc tam darbaspējīgo īpatsvaram iedzīvotāju sastāvā arvien vairāk mazinoties, attiecīgi palielinās veco ļaužu īpatsvars. Vēl jo vairāk tāpēc, ka šo valstu labklājības līmenis rada visus apstākļus ilgām mūžam. Tādu ir grūtāk nodzīvot ar vienu sievu vai vīru. Tādēļ cilvēki mēdz secīgi nomainīt pat vairākus dzīvesbiedrus. Vienlaikus ar sieviešu ārpusmājas nodarbinātības un viņu materiālās neatkarības augošo izplatību tas izraisa pārmaiņas ģimenes lomu sadalē un attieksmē pret ģimeni. Šādas norises dēvē par otro demogrāfisko pāreju. Atšķirībā no pirmās tā nav ekonomiski izdevīga, jo neizbēgami palielināsies demogrāfiskā slodze, t.i., sarūkošam darbaspējīgo skaitam būs jāapgādā arvien lielāks darba nespējīgo skaits, īpaši pensijas vecumā esošie. Aprēķini liecina, ka saglabājoties gadsimtu mijā novērotajai dzimstībai, Eiropas Savienībā 65 gadus un vecāku cilvēku īpatsvars visticamāk pieaugs no 16,1% vidēji 1999. gadā līdz kādiem 20,8% 2020. gadā un 28,2% 2050. gadā. Latvijā šis pieaugums gaidāms no 14,5% 1999. gadā līdz 17,6% 2020. gadā, jo mūsu vidējais paredzamais dzīves ilgums ievērojami atpaliek no līdzšinējās Eiropas Savienības dalībvalstīs un arī vairākumā kandidātvalstu sasniegtā. Tādējādi dzīves līmenis un apstākļi, iespaidojot iedzīvotāju ataudzi un tās rezultātu – vecumsastāvu, pats vismaz daļēji izbauda pēdējā ietekmi (1. att.).

Iedzīvotāju sastāvam novecojot, Eiropas valstīs gaidāms ne vien demogrāfiskās slodzes pieaugums, bet arī jauno un vecāko apgādājamo samēra maiņa. Līdz pat XX gadsimta beigām apgādājamo sastāvā vairāk bija jauno, 20 gadus vēlāk vairākumā valstu būs otrādi. Latvijā, piemēram, uz katriem 1000 darbaspējīgā vecuma cilvēkiem (15-64 gadu) gaidāms 223 jauno un 262 vecāko apgādājamo [Crujnsen ... 46; 54].

Eiropas demogrāfi kopš 80. tiem gadiem arvien aktīvāk apspriež, kā vislabāk bremsēt iedzīvotāju sastāva novecošanos. Bagātākās valstis varētu veicināt imigrāciju, jo pārceļo galvenokārt jauni ļaudis, kam paredzami arī bērni. Turklāt iebrucējiem no dienvidu zemēm, kur vēl nav beigusies pirmā demogrāfiskā pāreja, dzimstība varētu būt lielāka nekā vietējiem iedzīvotājiem. Taču imigranti mēdz diezgan ātri piesavināties mītnes zemēs valdošo ģimenes modeli ar mazāku bērnu skaitu nekā dzimtenē. Līdz ar to imigrācijas veicināšana tikai attālinātu, bet ne novērstu novecošanos [Lutz ... 2003]. Par to liecina arī Latvijas pieredze, 45 gadu ilgā padomju okupācijas posmā iedzīvotāju skaitam papildinoties galvenokārt ar kolonistiem no citām bijušās PSRS republikām [Eglīte ... 2002]. Nemaz nerunājot par to, ka atšķirīgas etniskas izcelsmes iedzīvotāju īpatsvara pieaugums palielinātu arī mieram un labklājībai bīstamu konfliktu varbūtību. Kā skolu mācības valodu izvēle un valsts valodas lietojums Latvijā un Igaunijā, reliģisko simbolu valkāšana skolās un citās sabiedriskās vietās Francijā, kas izraisa to aizliegumu, huligāniski uzbrukumi cittauniešiem Vācijā u.tml. Bailes no varbūtējās darba algas pazemināšanās un sociālo izmaksu pārlieta pieauguma līdzšinējās ES dalībvalstīs sakarā ar darba meklētāju pieplūdumu pēc paplašināšanās 2004. gadā jau izsaukušas vietējā darba tirgus

aizsardzības pasākumus vairākumā līdzšinējo dalībvalstu, kaut arī tas ir klajā pretrunā ar sludināto ES pamatprincipu: brīvu preču, kapitāla un darbaspēka kustību. Nākas secināt, ka dzimstības kāpinājums ir visdrošākais līdzeklis novecošanās mazināšanai [Lutz ... 1999].

**Dzimstība un demogrāfiskā slodze Eiropas Savienības valstīs**  
**• Fertility and demographic burden in EU**

Valstis (secībā pēc dzimstības koeficienta) • States by TFR	Summārais dzimstības koeficients <sup>1)</sup> • Total fertility rate <sup>1)</sup> 2002	Demogrāfiskā slodze uz 1000 darbaspējīgiem <sup>2)</sup> • Demographic burden, per 1000 of working age <sup>2)</sup>				Iekšzemes kopprodukts uz 1 iedz. <sup>1)</sup> USD, 2001 • GDP/pop <sup>1)</sup>
		līdz 15 g. • < 15		65 +		
		1999	2020	1999	2020	
<b>ES dalībvalstis • EU members states</b>						
Īrija	1,9	335	297	170	221	27170
Francija	1,9	290	266	242	326	24080
Dānija	1,7	272	246	222	305	28490
Somija	1,7	276	251	220	355	24030
Lielbritānija	1,7	294	251	240	292	24340
Luksemburga	1,7	281	243	214	282	48560
Nīderlande	1,7	272	249	199	295	27390
Beļģija	1,6	269	242	253	327	26150
Zviedrija	1,5	291	244	271	345	23800
Portugāle	1,5	248	249	224	275	17710
Vācija	1,3	232	209	233	335	25240
Austrija	1,3	252	201	229	300	26380
Itālija	1,3	214	194	261	367	24530
Grieķija	1,3	228	218	250	329	17520
Spānija	1,2	224	205	240	306	19860
<b>Kandidātvalstis • Accession states</b>						
Malta	1,5	310	178	288	290	13140
Polija	1,4	300	245	175	249	9370
Lietuva	1,3	306	224	196	246	8350
Igaunija	1,3	277	205	213	265	9650
Ungārija	1,3	254	207	213	287	11990
Rumānija	1,3	278	190	190	244	5780
Slovākija	1,3	299	229	166	228	11780
Latvija	1,2	277	223	216	262	7760
Bulgārija	1,2	240	192	234	292	6740
Slovēnija	1,2	238	193	194	298	17060
Čehija	1,1	246	190	198	314	14320
<b>Vidēji ES (25)</b>	<b>1,4</b>	<b>260</b>	<b>227</b>	<b>229</b>	<b>309</b>	<b>...</b>
<b>• Average EU (25)</b>						

<sup>1)</sup> Population et Societes n° 392, July-August 2003

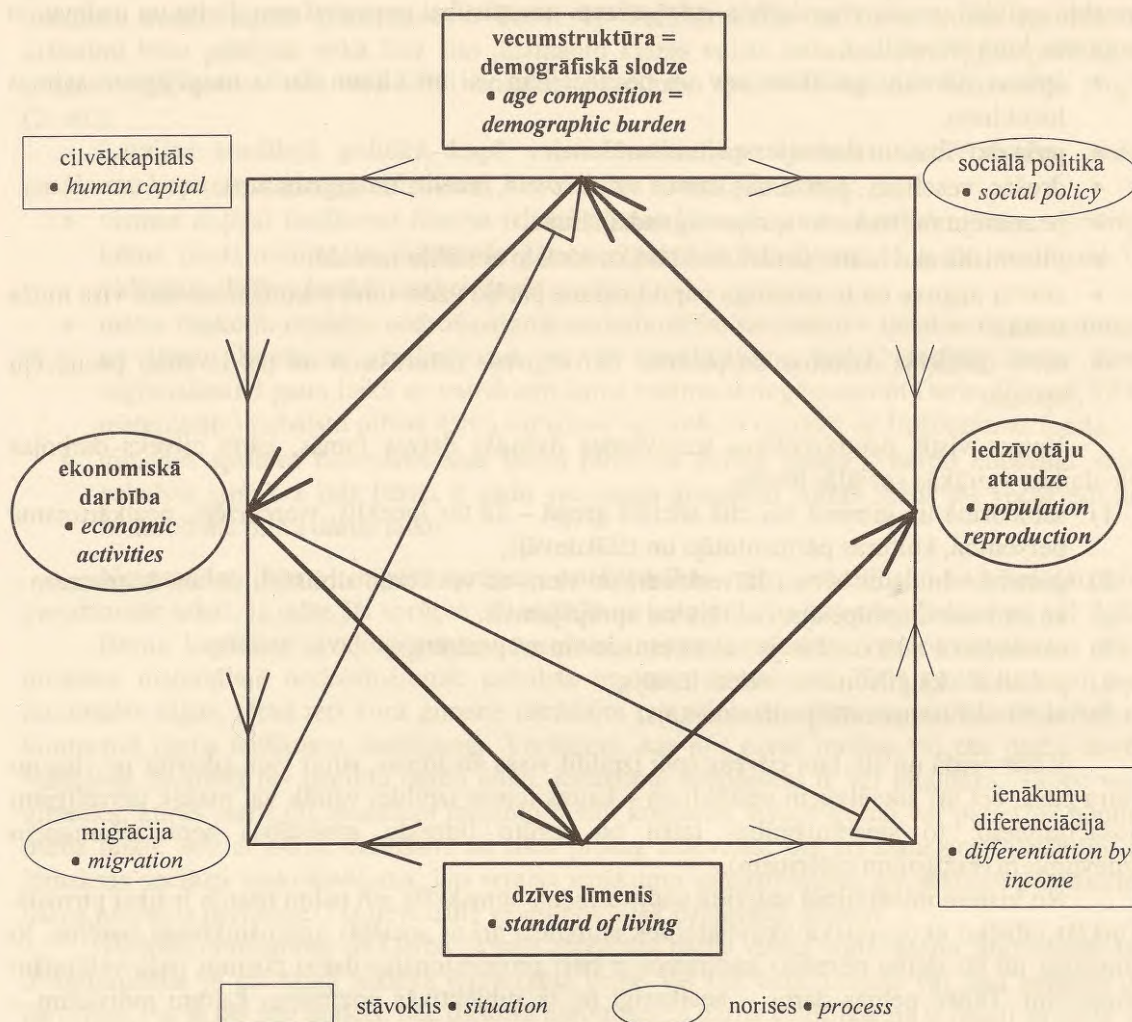
<sup>2)</sup> Cruisen H. et al. Demographic consequences of enlargement of the EU with the 12 Candidate Countries. Statistics Netherlands, Jan 2002: 35

Vēl jo vairāk tas attiecas uz valstīm ar samērā zemu dzīves līmeni, uz kurām migranti netiecas. Gluži otrādi – nabadzīgo valstu jauniešu varbūtējā izejošana uz bagātākajām vēl paātrinātu novecošanos izcelsmes vietās. Tāpēc ekonomiski mazāk attīstītās valstīs gaidāmās novecošanās vājināšanai vienlaikus ar dzimstības veicināšanu būtu jā rūpējas arī par emigrācijas mazināšanu.

Valsts sociālās politikas uzdevums šādos apstākļos ir ne vien izglītības, veselības aprūpes, kultūras tālāka attīstība, nodarbinātības veicināšana un nabadzības novēršana, bet arī tāda tautsaimniecības izaugsmes gaitā gūto ienākumu sadale, kas sekmētu iedzīvotāju skaita un vecumsastāva atjaunošanos. Tikai tā var nodrošināt darbaspēka pastāvīgu papildinājumu ar jauno, mūsdienīgas zinības guvušo maiņu un visa darba potenciāla kvalitatīvu izaugsmi, bez kuras nav domājama investīciju sekmīga apgūšana, jaunu darba vietu skaita palielinājums un labklājības tālākais pieaugums.

**Iedzīvotāju kustības un sastāva mijiedarbība ar citām sociālām parādībām**

**• *Inter-relationships of population reproduction and some other social phenomena***



Savukārt, izvēloties līdzekļus un paņēmienus nosaukto uzdevumu izpildei, izstrādātājiem ir ļoti jāizprot sociālās politikas, respektīvi, cilvēku rīcības ietekmēšanas mehānisms. Cilvēka brīvību respektējošā demokrātiskā sabiedrībā ir izmantojami tikai divu veidu paņēmieni:

- izdevīgāku apstākļu un nosacījumu piedāvājums sabiedrības kopējiem mērķiem vēlamajai rīcībai, un
- izglītības un informācijas piedāvājums, kas ļautu cilvēkiem izvērtēt, cik izdevīga viņam pašam būtu rosinātā rīcība, un arī gūt tādas rīcības īstenošanai nepieciešamās zinības.

Tāpat nedrīkst aizmirst, ka katrs cilvēks darbojas vienlaikus vairākās dzīves jomās – vismaz tautsaimniecībā, ģimenē un politikā vai citās sabiedriskās darbībās. Tāpēc sociālajā politikā izvēlētie stimuli darbībai vienā jomā nedrīkstētu kavēt viņa vēlamu rīcību citā jomā: tas lemtu kādu no mērķiem neveiksmei.

### Indivīda veicamo sociālo lomu mijiedarbība

Sabiedrība un valsts katru no funkcijām kopējo vajadzību apmierināšanai un tam nepieciešamo apstākļu izveidē veic ar specializētu institūciju un tajās strādājošo darbinieku palīdzību. Cilvēki šo funkciju veikšanai tiek piesaistīti ar izpildes rezultātā gūstamiem labumiem – algu, peļņu, dažādām atļaidēm, pabalstiem, balvām, kas veido bagātīgākus vai pieticīgākus ienākumus iztikai un atbilstošam dzīves līmenim. Saprotams, ka lielāks iespējamais gūvums paredzēts to funkciju izpildei, kas valstī noteiktā laikposmā tiek uzskatīts par nozīmīgāko vai steidzamāko.

Atšķirībā no valsts specializētajām institūcijām atsevišķs indivīds viens vai ar ģimenes locekļu palīdzību veic visu dažādo izdzīvošanai un attīstībai nepieciešamo darbu un uzdevumu kopumu, kurā ietverti:

- iztikas līdzekļu gādāšana sev un pēcnācējiem vai arī citiem darba nespējīgiem saimes locekļiem,
- paša dzīvības un darbotiespēju uzturēšana,
- drošas, veselīgas, patīkamas dzīves vides izvēle, izveide un saglabāšana,
- pēcnācēju radīšana, to aprūpe un audzināšana,
- pilsoniskā aktivitāte, piedaloties labāku sociālo apstākļu izveidē,
- zinību apguve un to nemitīga papildināšana pārējo uzdevumu sekmīgai izpildei visa mūža laikā,
- brīvi izvēlētas darbības un patēriņš dzīvotgribas uzturēšanai un tās izveidei pēcnācēju apziņā.

Veicot visus daudzveidīgos uzdevumus dažādās dzīves jomās, katrs cilvēks darbojas vienlaikus vairākās sociālās lomās:

- 1) sabiedrībā un ģimenē vai citā sociālā grupā – kā tās loceklis, vienreizēja, neatkārtojama personība, kultūras pārmantotājs un tālākdevējs,
- 2) ģimenē – būdams bērns, dzīvesbiedrs un viens no vecākiem atbilstoši savam dzimumam – kā gādnieks, aprūpētājs, radītājs vai aprūpējamais,
- 3) ekonomikā – kā uzņēmējs vai darbinieks un arī patērētājs,
- 4) politikā – kā pilsonis un vēlēts lēmējs,
- 5) vidē – kā tās uzturētājs un veidotājs.

Kādā veidā un cik labi cilvēks spēj izpildīt visas šīs lomas, stipri vien atkarīgs ne vien no katra paša, bet arī sociālajiem apstākļiem – katras lomas izpildei vairāk vai mazāk labvēlīgiem nosacījumiem: to savietojamības laikā un iegūto līdzekļu atbilstības nepieciešamajiem izdevumiem (ražīgajam patēriņam).

No visiem minētajiem indivīda uzdevumiem, apmaksāts jeb peļņu nesošs ir tikai pirmais. Turklāt cilvēku ekonomiskā aktivitāte tiek stimulēta arī ar sociālās apdrošināšanas sistēmu, jo izmaksas no tās darba nespējas gadījumos ir tieši proporcionālas darba posmos paša veiktajam iemaksam. Tāpēc peļņas darbs – neatkarīgi no tā subjektīvās nozīmības katram indivīdam – uzskatāms par priekšnosacījumu visu pārējo uzdevumu un lomu izpildei. Pārējo uzdevumu un atbilstošo lomu izpildi nākas vairāk vai mazāk pakārtot vai pieskaņot iztikas gūšanas iespējām un veidiem. Savu ienākumu trūkums, kā zināms, noteic atkarību no citiem visu pārējo lomu izpildē un savu vajadzību apmierināšanā. Savukārt niecīga samaksa zem novērtētos darbos vai pārāk garas darba stundas, lai nopelnītu vairāk, ierobežo pārējo funkciju izpildi gan pēc apjoma, gan kvalitātes. Tostarp – audzināmo bērnu skaitu, viņu attīstībai vecāku veltīto laiku un iegūstamās izglītības pakāpi, sevis paša atpūtas un garīgās bagātināšanās veidu izvēli un pilnvērtību, pilsoniskai darbībai atvēlamo laiku un enerģiju utt.

Tāpat zināms, ka sievietēm papildu grūtības dažādo lomu izpildes saskaņošanā rada bērnu iznēsāšana un krūts barošana, kuras dēļ uz laiku jāpārtrauc peļņas darbs. Pārtraukumam ietilgstot vai atkārtojoties, mātēm savu ienākumu gūšanas iespējas ir ierobežotas kā šo pārtraukumu laikā, tā viņu dēļ arī visā turpmākajā dzīvē [Sk., piem., Gender ... 1998: 2; Poplar ... 2000: 7; Konceptija dzimumu ... 2001: § 2.11 u.c.]. Papildus visām jau minētajām sekām tās izraisa arī sieviešu faktisko nevienlīdzību darba tirgū, izglītošanās un sabiedriskās aktivitātes iespējās,

nodarbību izvēlē utt., kas ir klajā pretrunā ar ANO cilvēktiesību dokumentos un attīstīto valstu, kā arī Latvijas likumdošanā paredzēto abu dzimumu pārstāvju līdztiesību visās dzīves jomās.

Lai šo nevienlīdzību mazinātu un nodrošinātu sev iespējas veikt visas sociālās lomas, pašreizējos apstākļos sievietēm cits nekas neatliek, kā ierobežot savu bērnu skaitu. Kā jau minēts, otro demogrāfisko pāreju pārdzīvojošās valstīs tas kļuvis par vienu no paaudžu nomaiņai nepietiekamā dzimstības līmeņa un iedzīvotāju sastāva augošās novecošanās cēloņiem.

Ne velti XXI gadsimta sākumā Eiropas demogrāfu integrēto pētījumu tīklā saistība starp ģimeni, darbu un dzimumu atzīta par kritisko trīsstūri un attiecīgi – pamattēmu iedzīvotāju ataudzes norišu izpētē [Executive ... 2001: 4]. Turklāt atzīts, ka šo pētījumu rezultāti un atzinumi būtu pilnīgāk nekā līdz šim jāizmanto katras valsts attīstības stratēģijā, politikā un programmās, ņemot vērā visu lomu izpildes nosacījumu īpatnības dažādās iedzīvotāju grupās (2. att.).

Latvijas sociālajā politikā kopš valsts neatkarības atjaunošanas ir ieviests vesels pasākumu kopums to ģimeņu atbalstam, kas audzina bērnus. To starpā:

- vismaz daļējai ienākumu līmeņa izlīdzināšanai ģimenēs ar un bez bērniem – vispārējie bērna piedzimšanas un ikmēneša ģimenes pabalsti līdz bērnu 15 gadu vecumam vai vidējās izglītības iestādes pabeigšanai,
- mātes funkciju izpildes nodrošināšanai nodarbinātām sievietēm – tiesības uz maternitātes un bērnu kopšanas atvaļinājumu, uz šo atvaļinājumu laiku atstātās darba vietas saglabāšanu 3 gadu laikā un vairākiem darba režīma atvieglojumiem Darba likumā, kā arī maternitātes pabalstu pilnas darba samaksas apjomā no sociālās apdrošināšanas fonda,
- ģimenes aprūpes nodrošināšanai bērna pirmajos dzīves gados – bērnu kopšanas valsts pabalsta izmaksa līdz bērna 2 gadu vecumam ģimenēm, kurās viens no vecākiem nav nodarbināts pilnu darba laiku.

Neapstrīdot bērna mājas aprūpes priekšrocības viņa veselībai, nedrīkst aizmirst paredzamās sekas, ja māte šīs aprūpes dēļ atsakās no peļņas darba uz gadu, diviem vai vēl ilgāk.

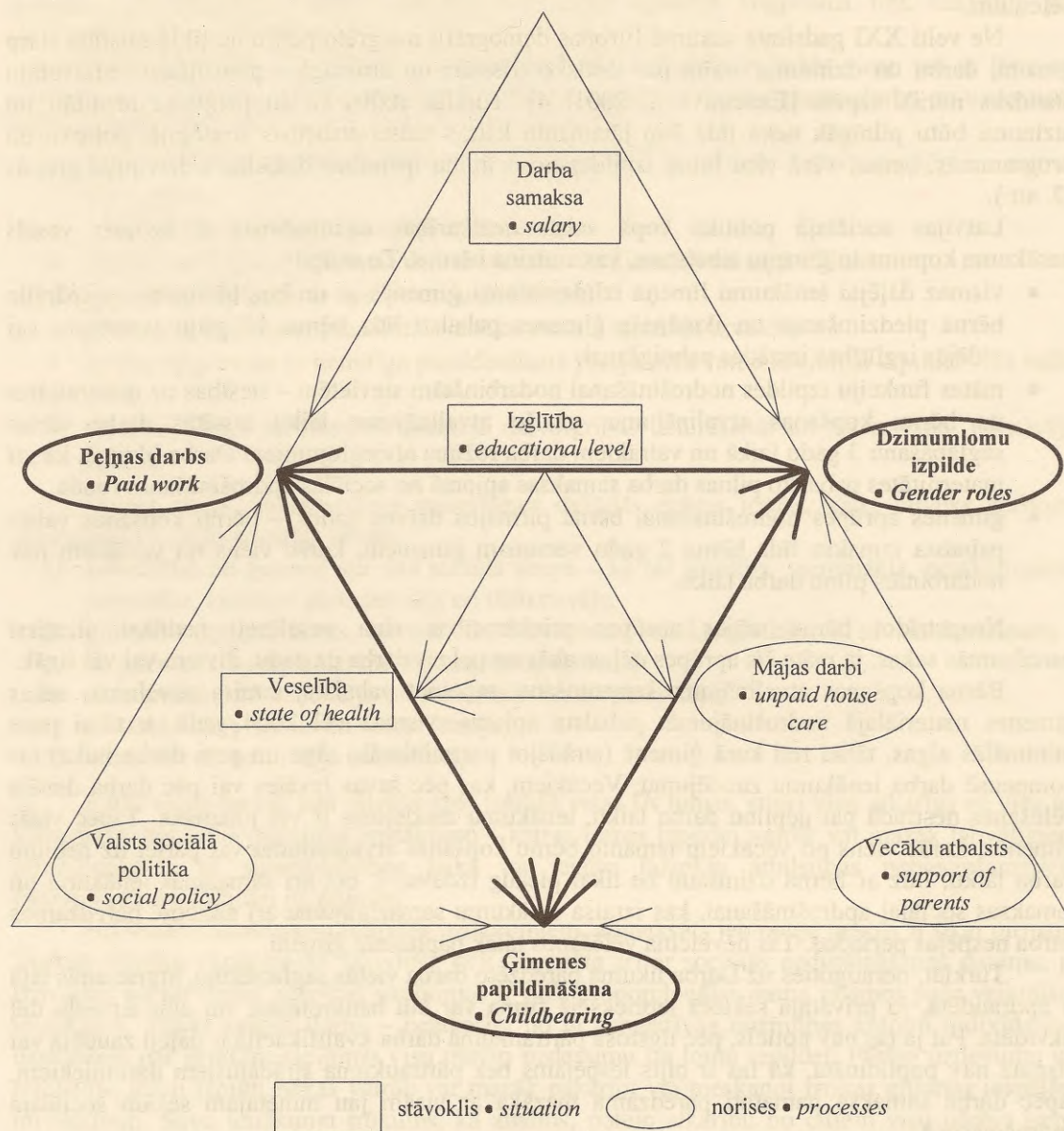
Bērna kopšanas atvaļinājuma izmantošana, saņemot pabalstu, izraisa nevēlamas sekas ģimenes materiālajā nodrošinājumā: pabalsta apjoms, vismaz vēl 2004. gadā, ir tikai puse minimālās algas, tātad reti kurā ģimenē (strādājot par minimālo algu un pusi darba laika) tas kompensē darba ienākumu zaudējumu. Vecākiem, kas pēc savas izvēles vai pēc darba devēja vēlēšanās nestrādā pat nepilnu darba laiku, ienākumu zaudējums ir vēl jūtamāks. Tāpēc visās ģimenēs, kurās viens no vecākiem izmanto bērnu kopšanas atvaļinājumu vai pāriet uz nepilnu darba laiku, līdz ar bērna dzimšanu ne tikai pieaug izdevumi, bet arī samazinās ienākumi un iemaksas sociālai apdrošināšanai, kas izraisa ienākumu samazinājumu arī nākotnē paredzamos darba nespējas periodos. Tas neveicina vēlēšanos tālāk paplašināt ģimeni.

Turklāt, neraugoties uz Darba likumā paredzēto darba vietas saglabāšanu, atgriešanās tajā ir apdraudēta, jo privātajā sektorā iepriekšējā firma var būt bankrotējusi vai citu iemeslu dēļ likvidēta. Pat ja tas nav noticis, pēc ilgstošā pārtraukuma darba kvalifikācija ir daļēji zaudēta vai vismaz nav papildināta, kā tas ir bijis iespējams bez pārtraukuma strādājušiem darbiniekiem, tāpēc darba samaksa pamatoti paredzama mazāka ar visām jau minētajām sekām sociālajā apdrošināšanā.

Tā kā bērnu kopšanas atvaļinājumu dažādu iemeslu dēļ parasti izmanto mātes, turpmākās nodarbinātības iespējas, darba samaksas līmenis un sociālā drošība bērnu kopšanas atvaļinājuma izmantošanas dēļ visbiežāk tiek apdraudēta sievietēm. Līdz ar to netiek gūta iespējamā atdeve no sieviešu izglītošanā ieguldītajiem valsts un ģimeņu līdzekļiem, kas meiteņu lielākas mācību aktivitātes dēļ pārsniedz zēnu izglītošanai tērētos. Augstāk kvalificēta darbaspēka nepilnīga izmantošana un mazāki ienākumi ir ekonomiski visnotaļ neizdevīgi un nesekmē interesi ieguldīt līdzekļus izglītībā.

Tās nav vienīgās nevēlamās sekas. Mātei, pūloties iztikt ar mazākiem ienākumiem nekā pirms bērna dzimšanas, apzinoties šādas situācijas varbūtējo ieilgumu un aprūpējot mazuli bez pārtraukumiem atpūtai, var sākties depresija, kas nebūt nerada labvēlīgus apstākļus bērna veselībai un partnerattiecību noturībai.

**Indivīda galveno sociālo lomu izpildes pamatnosacījumi**  
 • *Determinants for performance of individual's social roles*



Bērna uzturēšanās gandrīz tikai viena cilvēka sabiedrībā, pat ja tā ir visnotaļ rūpīga māte, neveicina jau agrīnā dzīves posmā nepieciešamās komunikabilitātes un citu veidu garīgo attīstību. Turklāt mazulim par nedalīto mātes aprūpi divos pirmajos dzīves gados var nākties maksāt ar nabadzību visā turpmākajā attīstības posmā un ierobežotām izglītības iespējām ar visām tā tālākajām sekām.

Vienīgi ieguvēji no pastāvošajiem bērnu kopšanas pabalsta piešķiršanas nosacījumiem ir vecāki, kas pirms bērna dzimšanas nav strādājuši un tādā ar šo notikumu nekādus darba ienākumus nezaudē. Tādas var būt vai nu ģimenes ar vienīgā pelnītāja ļoti augstiem ienākumiem, kam pabalsts puses minimālās algas apmērā nav būtiski bērna uzturēšanai, vai studentu un bezdarbnieku ģimenes. Tomēr pirmajā gadījumā ir liels risks palikt bez regulāriem ienākumiem varbūtējas apgādnieka nāves gadījumā. Savukārt otrā gadījumā iespēja saņemt pabalstu nerod gatavību meklēt darbu un strādāt par pilnībā oficiālu darba samaksu ar visu

nodokļu nomaksu. Līdz ar to ģimenes ienākumi ir ne vien niecīgi, bet arī nedroši. Tieši no šīs grupas gaidāmi pretendenti uz sociālo palīdzību, kas nodrošina izdzīvošanu, bet ne pietiekamus līdzekļus bērna pilnvērtīgai attīstībai, nemaz nerunājot par visu ģimenes locekļu dzīves kvalitāti.

Turpretī ģimenēm ar abiem pilnu darba laiku nodarbinātiem vecākiem un mātēm, kas vienas audzina bērnus, pašas pelnot sev un viņiem iztiku pilna laika darbā, valsts sociālo pabalstu likuma 7. pantā uz bērna kopšanas pabalstu tiesīgo personu izvēle ir diskriminējoša. Nepiešķirot minēto pabalstu abiem pilnu laiku nodarbinātiem vecākiem, valsts liek saprast, ka neatbalsta vecākus, kas paši pelnī līdzekļus bērnu iztikai un izglītībai, kā arī veic iemaksas sociālās apdrošināšanas fondā, nodrošinot ar to tiesības uz maternitātes pabalstu nākamā bērna dzimšanas gadījumam.

Tāds ierobežojums ir pretrunā ar Eiropas Savienības rekomendācijām par ģimenes lomu un profesionālā darba savienošanas sekmēšanu (piemēram, Nodarbinātības vadlīnijas, 1999), LR MK 2002. gadā akceptētās koncepcijas par atbalstu ģimenēm ar bērniem pamatnostādni: „Valsts uzdevums ir radīt labvēlīgākus apstākļus, kas ļautu ģimenei pašai rūpēties un veicināt tās locekļu attīstību un funkcionēšanu” [Koncepcija ...], kā arī sociālās apdrošināšanas pamatprincipu. Valsts liegtais atbalsts bērnu aprūpes izdevumu segšanai pilnu laiku nodarbināto ģimenēs var būt viens no iemesliem bērnu skaita ierobežošanai. Nebūs lieki atgādināt, ka lielākas darba iespējas un arī augstāka samaksa ir izglītotākiem darbiniekiem, kas var nodrošināt arī pilnvērtīgāku audzināšanu, abiem vecākiem biežāk un daudzveidīgāk nodarbojoties ar bērniem [Ģimenes ... 1998: 82]. Tāpēc bērnu skaita ierobežošana šādās ģimenēs ir īpaši nevēlama.

Balstoties uz izklāstītajiem apsvērumiem, jāsecina, ka pastāvošie bērnu kopšanas pabalsta piešķiršanas nosacījumi nenodrošina ienākumu līmeņa starpības mazināšanu ģimenēs ar un bez bērniem, un tāpēc praktiski neveicina vecāku vairākuma pašu vēlamā un paaudžu nomaīņai nepieciešamā bērnu skaita (vismaz 2) audzināšanu ģimenēs [Pavlina, Eglīte ... 2002: 50-53]. Tas nozīmē, ka valsts sociālā politika šai jomā nedod tautas nākotnei vēlamo rezultātu un tāpēc tā būtu jāmaina.

### Sociālās politikas pilnveides virzieni

Izklāstā par sieviešu nodarbinātības un dzimstības mijiedarbību gan savā starpā, gan ar vecāku un bērnu attīstības iespējām, šķiet, pietiekami pārliecinoši parādās visu galveno sociālo norišu savstarpējā saistība. Tas lieku reizi apliecina minētā metodiskā principa pareizību par kopējo valsts sociālās attīstības mērķu formulēšanas nepieciešamību pirms to ietekmējošās politikas īstenošanas atsevišķās sociālās dzīves jomās.

Ja uzskatām par vēlamu Latvijas ilgtspējīgu attīstību ar zināšanās balstītu tautsaimniecību, tad pasākumi iedzīvotāju sastāva atjaunināšanai nedrīkst kavēt visu bērnu pilnvērtīgu attīstību un iespējami tālu izglītošanos, tāpat kā visu pieaugušo iegūto zinību izmantošanu un viņu aktīvu dalību ekonomiskā darbībā un valsts pārvaldē.

Tālākajā darbā katra jau pieņemtā un ierosinātā likumdošanas norma jāizvērtē pēc tās varbūtējām sekām un ietekmes uz visām saskarīgajām norisēm. Pretrunu gadījumā kāda no šīm normām attiecīgi jāmaina, arī jaunajam variantam izvērtējot paredzamās tiešās un netiešās sekas.

Kā jau minēts, Latvijai dzimstības paaugstināšana ir vienīgā iespēja izvairīties no līdzšinējos apstākļos draudošās tautas izmiršanas [Eglīte ... 2003: 102]. Tādēļ ministrijām, kas nodarbojas ar sociāliem pabalstiem, kā arī bērnu un ģimenes lietām, būtu, pirmkārt, jānovērš galvenie cēloņi bērnu skaita ierobežošanai ģimenēs un to starpā – ģimeņu materiālā stāvokļa pasliktināšanās līdz ar bērnu dzimšanu. Šai nolūkā daudz varētu līdzēt, mainot aplūkotā bērnu kopšanas pabalsta saņemšanas nosacījums, piešķirot tiesības uz to neatkarīgi no vecāku nodarbinātības, t.i., pilnīgā saskaņā ar tā nosaukumu – visām ģimenēm, kurās jākopj jaundzimušie. Abiem nodarbinātajiem vecākiem tas atvieglotu iespējas algot bērna pieskatīšanai profesionālu aukli un saglabāt visu ģimenes locekļu drošas nākotnes izredzes. Mātes atsacīšanās no vienīgās aprūpētājas un pieskatītājas lomas nebūt nenozīmē viņas mazāku ieinteresētību bērnu labklājībā, bet gan lielāku atbildību par viņu attīstībai nepieciešamo līdzekļu pietiekamību un savu darbaspēju un dzīvesprieka ilgstošu uzturēšanu. Tādējādi māte bērnam patiesi varētu būt ne vien fiziska aprūpētāja un sieviešu pieticīgās sociālās lomas piemērs, bet drīzāk

atdarināšanas vērts paraugs. Savukārt mātei šāds valsts atbalsts bērnu aprūpē neizraisītu tādu ienākumu samazinājumu un profesionālā darba traucējumus, kas patreiz mēdz novest pie atsacīšanās no otra un trešā bērna.

Zviedrijā, piemēram, ir jau konstatēts, ka XX gs. otrajā pusē dzimstība – pretēji līdzšinējiem uzskatiem – ir palielinājusies vienlaikus ar sieviešu nodarbinātības pieaugumu un mazinājusies reizē ar sieviešu ekonomiskās aktivitātes vājināšanos. Un tas tiek izskaidrots tieši ar ģimeņu drošību par nākotni [Lofstrom ... 2001: 14].

Latvijas valdības akceptētajā koncepcijā „Valsts ģimenes politika” (2002) jau paredzēts: ”nodrošināt iespējas abiem vecākiem savienot darbu ar ģimenes dzīvi. Īpaša uzmanība būtu jāvērs uz vienādu iespēju nodrošināšanu abiem vecākiem iesaistīties gan algotā darbā, gan arī bērnu audzināšanā” [Koncepcija ... 2002].

Diemžēl šīs neapstrīdami pareizās nostājas īstenošanai paredzēto darbības virzienu vidū kā pirmais ir minēts: „Sekmēt, ka vecāki izmanto Darba likumā paredzētās tiesības izmantot bērna kopšanas atvaļinājumu”, ne vārda neminot par pabalsta saņēmēju loka paplašināšanu. Tādēļ, visnotaļ atbalstot vecāku **tiesības** uz savas rīcības izvēli un iespējām izmantot minēto atvaļinājumu, ar bērnu kopšanas pabalsta saņēmēju loka ierobežošanu nedrīkstētu arī **liegt** vecākiem valsts atbalstu cita bērnu uzraudzības veida izvēles gadījumā. Vēl jo vairāk tāpēc, ka jebkuri ierobežojumi provocē dažu labu jauno māti un viņas darba devēju uz likuma apiešanu, uzdototies par nepilnu laiku nodarbinātām (sīkāk skat. Pavlinas rakstā šai izdevumā). Turklāt šiem ierobežojumiem nav ekonomiska pamatojuma, un tā izmaksa visām ģimenēm neprasa no valsts budžeta astronomiskus izdevumus.

Gadsimtu mijas gados bērnu kopšanas pabalstu saņēma aptuveni 80% no 1,5 gadu veco bērnu vecākiem. Tātad tā izmaksai arī abiem pilnu laiku nodarbinātiem vecākiem būtu nepieciešams šo izmaksu kopapjoma palielinājums tikai par 20%. Taču tas varētu dot jūtamu situācijas uzlabojumu dzimstībā un dzimumu līdztiesības jomā: ievērojami saīsinātos mātes darba pārtraukumu ilgums un tātad arī to negatīvā ietekme uz konkurētspēju darba tirgū.

Par bērnu kopšanas pabalsta izmaksu neatkarīgi no vecāku nodarbinātības jau 1994. gadā izteicās vidēji 90% ģimeņu ar 3 gadus veciem bērniem, kas tika aptaujāti, veicot Labklājības ministrijas pasūtīto pētījumu par valsts atbalsta veidu ģimenēm atbilstību ģimeņu vēlmēm [Eglīte ... 1995: 39., 45]. Labklājības ministrijas 2002. gadā pasūtītajā pētījumā par bērnu kopšanas pabalstu, tā efektivitāti un vēlamajiem izmaksas periodiem konstatēts, ka pabalsta apjoms pat pēc tā paaugstināšanas ar 1998. gada jūliju līdz ½ minimālās algas ir pārāk mazs, lai kompensētu visas vai puses algas zaudējumu, kas ir nosacījums pabalsta saņemšanai, turklāt vairākumam atvaļinājuma izmantotāju rodas risks palikt bez darba un zaudēt kvalifikāciju [Pētījums ... 2002: 10-11]. Apspriežot Ministru prezidenta 2003. gadā ierosināto aplūkojamā pabalsta izmaksu bērna pirmā dzīvības gada laikā mātes vai tēva algas apmērā, universālu bērna kopšanas pabalstu atbalstīja Latvijas Brīvo arodbiedrību savienība un arī Latvijas Darba devēju konfederācija. Pēc viņu domām, noteicot pabalstu minimālās algas apjomā visiem vecākiem, kas vairāk atbilstu visās ģimenēs daudz maz līdzīgajiem izdevumiem bērna uzturam un aprūpei, to varētu izmaksāt divus gadus, t.i., līdz vecumam, kad bērnus uzņem bērnu dārzā [Latvijas Vēstnesis ... 2003. 4. dec.]. Līdz ar to bērna dzīves otrajā gadā, kad mazgadīgajam vajadzīga vai nu nestrādājošu vecāku vai algotas aukles uzraudzība, ģimenei nebūtu jāpiedzīvo krass ienākumu līmeņa samazinājums, kas var negatīvi ietekmēt viņu gatavību piedzīvot kaut ko līdzīgu ar otru un trešo bērnu.

Patstāvīgas – ekonomiski aktīvas un augošas – ģimenes atbalstam tālākajā bērna dzīves posmā, t.i., pēc 2 gadu vecuma sasniegšanas un bērnu kopšanas pabalsta izmaksu beigām, būtu jānodrošina iespējas izmantot bērnu dārzus vai citus bērnu dienas aprūpes veidus, piešķirot tiem nodokļu atlaides u.tml.

Diemžēl orientācijai uz ekonomiski patstāvīgiem vecākiem ir savas ēnas puses. Labi apmaksātas darba vietas ieņemšanai nepieciešams pietiekami augsts izglītības līmenis, ko mēdz sasniegt 23-25 gadu vecumā. Pēc tam vismaz pusgadu jāstrādā, lai iegūtu pieredzi un darba devējam pierādītu sevi kā vērtīgu darbinieku. Tādējādi ģimenes ekonomiskās labklājības un drošības izveide noved pie ģimenes papildinājuma novilcināšanas: attīstītākajās Eiropas Savienības valstīs mātes vidējais vecums dzimstot pirmajam bērnam, jau svārstās no 26 līdz 29 gadiem. Latvijā tas vēl tikai nedaudz pārsniedz 24 gadus, taču turpina palielināties [Latvijas

demogrāfijas ... 2003: 79, 191]. Skaidrs, ka pārmērīgi novilcinot pirmā bērna dzimšanu, nākamo dzimšana bīstami pietuvojas auglīgā vecuma beigām, kad var vienkārši nepaspēt laist pasaulē vairākus bērnus. Turklāt mātes un līdz ar to arī bērna veselībā pieaug dažādu traucējumu varbūtība. Tāpēc vairāki Eiropas demogrāfi ir nonākuši pie domas, ka mūsdienās dzimstības veicināšanai jāizvēlas tādi līdzekļi, kas rosinātu pārus novilcināt ģimenes paplašināšanu [Lutz ... 2003: 1991; Miettinen ... 2003]

Vairākuma pirmo bērnu radīšanu tam optimālā mātes vecumā veicinātu izglītības iegūšana iespējami īsākā laikā, kā arī augstākās izglītības pabeigšana jau pēc mazuļa parādīšanās. Latvijā pirmo kavē zemais dzīves līmenis ar tā izraisīto nepieciešamību lielai daļai studentu studiju laikā strādāt un līdz ar to bieži vien iekavēt programmas apguvi un diploma saņemšanu. To varētu novērst, uzlabojoties studentu materiālajam nodrošinājumam. Otrs būtisks iemesls ir maternitātes pabalsta izmaksa tikai sievietēm, kas vismaz pusgadu ir strādājušas un maksājušas sociālo nodokli. Tātad vēlāk sākušas studijas vai atlikušas ģimenes papildināšanu par vismaz pusgadu pēc studiju beigām. Lai tā nenotiktu, sekojot Starptautiskās Darba organizācijas 102. konvencijas ieteikumam, Latvijā būtu lietderīgi maternitātes pabalstu izmaksāt arī tām mātēm, kas atrodas sociāli apdrošinātu cilvēku apgādībā. Tas papildus veicinātu laulātību un jauno vīru ieinteresētību maksāt sociālo nodokli. Atbilstošs grozījums Latvijas sociālās apdrošināšanas likumā jau tika pieņemts 1998. gadā, taču drīzumā atkal atcelts, jo budžetā tam nebija paredzēti līdzekļi. Augstāk minēto apsvērumu dēļ būtu vērts atgriezties pie šīs likuma normas atjaunošanas.

### Secinājumi

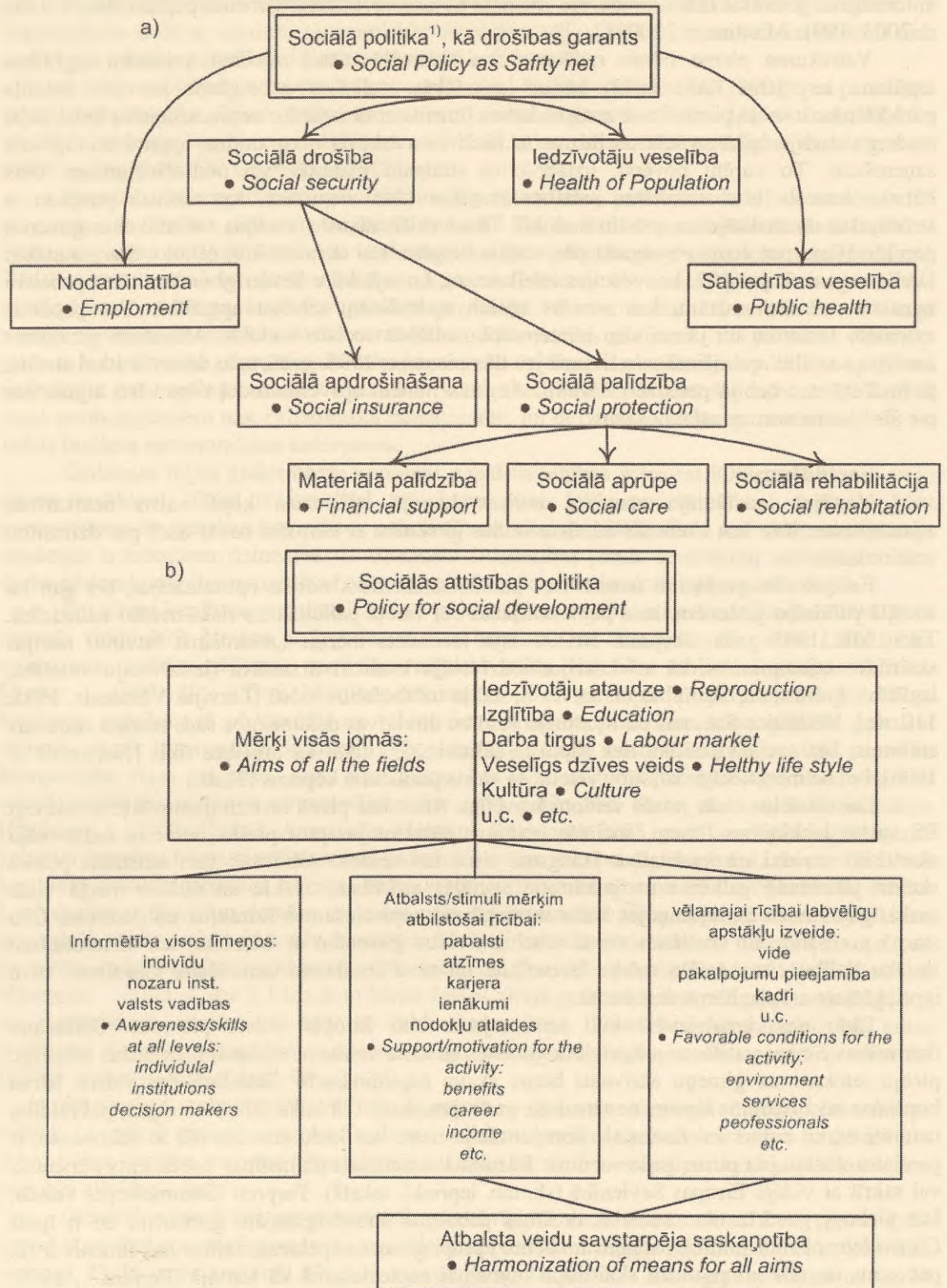
Vērtējot iedzīvotāju ataudzes norises Latvijā laikposmā kopš valsts neatkarības atjaunošanas, līdz šim īstenotos atbalsta veidus ģimenēm ar bērniem nevar atzīt par dzimstību veicinošiem.

Faktiski šie pasākumi nemaz nav paredzēti ataudzes norišu optimizācijai, bet gan kā sociālā palīdzība ģimenēm, kam paplašināšanās dēļ varētu palielināties risks nonākt nabadzībā. Tikai MK 1995. gada rīkojumā Nr.391 bija formulēts mērķis „nodrošināt latviešu nācijas skaitlisko atjaunošanos, kā arī Latvijas iedzīvotāju kvalitatīvā sastāva (iedzīvotāju veselība, izglītība, kultūra un tikumība) un dzīves apstākļu uzlabošanas valstī [Latvijas Vēstnesis, 1995, 110. nr.]. Vēlākajos Saeimas un līdzšinējo valdību direktīvas dokumentos šāds mērķis vairs nav atkārtots, bet sociālā politika tiek saprasta sašaurināti, - tikai kā drošības tīkls [Nacionālā ... 1998], bet ne mērķtiecīgu attīstību veicinošu valsts pasākumu kopums (3. att.).

Lai situāciju visās jomās veidotu labvēlīgu Attīstības plānā izvirzītajam mērķim sasniegt ES valstu labklājības līmeni, sociālās politikas jēdziens jāsaprot plašāk, ietverot iedzīvotāju skaitlisko ataudzi un kvalitatīvo izaugsmi visos tās veidos. Atbilstoši tam attīstības plānos skaidri jāformulē galvenie un pakārtotie sociālās attīstības tuvākie un tālākie mērķi visās saskarīgajās nozarēs, saskaņojot katra sasniegšanai nepieciešamos līdzekļus un darbības. Cita starpā tas palīdzētu izvēlēties tādas atbalsta veidus ģimenēm ar bērniem, kas neierobežotu vecāku dalību citu sociālo mērķu īstenošanā un savu ienākumu uzturēšanā maksimāli tuvu iepriekšējam arī pēc bērna dzimšanas.

Tādu pasākumu izvēlē lieti izmantojama citu Eiropas valstu pieredze. Salīdzinot dzimstības līmeni valstīs ar atšķirīgiem ģimenes atbalsta veidiem, uzskatāmi izpaužas atšķirīgo pieeju ietekme uz ģimeņu aktivitāti bērnu skaita papildināšanā. Skandināvijas valstīs bērna kopšanas atvaļinājuma ilgums nepārsniedz gadu, izmaksājot tā laikā līdz 80% algas; pašvaldību uzturēti bērnu centri vai finansiāla kompensācija tiem, kas kādu iemeslu dēļ to neizmanto, ir pieejami visiem jau pirms gada vecuma. Rezultātā summārais dzimstības koeficients pārsniedz vai sakrīt ar vidējo Eiropas Savienībā (sk. tab. iepriekš. tekstā). Turpretī Rietumeiropas valstīs, kur piekopj gandrīz tikai sociālās drošības pabalstus nabadzīgākajām ģimenēm, un it īpaši Dienvidēiropā, kur pilnībā paļaujas uz bērnu aprūpi ģimenes spēkiem, dzimstības līmenis ir tik pat zems un tāls no paaudžu skaitliskai nomaīnai nepieciešamā kā Latvijā [Ferrera ... 1996; Wintersberger, 1999].

### Sociālās politikas struktūra • Parts of Social Policy



<sup>1)</sup> Avots: Sociālā palīdzība Latvijā 2000. R, LM Sociālās palīdzības fonds. 2001., 134. lpp.

Dzimstības veicināšanai Latvijā vēlams pilnveidot jau pastāvošo pabalstu piešķiršanas nosacījumus, padarot tos taisnīgākus pret nodarbinātiem vecākiem un paplašinot saņēmēju loku. Jau atkārtoti ir ierosināts:

- piešķirt maternitātes pabalstu minimālās algas apmērā vēl pusgadu nestrādājušām, bet citu apdrošinātu personu apgādībā esošām mātēm, kuru starpā ir arī studentes. Tas ne tikai papildinātu ģimenes ienākumus bērnu vajadzībām, bet vienlaikus novērstu dažu labu abortu un ģimenes papildināšanas atlikšanu uz vēlāku laiku, kamēr jau var izrādīties par vēlu vairāku bērnu audzināšanai;

- izmaksāt bērnu kopšanas pabalstu patreizējā vai LM īpašās darba grupas (2004. gadā) par labāko atzītā apmērā arī pilnu laiku strādājošām mātēm. Tas sekmētu ģimenes kopējā budžeta saglabāšanos tuvu tam līmenim, kādu tā baudījusi pirms jaunā ēdāja parādīšanās un novērstu nepieciešamību krāpties ar fiktīvām darba devēja izziņām par nepilno darba laiku, lai iegūtu tiesības uz bērnu kopšanas pabalstu. Savukārt faktiski izmantotā bērnu kopšanas atvaļinājuma saīsināšana līdz aptuvenam krūts zīdīšanas perioda ilgumam mazinātu sieviešu diskrimināciju darba tirgū un kopējās ienākumu gūšanas iespējās, reizē ar to radot viņām drošības sajūtu par iztikas avotiem visos turpmākos dzīves gados, bez kuras būtu bezatbildīgi izšķirties par vairākiem bērniem ģimenē;

- vidusskolās ieviest obligātu veselības mācības kursu ar tēmām, kādas par agru apgūt sākumskolā vai 5. klasē, ar ko pagaidām aprobežojas šo zinību pasniegšana. Vidusskolu, arodvidusskolu un koledžu jauniešiem jādod iespēja apgūt ne vien zinības par dzimumattiecību fizioloģiju, higiēnu un aizsargāšanos no nevēlamas grūtniecības, bet arī abu dzimumu garīgās saskarsmes prasmes un abu atbildība par gaidāmajiem bērniem, dzimumu līdztiesības principi un to īstenojuma veidi ģimenē, nepieļaujot, neprovocējot un nepieciešot nekāda veida vardarbību;

- atrast un iedalīt valsts budžetā līdzekļus vecāku mācībām, lai apgūtu paņēmienus pienākumu labākai izpildei bez kādas vardarbības, kā arī par bērnu tiesībām, visām iespējām saņemt atbalstu ģimenēm, alimentu piedziņas iespējām utt.; vecāku lielākai ieinteresētībai apmeklēt šādus kursus varētu apsvērt iespējas to beigšanu saistīt ar tiesībām uz kādu no pabalstiem vai šāda pabalsta apjomu;

atjaunot bērnu dārzus tiem būvētajās, bet pašreiz citādi izmantojamās ēkās un izveidot jaunus līdz pilnai pieprasījuma apmierināšanai pēc vietām tajos no gada vai pat pusgada vecuma.

#### Avoti:

Aasland, Aadne. Social Progress in Latvia. In : Latvia Welfare Reform – Present and Future. Ministry of Welfare of LR; UNDP, Rīga, 2002: 43-53

Attīstības plāns. [www.rppp.gov.lv//latviski/dokumenti](http://www.rppp.gov.lv//latviski/dokumenti)

Crujnsen H., Eding H., Gjaltema T. Demographic consequences of enlargement of the European Union with the 12 Candidate Countries. Statistics Netherlands, 2002: 59

Eglīte P. Family policy during the transition period in Latvia. Humanities and Social Sciences 2(7)95: 28-47

Eglīte P., Ivbulis B. Latvijas darba potenciāla prognoze laikposmam līdz 2020. gadam. Latvijas darba potenciāls un tā atjaunošanās iespējas XX-XXI gs. mijā. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem / Nr.5. Rīga: LZA Ekonomikas institūts, 1999, -124 lpp.

Eglīte P., Markausa I.M., Gņedovska I., Ivbulis B. Latvijas iedzīvotāju sastāvs, izvietojums un tā pārmaiņu izredzes XXI gadsimta 1. ceturksnī. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem / Nr. 10. Rīga: BO SIA LZA Ekonomikas institūts, 2003, 140 lpp.

Eglīte P., Mežs I. Latvijas kolonizācija un etniskā sastāva izmaiņu cēloņi 1944.-1990. gadā / Latvijas vēsturnieku komisijas raksti 7. sēj., Rīga, 2002: 405.-443.

Executive Report. Workshop on „Gender Relations, Family Building and Patterns of Work”, 29 Nov-1 Dec, 2001, Oudenaarde, Belgium, P.32

- Ferrera, Mauricio. The Tour Social Europe's: Between Universalism and Selectivity/European University Institute Working Papers: A New Social Contract? RSC No 96/93, pp.18
- Goujon Anne, Lutz Wolfgang. Future Human Capital: Population Projections by Level of Education. 2003 ([www.earthscan.co.uk](http://www.earthscan.co.uk)).
- Gender Equality Nordic News 1: 98, Oslo, Nordic Council of Ministers
- Ģimenes situācija Latvijā. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem / Nr.3. Autori: P.Eglīte, I.Pavlina, I.M.Markausa, I.Ģņedovska, B.Ivbulis, I.-B.Zariņa. Rīga: LZA Ekonomikas institūts, 1999, -98 lpp.
- Karnīte R. Inetr-relationships of Social and Economic Development. In: Latvia Welfare Reform – Present and Future. Ministry of Welfare of LR; UNDP, Riga, 2002: 23-29
- Koncepcija dzimumu līdztiesības īstenošanai. Latvijas Vēstnesis, 2001. g. okt.
- Koncepcija „Valsts ģimenes politika” Latvijas Vēstnesis, 2000. g. 10. febr.
- Kowalska Irena. Demographic changes and family policy in Polaand: attitudes and behaviours. Paper at European Population Conference, Warsaw, 2003
- Latvijas demogrāfijas gadagrāmata 2001. Latvijas Republikas Centrālā Statistikas pārvalde, Rīga, 2001
- Lofstrom Asa and Westerberg Thomas. Obstacle or Prerequisite? The Role of Economic and Social Conditions for the Swedish Birth Rates 1965-1998. Paper written to the European Population Conference, Helsinki 7-9 June 2001: 26
- Lutz Wolfgang. Will Europe be short of Children? / Family Observer, EC, 1999: 8-16
- Lutz Wolfgang, O'Neill Brian, Scherbov Sergei. Europe's Population at a Turning Point. Science, vol.299, March 2003: 1991-1992
- Lutz W., Scherbov S. Can Immigration Compensate for Europe's Low Fertility? European Demographic Research Papers, Vienna, 2003 No 1: 16
- Miettinen Anneli. Time or money? The preference of family policy measures among 20-40 year old Finnish men and women. Paper at European Population Conference, Warsaw, 2003
- Menniti Adele. Attitudes on Childbearing in Italy. Demotrends, No 2, 2003: 7
- Nacionālais attīstības plāns, LR Ekonomikas ministrija, 2001.  
[www.rppp.gov.lv/latviski#nacionalattplan](http://www.rppp.gov.lv/latviski#nacionalattplan)
- Nacionālā programma “Latvijas iedzīvotāji” Latvijas Vēstnesis, 1998. 2. dec.
- Par demogrāfiskās situācijas uzlabošanu. MK rīkojums No 391. Latvijas Vēstnesis, 1995. g. 19. jūn.
- Pavlina I., Brants M. Valdības deklarētā demogrāfiskā politika un tās īstenojums Latvijā. LZA Vēstis. A. 2002, 56. sēj., 22.-33. lpp.
- Pavlina I., Eglīte P. Vecāku viedokļi par ģimenes pieaugumu. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem Nr. 9. Rīga: LZA Ekonomikas institūts, 2002, 48.-59. lpp.
- Pētījums par bērna kopšanas pabalstu, tā efektivitāti un vēlamajiem izmaksu periodiem. Labklājības Ministrijas sociālās politikas pētījumu rezultāti 2002. gadā, 2003: 9-12. lpp.
- Poplar Newsletter. Published by the Demographic Research Institute, Hungarian Central Statistical Office, 2000/1: 8
- Stankuniene Vlada. Family policy in Lithuania: assessments and needs. In: Population of Central and Eastern Europe: Challenges and Opportunities, Warsaw, 2003: 597-616
- Valsts sociālo pabalstu likums [www.likumi.lv/doc.php?id=68483](http://www.likumi.lv/doc.php?id=68483)
- Wintersberger Helmut. Work viewed from a Childhood Perspective. Family Observer. European Observatory on Family Matters, EC 1999: 18-24

Iveta Pavlina

## Nodarbinātības pārtraukums bērna kopšanai: vecāku viedokļi un pieredze

Bērnu radīšana vai atteikšanās no bērniem ir indivīda (ģimenes) personiska vēlme, bet tai ir nozīme sabiedrības attīstībā un būtiskas sociālas sekas gan ģimenei, gan sabiedrībai kopumā. Izvēli radīt bērnus ietekmē dažādi nosacījumi un apstākļi, viens no tiem ir tiesiskais aspekts – likumdošanā noteiktie atvieglojumi un valsts atbalsts ģimenēm ar bērniem. Mūsdienā Latvijā, kad vienam pelnītājam uzturēt ģimeni ir pagrūti, kad sieviete vēlas apliecināties arī profesionālajā jomā, apvienojot to ar bērnu audzināšanu, svarīgi, lai mātes lomas īstenojumu varētu savienot ar nodarbinātību, lai bērns nebūtu cēlonis ģimenes dzīves apstākļu pazeminājumam, kas, savukārt, var ietekmēt lēmumu par bērnu radīšanu, proti, atteikšanos vispār vai apstāšanos pie viena.

### Valsts pabalsti, to piešķiršanas nosacījumi un atbilstība ģimeņu situācijai

Piedzimstot bērnam, ģimenes materiālie izdevumi pieaug, toties ienākumi vairumam samazinās. Kompensācijai paredzēti vairāki valsts atbalsta veidi, arī ģimenēm ar bērniem paredzētie pabalsti, kuriem ir dažādi piešķiršanas principi un atsevišķi ierobežojumi saņemšanā. Visiem izmaksājams ir vienreizējais bērna piedzimšanas pabalsts. Bērna piedzimšanas pabalsts paredzēts, lai iegādātos bērnam nepieciešamās lietas. Kopš 01.10.1997. pabalsta lielums ir Ls 98,-. Ja grūtniecības aprūpe uzsākta līdz 12. nedēļai, pabalstu izmaksā dubultā apmērā [MK not.Nr.325] Bērna piedzimšanas pabalsta lielumam vajadzētu atbilst 50% no zīdaiņa pūriņa vērtības. Tā kā pabalsta lielums nav mainīts kopš 1997. g., pēc CSP aprēķiniem tā lielums 2003. g. 1. janvārī nosedza tikai 33% no pūriņa vērtības. Tāpēc ar 2005. gadu ir domāts to palielināt.

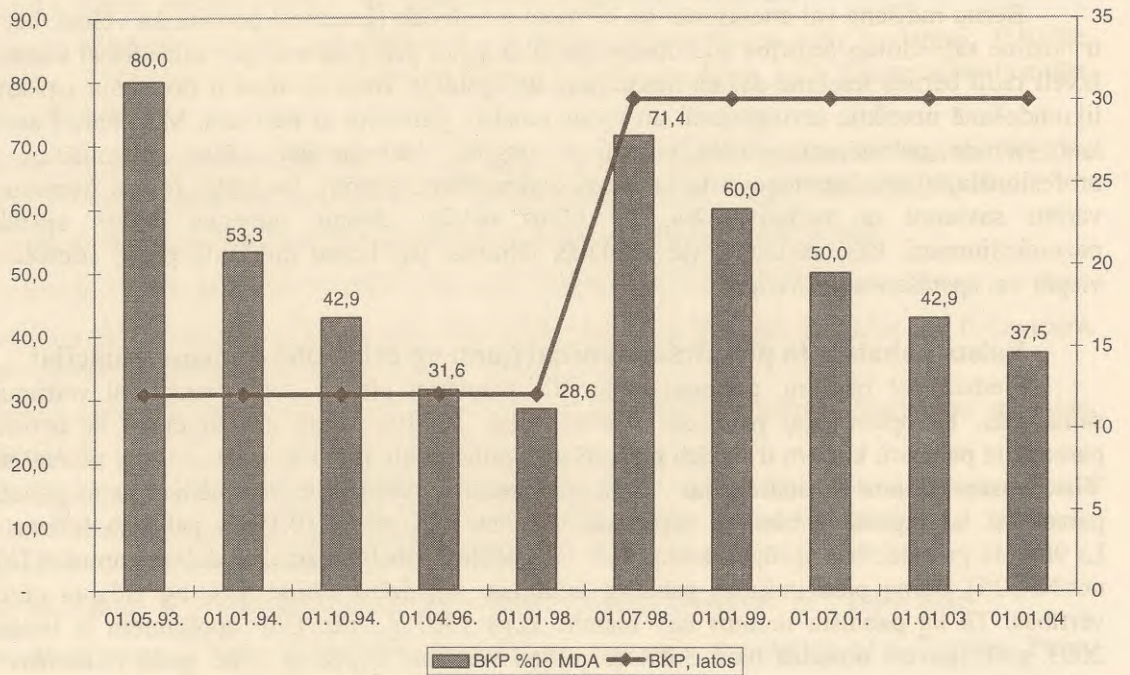
Otrs universāls, bet katru mēnesi izmaksājams, ir ģimenes valsts pabalsts. Šī pabalsta lielums atkarīgs no bērnu dzimšanas secības: par pirmo bērnu Ls 6,- par nākamajiem vairāk: par otro Ls 7,20, par trešo 9,60, par ceturto un tālākajiem 10,80.

Ja māte ir sociāli apdrošināta, tiek maksāts maternitātes pabalsts. Tas kompensē ienākumu zudumu simtprocentīgā iepriekš saņemtās algas apmērā tikai par pirmajiem diviem mēnešiem. Maternitātes pabalstu saņem 50-60% māmiņu.

Viens no ģimenes atbalsta pasākumiem, lai daļēji kompensētu zaudētos ienākumus sakarā ar bērna piedzimšanu, ir no valsts budžeta maksātais bērna kopšanas pabalsts. Sešus gadus pabalsta lielums netika mainīts: laikā no 1992. g. novembra līdz 1998. g. vidum par bērna vecumā līdz pusotram gadam aprūpi mēnesī tika maksāti Ls 12,-. Pabalsta lielumam ilgstoši paliekot nemainīgam, zūd tā nozīmība (1. attēls). No 1998. gada 1. jūlija pabalsts par bērnu vecumā līdz pusotram gadam, tika paaugstināts līdz Ls 30,-. Bērna kopšanas pabalsts par bērniem vecumā līdz pusotram gadam pēc tā palielināšanas bija 71,4% no minimālās darba algas vai 31% no strādājošo vidējās neto algas 1998. gadā. 2002. gadā attiecīgi 50% un 24%, jo gan minimālā, gan vidējā alga ir palielinājusies, bet pabalsta lielums palicis nemainīgs (1. un 2. attēls).

Līdz 2002. gada beigām bērna kopšanas pabalsts tika maksāts personām, kuras aprūpēja bērnus līdz trīs gadu vecumam. 2003. gada 1. janvārī stājās spēkā jaunais Valsts sociālo pabalstu likums. Saskaņā ar šī likuma 7.pantu bērna kopšanas pabalstu piešķir personai, kura kopj bērnu līdz divu gadu vecumam. Tomēr tika saglabāts nosacījums, ka pabalsts tiek maksāts, ja persona, kas kopj bērnu, nav nodarbināta (nav uzskatāma par darba ņēmēju vai pašnodarbināto saskaņā ar likumu "Par valsts sociālo apdrošināšanu") vai ir nodarbināta un atrodas bērna kopšanas atvaļinājumā, vai atbilstoši MK noteiktajai kārtībai strādā nepilnu darba laiku un ja bērna māte nesaņem maternitātes pabalstu. Bērna kopšanas pabalsta apmērs nav atkarīgs no bērnu skaita [Valsts sociālo...]. MK noteikumi Nr.349, 01.07.2003. nosaka, ka personai, kura nodarbināta nepilnu darba laiku, ir tiesības uz pabalstu, ja tā strādā ne vairāk kā 20 stundas nedēļā. Pabalsta apmērs ir atkarīgs no bērna vecuma: personai, kura kopj bērnu vecumā līdz pusotram gadam – 30 latu mēnesī, vecumā no pusotra līdz diviem gadiem – no

01.01.2006. būs 22 lati mēnesī, pagaidām 7,50 lati mēnesī. Personām, kurām pabalsts piešķirts līdz 2002. gada 31. decembrim, pabalstu turpina maksāt līdz bērna triju gadu vecuma sasniegšanai, kā arī saglabājas iepriekšējie nosacījumi par apmēru un nepilno darba laiku (20 un 34 stundas nedēļā).



Avots: • Source: Latvijas statistikas gadagrāmata 2003. LR CSP. Rīga. 2003., 64. lpp.

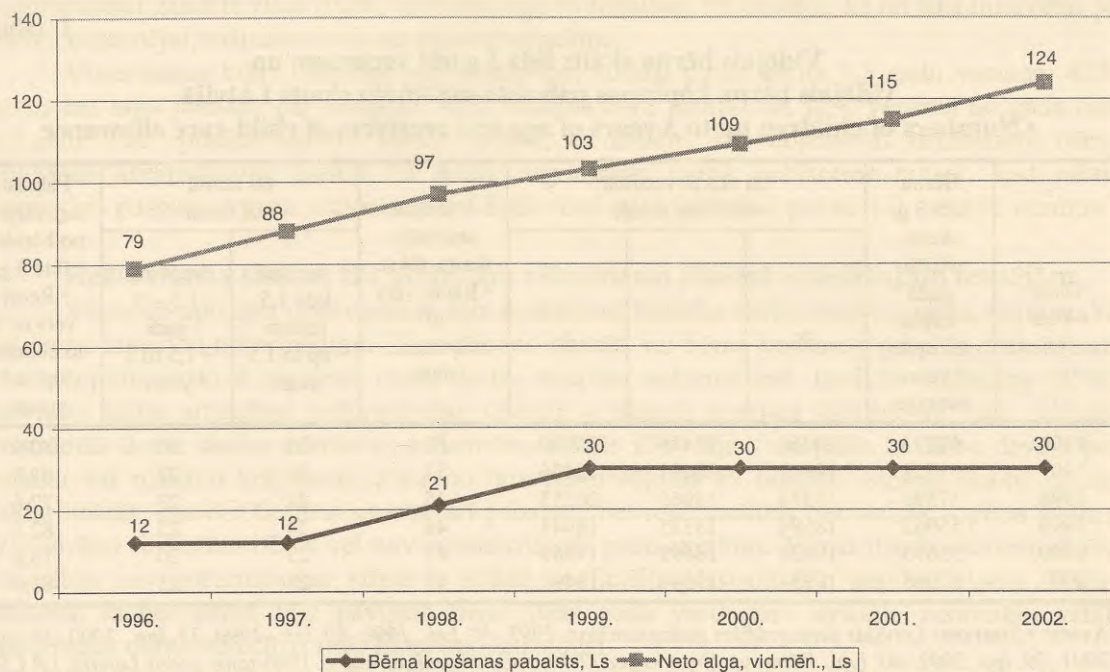
1. attēls. Bērna kopšanas pabalsts par bērniem līdz 1,5 gadu vecumam latos un % no minimālās darba algas

• Figure 1. Child-care allowance up to 1.5 years in LVL and % of minimum wage

Strādājot algotā darbā pilnā vai daļējā slodzē aktuāls jautājums ir bērna uzraudzība. Bērnu pirmsskolas iestādēs lielākoties tiek uzņemti bērni no 2 gadu vecuma, kad apgūtas elementārās pašapkalpošanās iemaņas. Tomēr pēc statistikas datiem bērnu dārzus apmeklē vismaz 1,5 tūkstoši bērnu, kuriem ir tikai gads vai mazāk (2002./2003. g.). Tas ir vidēji pusotru-divas reizes lielāks skaits nekā 1996./1997. g. [Izglītības iestādes...], jo ieilgušais darba pārtraukums vairumam vecāku nav izdevīgs.

Atbilstoši likumos noteiktajām iespējām un katras ģimenes situācijai vecākiem ar maziem bērniem reāli īstenojami 4 nosacīti rīcības varianti un dažādas to kombinācijas laikā:

- viens no vecākiem nestrādā algotu darbu, aprūpē bērnu mājās, saņem bērna kopšanas pabalstu – Ls 30,- mēnesī līdz 1,5 gadu vecumam
- aprūpētājs strādā nepilnu slodzi - likumā noteikto stundu skaitu nedēļā, kas dod tiesības saņemt arī bērna kopšanas pabalstu
- abi vecāki strādā algotu darbu pilnā slodzē – bērna kopšanas pabalsts netiek maksāts
- aprūpētājs strādā, bet neoficiāli, vienojoties ar darba devēju (vispār nenoformējot darba attiecības vai noformējot pusslodzi, bet strādājot pilnu), un saņem bērna kopšanas pabalstu



Avots: • Source: Ziņojums par Latvijas tautsaimniecības attīstību. LR EM. Rīga. 2003. g. jūnijs, 67. lpp.

2. attēls. Vidējā strādājošo neto darba alga un pabalsts bērņa kopšanai līdz 1,5 gadu vecumam, Ls mēnesī

• Figure 2. Amount of child-care allowance and average wage in Latvia

Katram no šiem variantiem ir gan priekšrocības, gan trūkumi. Aprūpējot bērnu mājās 2-3 gadu ilgumā, atrauti no profesionālās jomas var rasties grūtības pēc tam iekļauties darba tirgū. 2002. gada beigās no visiem Nodarbinātības valsts dienestā uzskaitē esošajiem bezdarbniekiem 8,9% jeb 8030 personas bija pēc bērņa kopšanas atvaļinājuma [Informatīvais...2002.:35. lpp].

Bērņa kopšanas pabalsts ir pārāk mazs, lai māte vai tēvs varētu atļauties ilgstoši nestrādāt. Bērņa kopšanas pabalsts nav atkarīgs no bērnu skaita un tiek maksāts pēc apmēra lielākais, bet tikai par vienu bērnu, gan tad, ja piedzimst vairāki, gan, ja šo trīs gadu laikā piedzimst nākamais bērns. Bērņa kopšanas pabalstu nemaksā arī par maternitātes atvaļinājuma laiku.

Iespējams, minēto apstākļu ietekmē ne visas ģimenes izmanto likumā noteikto iespēju pašiem vecākiem aprūpēt bērnu mājās līdz 1,5 – 3 gadu vecumam ( 1. tab.).

### Vecāku viedokļu izpēte

Lai pamatotu ierosinājumus nodarbinātos vecākus nediskriminējošu ģimenes atbalsta veidu ieviešanai, iepriekš jāzina, kāpēc daļa vecāku neizmanto bērņa kopšanas atvaļinājumu un kā organizēta viņu bērnu pieskatīšana.

LZA Ekonomikas institūta pētnieki 2003. gada sākumā veica aptauju, to sievietes – mazu bērnu (dzimušu 1998. gada otrajā pusē un vēlāk) māmiņu vidū, kuras sākušas/atsākušas strādāt pirms bērna sasniedz pusotra gada vecumu, proti, laikā, kad saskaņā ar likumu, māte vai tēvs var izmantot atvaļinājumu bērņa kopšanai, saņemot pabalstu Ls 30,- mēnesī. Mērķis – noskaidrot iemeslus profesionālās darbības atsākšanai ātrāk nekā nosaka likums, darba devēju attieksmi, bērņa aprūpes un uzraudzības iespējas. Aptaujā iegūta informācija arī par sievietes nodarbinātības statusu pirms bērna dzimšanas, bērna vecumu, kad atsāks strādāt, par vēlamo uzraudzības veidu un bērņa kopšanas pabalsta izmaksas nosacījumiem. Tika izmantota kvalitatīvās aptaujas metode, lai detalizētāk izziņātu sievietes viedokli un pilnīgāk raksturotu situāciju (jautājumus sk. pielikumā).

**Vidējais bērnu skaits līdz 3 gadu vecumam un vidējais bērna kopšanas pabalsta saņēmēju skaits Latvijā**  
**• Numbers of children up to 3 years of age and receivers of child-care allowance**

Gads • Year	Bērnu līdz 3 g. skaits, vidēji gadā • Children up to 3 years, average	tai skaitā vecumā • of them at age			Pabalsta saņēmēju skaits, tūkst. • Receivers of allowance, thou	tai skaitā • of them		Pabalsta saņēmēji % no bērniem līdz 3 g. • Receivers in % to children up to 3 years
		0	1	2		vecumā līdz 1,5 gadam • up to 1,5 years	vecumā 1,5 – 3 gadi • 1,5 to 3 years	
1996.	67793	20368	22485	24940	55	25	30	80,9
1997.	61758	19041	20291	22426	51	24	27	82,3
1998.	57596	18378	18965	20253	45	22	23	77,6
1999.	55962	18694	18325	18943	46	24	22	82,1
2000.	55695	19027	18699	17969	43	23	20	76,8
2001.	57965	19934	19540	18491	47	24	23	81,0

**Avots: • Sources:** Latvijas demogrāfijas gadagrāmatas: 1997.-30. lpp., 1998.-30. lpp., 1999.-33. lpp., 2000.-33. lpp., 2001.-29. lpp., 2002.-40. lpp.; *Bērna un ģimenes sociālekonomiskais raksturojums 1990-tajos gados Latvijā*. LR CSP, Rīga, 2001, 36. lpp; *Sociālie procesi Latvijā 2003*. LR CSP, Rīga, 2003, 87. lpp.

Pavisam veiktas 100 intervijas. Tajās lielākoties pārstāvēts pilsētās dzīvojošo sieviešu viedoklis: 47% Rīgā, 39% citās Latvijas pilsētās un 14% laukos. Pilsētniecēm, kā to rāda citu pētījumu dati, ir lielākas iespējas atrast darbu, kā arī pilsētās ir labāka situācija nodrošinājumā ar bērnu dārziem. Laukus pārstāvošās respondentes lielākoties dzīvoja Rīgai tuvākajos rajonos vai citu pilsētu tuvumā, kur lielākas iespējas darba atrašanā arī sievietēm ar maziem bērniem.

Laikā pēc 1998. gada, kad Latvijā bija vismazākais dzimušo skaits visā pēckara periodā, dzimstības rādītāji lēnām, bet pakāpeniski pieaug, tomēr joprojām 50% jaundzimušo ir pirmie bērni ģimenē. Aptaujā pirmo bērnu īpatsvars ir lielāks: no visām respondentēm ¾ bija sievietes ar vienu bērnu. Tām, kurām jaunākais bērns bija otrais vai trešais, tas lielākoties bija dzimis otrajā laulībā (arī neregistrētā kopdzīvē ne ar pirmo partneri). No visām apsekotajām tikai 12% bija nepilnās ģimenes, pārējās sievietes dzīvoja kopā ar partneri. 50% no visām sievietēm tā bija pirmā laulība, 12% otrā, 25% kopdzīve ar partneri nebija reģistrēta, 7% šķīrušās, 6% neprecējušās un dzīvo bez partnera. Pārsvārā (66%) aptaujātās bija vienkāršās ģimenes, kurās kopā dzīvo vecāki ar vienu, diviem vai trim bērniem. Saliktās ģimenes, kuru sastāvā ir vismaz trīs paaudzes bija vien trešā daļa no visām un lielākoties ārpus Rīgas.

Savas ģimenes materiālo stāvokli kā salīdzinoši labu (“bez īpašām problēmām” vai “visa pietiek”) novērtēja 31% respondentu, 52% atzina, ka “dzīvot var, ja saimnieko saprātīgi”, un tikai 17% izjuta naudas grūtības vai bija nonākuši parādos. Samērā augstais labklājības vērtējums zināmā mērā izskaidrojams arī ar mātes finansiālo ieguldījumu ģimenes ienākumu nodrošināšanā. Jāņem vērā arī, ka aptaujātās ģimenes pagaidām audzina tikai vienu bērnu, vairums ir pilnās ģimenes, lielākā daļa dzīvo pilsētās. Visām minētajām grupām pēc mājaisaimniecību budžetu pētījumiem materiālais nodrošinājums ir salīdzinoši labāks. Bez tam sievietēm izrādījās salīdzinoši augsts izglītības līmenis, kas ar lielāku varbūtību garantē labāk atalgota darba iespējas.

Aptaujā piedalījās sievietes vecumā no 20 līdz 38 gadiem, partnera - bērna tēva, vidējais vecums bija 31 gads (no 20 līdz 47 gadiem). Pēc Darbaspēka apsekojuma datiem tas ir vecums, kurā bērnu kopšanas atvaļinājumā atrodas 5-15% sieviešu, visbiežāk vecumā 25-29 gadi [Mātes nodarbinātība...7. lpp.]. Šim vecumam raksturīgi augstākie dzimstības rādītāji.

Aptaujāto sieviešu vidējais vecums – 29 gadi, liecina, ka vairumam iecerētais izglītības līmenis varētu būt sasniegts: 56% bija sievietes ar augstāko izglītību, 24% ar vidējo speciālo, 16% - vispārējo vidējo, no kurām daļa aptaujas brīdī mācījās augstskolā. Līdz bērna

piedzimšanai gandrīz visas (92%) sievietes bija strādājušas, 5% studēja, kā arī tika intervētas pa vienai uzņēmējai, mājsaimniecei un pašnodarbinātajai.

Visas mātes bija atsākušas (vai uzsākušas) strādāt pirms bērna 1,5 gadu vecuma: 48% bērns tad bijis jaunāks par pusgadu, 40% vecumā 6-12 mēneši un 12% vecumā no gada līdz 1,5 gadi. Pēc aptaujas datiem varētu secināt, ka mātēm, kas nolēmušas neizmantot bērna kopšanas atvaļinājumu pilnībā (3 gadi), atgriešanās darbā lielākoties notiek, kad bērns sasniedzis pusgada – gada vecumu. Individuāli visai atšķirīgi: sākot pat no 1-2 mēnešu vecuma.

### Reālā darba slodze, tās atbilstība vēlmēm un likumā noteiktajām iespējām

Viens no aptaujas uzdevumiem bija noskaidrot faktisko darba slodzi – pilna, nepilna, kā arī darba attiecību noformējumu. Tika plānots izziņāt, vai bērna kopšanas pabalsta maksāšanas ierobežojumi ietekmē sievietes izvēli darba attiecību noformēšanā. Izteikts vairākums (85%) sieviešu darba attiecības noformējušas oficiāli – likumā noteiktā kārtībā un viņu faktiski nostrādātā darba slodze sakrīt ar noformēto. Tomēr 15% bija vienojušās ar darba devēju par lielāku vai mazāku krāpšanos. Puse no tām noformējušās kā noteiktu stundu skaitu nedēļā nodarbinātās, kas dot tiesības saņemt arī pabalstu, bet reāli strādāts tiek vairāk – pilna slodze. Visām šīm sievietēm bērns vēl nav sasniedzis trīs gadu vecumu. Tikpat daudz sieviešu darba attiecības nav noformējušas vispār – strādā neoficiāli, pārsvarā gan nepilnu slodzi. Dažas sākumā, kamēr bērns bija pavisam mazs (līdz gada vecumam) strādāja neoficiāli, vēlāk noformējot darba attiecības oficiāli kā nepilnu slodzi.

Saņemt gan pabalstu bērna kopšanai, gan pelnīt daļu algas, var, ja darba laika ilgums nepārsniedz likumā atļauto stundu skaitu (ja bērns vecumā līdz 1,5 gadiem – ne vairāk kā 20 stundas nedēļā, 1,5-3 gadi ne vairāk kā 34 stundas nedēļā). Iespēju strādāt nepilnu darba dienu, piemērojoties noteikumiem par ierobežojumiem bērna kopšanas pabalsta saņemšanā, samērojot tos ar savām vēlmēm, ir izmantojušas ap 40% sieviešu. Daļa, kamēr bērns nav sasniedzis 1,5 gadu vecumu, strādā nepilnu slodzi, saņemot Ls 30,- pabalstu, bet pēc minētā vecuma vai pat nedaudz agrāk atsāk strādāt pilnu darba dienu. Tādu izvēli ietekmē niecīgais pabalsta lielums par šī vecuma bērnu aprūpi - Ls 7,50. Divām trešdaļām no tām sievietēm, kuras arī intervijas laikā strādāja nepilnu slodzi, bērns vēl nebija sasniedzis pusotra gada vecumu. Darbs nepilnā slodzē ir ne vien iespēja saņemt pabalstu un papildus nopelnīt, bet arī izdevība izrauties no mājas vides, iespēja nezaudēt kvalifikāciju.

Nepilnā slodze var būt ļoti dažāda, kā to liecina pašu strādājošo māmiņu pieredze. To ietekmē gan profesija, gan darba devēja attieksme, gan bērna uzraudzības atrisinājums. Citām ir izdevīgāk strādāt divas pilnas darbdienu nedēļā, dažām šīs divas darbdienu ir 5-6 stundas, citām ap 8-12 stundām, svarīgi, lai tiktu ievērots nosacījums – “ne vairāk kā 20 stundas nedēļā”. Dažām ir izdevīgi strādāt, piemēram, 3 stundas dienā pa vakariem, kad bērnu var pieskatīt māte vai partneris. Ir sievietes, kuras strādā katru dienu, bet tikai pusi dienas – pēcpusdienā vai priekšpusdienā. Labi, ja ir brīvais darba režīms, kad pati māmiņa var izvēlēties darba stundas. Dažām ir iespēja strādāt daļu laika birojā, daļu mājās. Sieviete ir izdevīgi arī, ja var strādāt nevis birojā, bet mājās, piemēram, pie datora. Tad māte gan strādā, gan var pati pieskatīt savu bērnu, lai gan tas negatīvi ietekmē gan darba, gan bērnu aprūpes kvalitāti. Dažām ģimenēm izdevīgāks ir maiņu darbs vai slīdošais grafiks, kad vecāki var savstarpēji vai ar bērna vecvecākiem saskaņoties bērna pieskatīšanā. Varianti ir ļoti dažādi, kaut gan kopumā ne visiem darba devējiem ir vēlēšanās vai izdevīgi atbalstīt nepilnu darba laiku strādājošās māmiņas. Arī tās māmiņas, kuras izvēlējušās strādāt neoficiāli, proti, nenoformējot darba attiecības, tikai vienojoties ar darba devēju, ne vienmēr strādā pilnu darba dienu, bet, piemēram, pāris reizes nedēļā dažādu stundu skaitu, nepilnu darba laiku katru dienu u.tml.

Pēc Darbaspēka apsekojuma datiem nepilnu darba dienu strādā 36-37% no mātēm, kurām ir bērni līdz 2 gadu vecumam. No mātēm, kurām jaunākais bērns ir vecumā 3-6 gadi, strādā divreiz vairāk – 72-73% [Mātes nodarbinātība...36. lpp.]

Zināmā mērā bērna kopšanas pabalsta maksāšanas ierobežojumi veicina ģimeņu rīcību tiem piemēroties, proti, ja ir iespēja strādāt noteikto stundu skaitu nedēļā, sievietes arī to izmanto: “sāku strādāt ātrāk, jo bija iespēja strādāt nepilnu darba laiku”. Tomēr šī piemērošanās nebūt neliecina, ka visas gribētu strādāt tieši nepilnu darba dienu, kas gan zināmā mērā ļauj apmierināt vēlmi pēc citas vides, pietiekami daudz laika atvēlēt bērnam un vienlaikus

papildināt ģimenes budžetu. Citām tieši vides maiņa ir noteicošais, arī gadījumos, ja nopelnītā pietiek vien, lai samaksātu auklei par bērna uzraudzību. Pabalsta apmērs ir tik mazs, ka tas ļoti niecīgā apmērā kompensē zaudētos ienākumus, kas būtiski pazemina dzīves apstākļus, jo izdevumi ir pieauguši. Šie ierobežojumi kopā ar pabalsta nelielo apmēru drīzāk veicina tādu rīcību, kaut arī māte varbūt vēlētos nestrādāt un aprūpēt bērnu pati vismaz līdz gada – divu gadu vecumam. Kā arī gluži pretēji – labāk strādātu, bet tad tiek zaudēts pabalsts un rodas papildus izdevumi par bērna uzraudzību. Tomēr lielai daļai arī noteikums, ka pabalsts netiek maksāts, ja māte atsāk strādāt pilnu darba dienu, nav noteicošais. Atsākot strādāt pilnā slodzē ar labu algu, mātes nopelnītais arī pēc samaksas bērna aprūpētājam, tomēr ir ieguldījums ģimenes budžetā, kas ļauj uzlabot materiālos apstākļos. Ja nebūtu ierobežojumu un tiktu maksāts arī pabalsts, ģimenes to varētu izlietot kaut daļēji izdevumu par bērna aprūpi segšanai.

Ne visas sievietes mīl nodarboties ar bērniem ilgstoši un nepārtraukti, ne visām ir atbilstošas prasmes, daļa nevēlas zaudēt darba vietu, citas – profesionālās iemaņas. Šo un citu iemeslu dēļ daļa sieviešu atgriežas darbā samērā drīz pēc bērna piedzimšanas. Ja sieviete izlēmusi atgriezties darbā, tad visbiežāk atsāk strādāt uz pilnu slodzi, zaudējot iespēju saņemt pabalstu bērna kopšanai. Iemesli vairāki – gan iespēja nopelnīt vairāk, gan darba specifika, kas neļauj strādāt nepilnu darba laiku, vai darba devēja nevēlēšanās atbalstīt šādu vēlmi. Daļai jāatmaksā par dzīvokli paņemtais kredīts, bet, ja pelnītājs ir viens, tad jāpelna ļoti labi, lai varētu maksāt kredītu, komunālos maksājumus un segt ikdienas izdevumus. Valsts maksātais pabalsts ir pārāk mazs, lai ar viena pelnītāja algu uzturētu ģimeni, kurā ir divi vai vairāk bērnu, arī tāpēc māte atsāk strādāt: *“sāku strādāt tāpēc, ka ar to naudu, ko piešķir valsts, nav iespējams izdzīvot ģimenei, kurā ir 2 bērni. Protams, pelna arī vīrs, bet diemžēl ar to ir krietni par maz.”* Labāks ir variants, ja darbs jāveic uz izstrādi, maiņās, ja ir elastīgs darba grafiks vai brīvais darba režīms, kad darba stundas var izvēlēties. Ir darba vietas, kur, piemēram, jāstrādā 2 dienas (pa 12 stundām) un 2 dienas ir brīvas vai citādi.

### **Būtiskākie iemesli nodarbinātības atsākšanai līdz bērns sasniedzis 1,5 gadu vecumu**

Iemesli, lai atgrieztos darbā pirms bērns sasniedzis pusotra gada vecumu, ir dažādi un visbiežāk, tas ir apstākļu kopums. Izteiktam vairākumam strādāt atsākušo sieviešu noteicošie bijuši finansiāla rakstura iemesli – “nepieciešami ienākumi, iespēja nopelnīt, laba alga, iespēja nodrošināt labāku materiālo situāciju ģimenē”, kurus par svarīgiem atzinušas 4/5 respondentu, citām svarīgāki par materiālajiem bija citi, kas netieši arī ir saistīti ar ienākumiem – nezaudēt darba vietu, jauns darba piedāvājums, vienošanās ar darba devēju. Tikai nedaudzas sievietes uzsvēra, ka materiālais faktors nav noteicošais. Visām pārējām tas ir vairāk vai mazāk svarīgi. Tām, kuras strādā nepilnu slodzi, svarīgi arī, ka varēja saņemt pabalstu un vēl pelnīt, īpaši, ja bija, kas auklē bērnu. Finansiālā faktora nozīmīgums liecina, ka bērna kopšanas pabalsts ir pārāk mazs, lai otrs pelnītājs varētu atļauties nestrādāt un aprūpēt bērnu. Nopelnītā nauda ir iespēja nodrošināt labāku materiālo situāciju, arī labākus bērna aprūpes un audzināšanas apstākļus. Nepieciešamība pelnīt ir svarīga arī gadījumos, kad jāatmaksā bankai kredīts par dzīvokli. Tikai nepieciešamību pēc lielākiem ienākumiem kā vienīgo iemeslu, neminot citus, par būtiskāko atzinušas apmēram 30% sieviešu, kuras atsākušas strādāt, kad bērns vidēji bijis 9 mēnešu vecumā (sākot no 2 nedēļu vecuma līdz 1,5 gadiem), visbiežāk vecumā 6-12 mēneši.

2002. gadā pēc Darbaspēka apsekojuma datiem sievietēm ar jaunāko bērnu vecumā līdz 2 gadiem mēneša vidējā neto alga (Ls103,1) bija augstāka nekā sievietēm, kurām bērni ir lielākā vecumā (Ls 93,3-93,8; sievietēm bez bērniem Ls 103,9) [Mātes nodarbinātība...36. lpp.]

Nozīmīgs iemesls, lai bērna kopšanas atvaļinājumu neizmantotu pilnībā, un atsāktu strādāt ātrāk, ir vēlme nezaudēt kvalifikāciju, “neizkrist no aprites”. Tas bijis svarīgi vismaz katrai piektajai no intervētajām sievietēm. Atsevišķās specialitātēs nemaz nav iespējams atļauties nestrādāt 1,5 gadus, lai pēc tam varētu atgriezties darbā, jo profesionālā pilnveide ir būtiska visu laiku. Bez tam ierēdņiem saskaņā ar likumu “Par valsts civildienestu” darbā jāatgriežas ne vēlāk, kā bērnam sasniedzot gada vecumu. Lai nezaudētu kvalifikāciju, sievietes atgriežas darbā lielākoties sešu mēnešu laikā pēc bērna piedzimšanas (pat sākot no mēneša vecuma). Līdz ar vēlmi nezaudēt kvalifikāciju svarīga ir arī iespēja nodrošināt labāku materiālo situāciju, labs darbs un nevēlēšanās noņemties tikai ar bērnu un mājas darbiem. Lai

profesionalitāti uzturētu līmenī, vairums, kamēr bērns ir mazāks (līdz 1-1,5 gadu vecumam), strādā nepilnu darba laiku, tomēr gandrīz tikpat daudzas sievietes atgriezās uzreiz pilnā slodzē, dažas tūlīt pēc maternitātes atvaļinājuma, bet galvenokārt ap gada vecumu.

Lai atgrieztos darbā, būtiska nozīme ir bērna uzraudzības un aprūpes nodrošināšanai, jo bērni līdz 1,5 gadu vecumam visos bērnu dārzos netiek uzņemti, kaut arī bērnu pirmsskolas iestādes apmeklējošo bērnu vecumā 0-2 gadi īpatsvars šī vecuma bērnu kopskaitā pieaug: 1995. g. 13,9%, 2001. g. – 16,2%, 2002. g. – 15,8% [Mātes nodarbinātība... 36. lpp.]. 2002. gadā īpatsvars ir nedaudz mazāks, jo sakarā ar obligāto 5-6 gadīgo bērnu izglītošanu, pieauga šī vecuma bērnu skaits pirmsskolas iestādēs. Tomēr 2002. gadā no visiem uz vietu bērnu dārzā gaidošajiem vairāk nekā 80% bija bērni vecumā 1-3 gadi [Mātes nodarbinātība... 29. lpp.]. Ja ir kāds aprūpētājs, visbiežāk vecmāmiņa vai bērna tēvs, tas ir nozīmīgs atbalsts un reizē iemesls, lai māte atgrieztos darbā, jo nopelnītā alga vairumā gadījumu ir lielāka nekā pabalsts bērna kopšanai. Iespēja nopelnīt labu algu arī ir iemesls, lai uzlabotu ģimenes materiālo situāciju. Un, ja nav radnieku, kuriem varētu uzticēt bērna aprūpēšanu, tad arī auklei samaksātais atalgojums ir mazāks nekā mātes nopelnītais. Ja ir, kas auklē bērnu, tad atgriešanās darbā notiek galvenokārt tādēļ, ka nepieciešami ienākumi un pārsvarā pirmo sešu mēnešu laikā pēc bērna piedzimšanas. Ja nav problēmu ar bērna aprūpi, tas atvieglo strādāt atsākšanu arī tad, ja bērns jau ir paaudzies. Aprūpētāja esamība atvieglo situāciju, ja iepriekš bijis labs darbs, kuru sieviete vēlas turpināt iespējami ātrāk, un gadījumos, kad kvalifikācijas uzturēšanai nav vēlami vai pat ir neiespējami ilgstoši pārtraukumi.

Labs iepriekšējais darbs arī kā ienākumu devējs, labs darbs, kura veikšanai būtiski nezaudēt kvalifikāciju, vispār labs darbs, kurā atgriezties (uzreiz pilnā slodze vai sākotnēji nepilnā) ir būtisks iemesls vismaz 1/5 māmiņu, lai atsāktu strādāt gan pāris mēnešus pēc bērna piedzimšanas – uzreiz pēc maternitātes atvaļinājuma, gan gada vai pusotra vecumā. Jauna darba piedāvājums, kas šķiet interesants, izdevīgs, karjeras iespējas arī ir svarīgs faktors, lai atsāktu strādāt pirms bērna sasniedzis pusotra gada vecumu. *“Darba piedāvājums likās ļoti interesants, negribējās palaist garām tādu izdevību, arī darba devējs neiebilda pret nepilnu darba dienu un brīvu darba režīmu.”*

Lai gan ģimene ieņem nozīmīgāko vietu vērtību skalā, sievietēm svarīga arī sevis apliecināšana un izaugsme profesionālā jomā un daļai karjera. Vairums mūsdienu sieviešu nav orientētas veltīt dzīvi vienīgi ģimenei un bērniem, un ne tikai tāpēc, ka vēlētos pašapliecināties arī citās jomās, tai skaitā profesionālajā. Darbs un tajā gūtie ienākumi ne vien uzlabo materiālo situāciju tagad, bet sniedz drošības sajūtu nākotnei, materiālo neatkarību, iespēju nodrošināt sevi un bērnu, ja to dažādu iemeslu dēļ vairs neveic bērna tēvs (šķīries, miris, bez darba u.c.). Vismaz 15% respondentu atzina, ka viņām nepatīk vai apnicis sēdēt mājās un noņemties tikai ar bērnu, īpaši, ja tas jau ir paaudzies (pusgada-gada vecumā), kā arī nomāc rūpes tikai par māju, kad padarītā rezultāti ir redzami īslaicīgi vai vispār grūti novērtējami. Sievietes cenšas savienot bērnu audzināšanu ar profesionālo nodarbinātību. Nepieciešamība dažādot vidi, uzturoties arī ārpus mājas, ir nozīmīgi sievietēm, kuras uzskata, ka mātei nav jāatrodas kopā ar bērnu 24 stundas diennaktī, un citā vidē pabijusi māte bērnam var dot pat vairāk, kas īpaši svarīgi sociāli aktīvām sievietēm. Dažas stundas, ko sieviete pavada darbā, nemaina bērna audzināšanas kvalitāti. Komunikācija, novērtējums ārpus ģimenes, izglītojošā, informatīvā un profesionālā vide ir nepieciešama arī mazu bērnu māmiņām. Iziešana sabiedrībā sievietei liek vairāk domāt par izskatu, izturēšanos, emocionālo stabilitāti. Bez tam bērns gūst attiecību pieredzi ne tikai ar māti vien, ja aprūpētāji ir vecvecāki, rodas ciešāka saikne ar tiem, kas bieži vien nozīmē arī citādu audzināšanas pieeju, citu pasaules uzskatu, ģimenes tradīciju pārmantošanu. Daudzām sievietēm interesants darba piedāvājums apvienojumā ar izdevību strādāt nepilnu darba dienu brīvā režīmā ir labs iemesls, lai izrautos no zināmā mērā apnikušās sēdēšanas mājās ar bērnu.

Vismaz 6 sievietes atgriezās darbā pirms bērna bija sasniedzis gada vecumu, jo baidījās un negribēja zaudēt iepriekšējo darba vietu. Daži darba devēji uzskatot, ka pēc bērna piedzimšanas nestrādāt var atļauties ne ilgāk kā pusgadu. Vēlme vai bailes nezaudēt darba vietu sievietēm likusi atgriezties darbā pirmā pusgada laikā pēc bērna piedzimšanas, dažas nav izmantojušas pat maternitātes atvaļinājumu. Citas atsāka strādāt ātrāk, jo vēlējās atgriezties tajā pašā darbā, dažām darba vietā “tika doti mājiņi”, ka vieta var netikt saglabāta, jo ir kas strādā, tāpēc atgriezās. Vismaz pāris sievietes bērna kopšanas atvaļinājuma laikā tika atlaistas no darba,

kaut pēc likuma to nedrīkst darīt. Dažām bija vienošanās ar darba devēju, ka atgriezīsies pēc iespējas ātrāk. Daļa atsāka strādāt pēc darba devēja iniciatīvas un lūguma – pieaudzis darba apjoms, nepieciešamība veikt kādu noteiktu darbu, bez tam netiek noņemties tikai ar bērnu u.tml.

Dažām sievietēm bija īpaši iemesli atsākt strādāt, piemēram, apgādnieka zaudēšana. Sievietēm, kuras bērnu audzina vienas, ir lielāka nepieciešamība strādāt un pelnīt, jo viņām jāuztur gan sevi, gan bērnu. Tomēr intervētas tika pārsvarā sievietes, kas dzīvoja kopā ar partneri. Lai raksturotu situāciju nepilnās ģimenēs, jāveic atsevišķi pētījumi.

Materiālā faktora nebūtiskumu uzsvēra tikai dažas sievietes. Viena no tām uzņēmēja, kurai ir sava SIA, atsāka strādāt, kad bērnam bija 4 mēneši. *“Atsāku strādāt, jo patīk darbs – kā labs vīns, tas līdzsvaro visu.”* Uzņēmējai ir priekšrocība pašai regulēt darba grafiku – *“varu pielāgoties, kad jūtu, ka bērnam vajadzīga mamma.”* Citai sievietei, kurai materiālie iemesli nebija būtiski, atsākt strādāt rosināja vairāki iemesli: *“gribējās pārmaiņas, no darba vietas bija piedāvājums doties nelielā mācību braucienā, apgūt jaunāko darba jomā, kas man bija visai būtiski, lai atpūstos no ikdienas, jo praktiski ar bērnu biju nodarbojusies gandrīz viena pati vairāk kā gadu un bija nepieciešams mainīt vidi un “izrauties” no mājām, arī vīrs mudināja atgriezties, bez tam darba vieta ir nerakstīts likums – mājās ar bērnu sēž vienu gadu, un man gluži labi patīk mans darbs.”*

Iemesli, lai atsāktu strādāt pirms bērns sasniedzis pusotra gada vecumu, proti, laikā, kad pienākas atvaļinājums bērna kopšanai, dažādām sievietēm ir atšķirīgi, tos ietekmē arī vēlmes un iespējas. Reti kurai māmiņai noteicošais bijis tikai viens, lielākajai daļai iemesli ir vairāki – atgriešanos darbā noteicis apstākļu un vēlmju kopums.

### Darba devēja attieksme pret darbinieci ar mazu bērnu

Iespējas atgriezties darbā vai atrast un uzsākt jaunu darbu, kā to rāda pētījuma rezultāti, sievietēm ir. Gandrīz visas iztaujātās sievietes pirms bērna piedzimšanas strādāja. Saskaņā ar likumu sievietei jā saglabā darba vieta vai jānodrošina līdzvērtīga, tomēr dažas tika atlaistas no darba. Tomēr arī atrodoties atvaļinājumā bērna kopšanai, ir iespēja atrast jaunu, interesantu, daudzsološu darbu. Dažas pēc bērna piedzimšanas paspējušas strādāt vairākās – pat trīs darba vietās. Sieviete, kura atsāka strādāt tādēļ, ka nerada gandarījumu tikai mājas darbos, paspējusi nomainīt vairākas darba vietas: sākotnēji, strādājot pie darba devēja ārzemnieka, veica pētījumu – darbs mājās, pie otra darba devēja lielā uzņēmumā arī bija iespēja strādāt nepilnu dienu no mājām, trešajā arī bijusi pretimnākšana no darba devēja puses. Iespējas atrast darbu un to veikt lielā mērā ir atkarīgas arī no darba devēja attieksmes pret darbinieci, kurai ir mazs bērns vai bērni vispār.

Intervētajām sievietēm tika lūgts novērtēt darba devēja attieksmi pret darbinieci ar mazu bērnu, kā arī dalīties pieredzē par iespēju īstenot vēlmi strādāt nepilnu darba dienu. Vairumam (vismaz 60%) darba devēju attieksme pret darbinieci, kurai ir mazs bērns bijusi vairāk vai mazāk pozitīva: atsaucīga, pretimnākoša, saprotoša, laba, labvēlīga. Ja darba devējs ir ārzemnieks, attieksme ir saprotošāka – jo “pieraduši pie modernām sievietēm”, ar to saprotot strādājošas mazu bērnu māmiņas. Arī tad, ja vadītājam līdzīga situācija (mazs bērns pašai) attieksme ir atsaucīgāka. Apmēram piektā daļa sieviešu darba devēja attieksmi novērtēja kā normālu, neitrālu, nekādu, kā pret visiem, kā pret darbaspēku. Par darba devēja attieksmi vērtējumu nesniedza 10% sieviešu. Tomēr katrai desmitajai sievietei nācies saskarties ar negatīvu vai noraidošu attieksmi. *“Atgriežoties darbā (bērnam 4 mēneši) tomēr psiholoģiski izjutu mazliet negatīvu attieksmi. Droši vien darba devējs baidījās, ka varētu bērns slimot”.* Dažām, uzsākot darba pienākumu pildīšanu, nācies apsolīt, vai tās tikušas brīdinātas, ka bērns nekādi netraucēs, nedrīkst traucēt darbu, kā nekādu atvieglojumu nebūs. Daļa sieviešu pašas darījušas visu, lai darba devējam nebūtu iemesla izrādīt negatīvo attieksmi, pārmest, ka bērns traucē strādāt.

Sievietes vēlmei-lūgumam, strādāt nepilnu darba dienu vai brīvu darba režīmu, daļa darba devēju atsaukušies labvēlīgi. Zināmā mērā to ietekmējis gan darba raksturs, gan nozare, arī darbinieces profesionalitāte. Dažas nevēlējās strādāt nepilnu darba dienu, kaut arī, ja būtu izteikušas tādu vēlēšanos, darba devējs saprastu un atbalstītu. Daļa sieviešu, pārzinot likumdošanu, panākušas, ka strādā saīsinātu (par stundu) darba dienu par pilnu samaksu, vai tā kā baro bērnu ar krūti, tad saskaņā ar Darba likumu pienākas pārtraukumi bērna barošanai,

kurus var arī summēt, tā iegūstot pilnu brīvdienu. Tomēr ir sievietes, kuras atsākušas strādāt pilnu slodzi, neizsakot vēlmi strādāt nepilnu, jo darba devējs nebūtu atbalstījis, arī tāpēc, ka "ir, kas strādā pilnu slodzi". Daudzām ir svarīgāk, ka pilnā slodzē var nopelnīt vairāk.

Būtiska nozīme ir ne tikai darba devēja attieksmei, bet arī darba kolēģu vismaz sapratnei, ja ne atbalstam. *"Man bija vēlme strādāt 7 stundas dienā, kā pienākas pēc likuma. Tas vai visus darbus varu izdarīt 7 stundās, vai jāstrādā ilgāk, bija atkarīgs tikai no manis. Darba apjoms tāpēc nebija mazāks nekā citiem kolēģiem. Nezinu, vai tā bija tikai mana iekšējā sajūta, bet 17.00, kad cēlos kājās un gāju projām, bija sajūta, ka darbā palicēji neatbalsta šādu soli un domā, ka arī man būtu jāstrādā vēlās vakara stundās, kā darīju pirms bērna iedzimšanas, un kā to diemžēl spiesti darīt arī daļa manu kolēģu. Vārdiski neviens neko sliktu šajā sakarā nav teicis. Kaut arī 7 stundu darba diena man pienākas vēl joprojām, jau aptuveni pusgadu strādāju 8 stundas un pat ilgāk."*

### **Bērnu uzraudzība: faktiskā un vēlamā**

Sievietei, kurai ir mazs bērns, strādāt iespējams, ja atrisināts bērnu uzraudzības jautājumus, ja ir, kam atstāt bērnu, laikā, kad māte strādā. Pēc aptaujas datiem izrādījās, ka nozīmīgākais palīgs bērnu uzraudzībā ir vecvecāki, kas vairāk vai mazāk palīdzējuši vairāk nekā pusei (vismaz 55%) no apsekotajām ģimenēm. Daļa vecvecāku palīdzējuši bērna aprūpē, kamēr tas bija mazs, bet, kad paaudzies, apmeklē bērnu dārzu. Gandrīz visās ar vecvecākiem kopā dzīvojošajās ģimenēs bērnu pieskatījis kāds no tiem, arī tad, ja nedzīvo kopā, bet tuvumā. Vairums tādēļ, ka pensijā un vēlējies palīdzēt, samērā daudz arī tādu, kas pensijas vecumu vēl nav sasnieguši, bet palikuši bez darba, un var pieskatīt mazbērnu, lai bērna māte varētu strādāt. Ir mātes, kas savus darba grafikus samērojušas ar vecāku nodarbinātību vai otrādi, lai varētu strādāt gan vieni, gan otri – māte strādā vakaros, jo tad vecmāmiņa var pieskatīt bērnu vai vecmāmiņa strādā maiņu darbā vai darbā, kur dienā ir brīvas un arī var aprūpēt mazbērnu. Daļai vecvecāku nācies piekāpties, jo mātes nopelnītā alga ir lielāka nekā vecmāmiņas, vai bērna māte izvēlējās strādāt un vecmāmiņa bija spiesta atstāt savu darbu, lai pieskatītu mazbērnu, kā arī citu iemeslu dēļ. Mazbērnus lielākoties pieskata vecmāmiņas, tomēr ir arī vectēvi, kas palīdz bērna aprūpē. Mazos bērnus pieskata ne tikai vecvecāki, bet arī vecvecvecāki, proti, bērna mātes vecmāmiņas. Ja māte strādā pilnā slodzē, mazbērns darbdienās vecvecāku aprūpē ir 8-10-12 stundas, jo papildus darba laikam nāk klāt ceļā uz un no darba pavadītais laiks. Pārsvārā vecvecākiem par mazbērna aprūpi maksāts netiek, tikai 10% no ģimenēm uzskatīja, ka tas ir nopietns darbs un arī varēja atļauties atlīdzināt vecvecākiem par palīdzību. Summas ir ļoti dažādas, sākot no nelielām, simboliskām, līdz pusei no mātes algas. Tas, ka vecvecāki nesaņem atlīdzību naudā, lielākoties izskaidrojams ar paaudžu savstarpējās sadarbības attiecībām un vispārējo situāciju materiālās nodrošinātības aspektā – vecvecāki palīdz jaunajai ģimenei. Samērā daudzas ģimenes atzīst, ka aukli bērnam nevar atļauties, jo tas ir pārāk dārgi. *"Vecmammai maksājām par pieskatīšanu, jo tas bija kā darbs – katru dienu. Maksājām krietni mazāk nekā būtu jāmaksā auklei, taču tas bija maksimums, ko varējām atļauties maksāt."* Ar vecvecāku kā bērna aprūpētāju darbu mātes pamatā ir apmierinātas un vērtē pozitīvi. Vecvecāki ir mīļi, rūpīgi, pacietīgi, atbildīgi, nodarbojas ar bērnu, veltot tam visu laiku u.tml. Mātes vērtējumu ietekmē gan radnieciskā saikne – savējais: *"vecmāmiņa mīl mazbērnu un mazbērns mīl vecmāmiņu"*; *"pašas mazbērni"*, gan vecvecāku pieredze. Tomēr dažas mātes īsti nav apmierinātas ar vecmāmiņas pieeju bērnu aprūpē: *"man gribējās, lai TV mazāk rāda seriālus un lai vecmāmiņa bērnam lasa grāmatas"*; *"manuprāt rūpīga, bet vecmodīga"*; *"trūkst pacietības, uzmanības"*. Katrs gadījums ir individuāls, jo arī vecvecāku audzināšanas prasmes un vēlme to darīt ir atšķirīgas, bet kopumā mātes uzskata, ka var paļauties uz vecvecākiem bērna uzraudzībā.

Vismaz 35% ģimeņu, mātei atsākot strādāt, izmanto vai ir izmantojušas bērna aprūpei aukli. Aukles lielākoties pieejamas pilsētās - *"dzīvoju lauku rajonā un profesionāla aukle nav pieejama, bet iekrita tā, ka vecmāmiņa zaudēja darbu un tagad var brīvi auklēt mazbērnu"*. Pārsvārā ģimenes ar izvēlēto aukli ir vairāk vai mazāk apmierinātas, lai arī dažiem ir bijusi negatīva pieredze, un aukles ir mainītas. Ja vecmāmiņas kā bērna aprūpētājas pamatā tiek vērtētas pozitīvi, tad auklēm vērtējums ir dziļāks, detalizētāks, tām tiek izvirzītas lielākas prasības. Attiecībā uz auklēm biežāk tiek minēts arī, ka tās ar bērnu daudz runā, nodarbojas,

rotalājas. Aukle tiek uzskatīta par labu, ja bērnam izveidojas kontakts, viņš aukli pieņem, ja bērns priecājas par auklītes ierašanos no rīta. Aukles tiek raksturotas kā rūpīgas, pacietīgas, laipnas, enerģiskas un radošas, tās rotalājas ar bērnu, lasa priekša, daudz laika kopā ar auklējamo pavada svaigā gaisā u.c. Dažiem vecākiem ir ne tik pozitīva pieredze: *“cenšas, bet ne tik daudz, cik gribētos”*; *“laba, tomēr par daudz kārtīga”*. Auklēm atšķirībā no vecmāmiņām, tiek maksāts visām, jo tas ir viņu darbs. Ģimenēm tika lūgts samērot atalgojumu auklei ar ienākumiem. Atbildēs rodams salīdzinājums ar mātes nopelnīto. Visos gadījumos samērojāmība ir pietiekama, proti, pēc samaksas auklei, pāri paliek lielāka vai mazāka naudas summa, kas ir ieguldījums ģimenes budžetā: *“pozitīva bilance attiecībā pret faktu, ja pati sēdētu mājās”*. Tikai viena sieviete atzina, ka faktiski strādā, gan nepilnā slodzē, lai apmaksātu aukles darbu, jo pāri paliekot Ls 20. Pāris sievietes auklei samaksā pusi no nopelnītās algas. Apmēram puse no sievietēm, kuras izmantojušas aukles pakalpojumus, atbildē uz iepriekšminēto jautājumu, nenosauca skaitlisko samērojāmību, vien norādīja, ka izdevumi ir samērojami – pietiekami, vairāk vai mazāk, ka tie ir atbilstoši ienākumiem. Dažas sievietes atzīst, ka nopelna ievērojami vairāk nekā maksā auklei. Strādājot uz nepilnu slodzi, bērna kopšanas pabalsts ir samaksa auklei, bet nopelnītais paliek ģimenes budžetā. Lielākā daļa sieviešu auklei maksā 1/3 no algas, pārējās 15-25%. Jāsecina, ka intervētās – darbu agri atsākušas sievietes pelna ievērojami, vai arī samaksa auklei ir salīdzinoši niecīga, tomēr aukles nopelna ļoti dažādi. Ir aukles, kurām tiek maksāts par nostrādātām stundām. Atbildēs izskanēja viedoklis, ka standarta stundas samaksa ir Ls 0,50.

Ģimenes cenšas arī pašas tikt galā ar peļņas darba un bērnu audzināšanas savienošānu, īpaši, ja māte atsākt strādāt tūlīt vai ļoti drīz pēc maternitātes atvaļinājuma. Ja tēvam mazāka alga nekā mātei, viņš paliek mājās, lai aprūpētu bērnu. Arī gadījumos, ja tēvs uz laiku palicis bez darba, var uzraudzīt bērnu, un to arī dara. Ja vecākiem ir iespēja saskaņot darba grafikus, jo viens vai abi strādā maiņu darbu vai tml. Katrā desmitajā ģimenē bērna aprūpē līdzdarbojies bērna tēvs, lai māte varētu strādāt. Bērnam var būt arī vairāki aprūpētāji – bērna tēvs, kad ir brīvs no darba un vecvecāki vai aukle, kad tēvam jāstrādā. Tādējādi vecāki paši cenšas atrisināt bērna uzraudzību, tikai daļēji iesaistot vecvecākus vai aukli. Arī tad māte var pilnībā vai daļēji strādāt mājās, tad bērnu aprūpē pati.

Vēlamākais uzraudzības veids bērniem vismaz līdz pusgada-gada vecumam vai pat līdz pusotram gadam pēc vairuma sieviešu domām ir mātei dzīvojot mājās. Tomēr tas nenozīmē, ka māte ir vienīgais bērna aprūpētājs, arī tēvam jāvelta pietiekami daudz laika savam bērnam un ļoti svarīgi, lai laiku pa laikam bērnu uzraudzītu kāds cits – gan tādēļ, lai bērns pierod pie citiem cilvēkiem un citas aprūpes, gan lai ļautu vecākiem atpūsties - *“bērns kopā ar mammu un cik iespējams daudz ar tēti, ideāli gan būtu, ja pāris stundu dienā vecāki varētu “atpūsties”, “aizmirsties”, “izklaidēties”*; *“vēlamākais bērnam – augt ģimenē, bet noteikti dodot iespēju mātei veltīt laiku arī sev – izklaidei, darbam – jebkam”*; *“vislabāk jau būtu, ja varētu kopā ar vecākiem, bet pamazām sākt radināt arī pierast pie svešiem cilvēkiem”*; *“vecvecāki vai ļoti laba aukle, lai mātei nav jāšēž tikai mājās”*; *“iespējami daudz jābūt ar māti (barošana ar krūti, drošības sajūta, bēra garīgā un fiziskā attīstība), un 2-3 vakarus nedēļā ar tēvu atbildības sajūtas rašanās vīrietim, bērns ierauga citādu, iespējams, racionālāku pasaules uzskatu”*. Pašai aprūpēt bērnu un redzēt kā viņš aug un attīstās pēc sieviešu domām ir svarīgākais iemesls, kāpēc bērna jaunākajā vecumā mātei vajadzētu nestrādāt. Tomēr viedokļi ir atšķirīgi. Ir sievietes, kuras visai kategoriski uzsver, ka mātei jāaprūpē bērns mājās vismaz līdz 3 gadu vecumam, jo tikai un vienīgi māte varot iedot bērnam nepieciešamo drošības sajūtu, *“turklāt tikai mamma var ieaudzināt pamatus tām vērtībām, kas ir nozīmīgas pašai”* u.tml. Citas apgalvo, ka tā varētu nebūt tikai māte, bet arī vecmāmiņa vai ļoti laba auklīte, citām svarīgi, lai tas būtu “savējais”, proti, radinieks, jo mazu bērnu nevar uzticēt svešam – *“pie māmiņas, taču var izmantot arī citu radinieku, ja bērns labi jūtas”*. Visas nav tik kategoriskas: *“uzskatu, ka līdz 3 gadu vecumam mātei jābūt kopā ar bērnu, no gada varētu māte sākt strādāt ne vairāk kā ½ slodzi”*; *“vislabāk, ja bērns vismaz līdz gada vecumam ir kopā ar mammu, kad jau ir lielāks, var uzticēt auklei, bet vislabāk kādam no vecvecākiem, ja ir iespējams”*; *“manuprāt, līdz 1,5 gadu vecumam mātei jāuzrauga un jāaudzina savs bērns, protams, ja tas ir iespējams. Ja nē, labāk laba aukle.”* Citas uzskata, ka tas katram bērnam ir individuāli, ka bērna uzraudzības veids nav atkarīgs no bērna vecuma, bet saistīts ar to, vai bērns tiek barots ar krūti, ar to kādi nosacījumi ir darba tirgū

attiecībā uz sievietēm: “māte, ja var atļauties nestrādāt”, “bērnam vislabāk, ja māmiņa viņu auklē, taču māmiņai pašai draud iespēja zaudēt darba tirgū – tādā laikā periodā notiek pārāk daudz izmaiņas”, “katram bērnam individuāli”.

Runājot par vēlamāko uzraudzības veidu bērniem vecumā viens – divi gadi, māmiņu domas dalās. Sievietes uzskata, ka šinī vecumā bērnu varētu uzticēt arī vecvecākiem vai auklei: “ja mamma vēlas strādāt un, iespējams, ir nogarļājusies pa māju, tad bērniņu vismaz dažas stundas varētu pieskatīt vecvecāki (parasti viņiem tas patīk), dārziņā gan es tik mazu nelaistu”; “pēc 1,5 gadu vecuma varētu būt arī tikai aukle”. Daudzi vecāki uzskata, ka bērnu 1-2 gadu vecumā varētu sūtīt bērnu dārzā vai skoliņu maziem bērniem: “varētu jau apmeklēt bērnu dārzu”. Bērnam nepieciešams kontaktēties arī ar citiem, nevis pārsvarā tikai ar māti: “bērnu aprūpē mamma un papildus valsts finansētas “bēbīšu skoliņas” 1-2 reizes nedēļā bērna komunikatīvo iemaņu apgūšanai”. Daudzi vecāki domā, ka šinī vecumā bērnam jāiegūst savstarpējās saskarsmes pieredze ar vienaudžiem, kas iespējams arī bērnu dārzā: “bērns apmeklē bērnu dārzu, jo šai vecumā ir interesantāk kontaktēties ar citiem bērniem nevis tikai ar vienu pieaugušo – māti vai aukli”. Tomēr citi domā, ka šinī vecumā bērns vēl par mazu, lai to sūtītu bērnu dārzā: “māte vai auklīte, jo bērnu dārzam bērns vēl nav gatavs”; “ja iespējams dzīvoties pa māju, bet radināt pie dārziņa dienas režīma, citiem vienaudžiem un pieaugušajiem cilvēkiem”. Katrā ziņā bērnu uzraudzības veids cieši saistīts un atkarīgs no apstākļiem, iespējams un situācijas katrā ģimenē. Tika izteikts arī ierosinājums, ka varētu līdzīgi kā citās valstīs, kur vairākas mātes savstarpēji sadarbojas, proti, bērnus uzrauga viena no tām, arī mainoties.

Kā redzams pēc aukles darba novērtējuma, māmiņas tā arī domā, ka bērna attīstībai ir svarīgi, lai viņam pievērstā uzmanība un audzināšana būtu pietiekami kvalitatīva, proti, daudz runāties, rotaļāties, nodarboties, mācīt dažādas iemaņas u.tml. Ja auklei tas ir darba specifika, tad mātei vēl jāveic arī mājas darbi un ne vienmēr var atrasties laiks, lai paspētu bērnam sniegt visu nepieciešamo pat nestrādājot un “sēžot” mājās. Visām sievietēm arī audzināšanas prasmes nav vienādas, ne visām patīk noņemt tikai ar bērnu. Būtisks ir audzināšanas un kopā pavadītā laika kvalitatīvs piepildījums, nevis laika daudzums, kas atvēlēts bērna aprūpei un nodarbībām ar bērniem. Bērna aprūpē un audzināšanā būtisks ir rezultāts, nevis persona, kas aprūpē bērnu. Zināmā mērā tas ir stereotips, ka tikai un vienīgi māte ir labākā bērna aprūpētāja un audzinātāja. Mazu bērnu aprūpe ir darbs 24 stundas diennaktī un 7 dienas nedēļā, un veicot šo darbu tikai vienam cilvēkam vairāku gadu garumā, visticamāk kvalitāte mazinās, jo jebkurā darbā nepieciešams zināms laiks rekreācijai.

### Bērnu dārzs kā uzraudzības veids

Uz jautājumu “No kāda vecuma Jūs gribētu izmantot bērnu dārzu, ja būtu tāda vēlēšanās”, praktiski visas māmiņas atbildēja nosaucot konkrētu vecumu, proti, ka agrāk vai vēlāk vēlētos izmanto bērnu dārza sniegtos pakalpojumus. Tikai viena atbildēja, ka negribētu vispār un viena, ka nav par to domājusi. Tas liecina, ka nepieciešams aktīvāk attīstīt bērnu dārzu tīklu, jo pēc tā ir pieprasījums. Ja šobrīd jau vecāki gaida rindā, lai iekārtotu savas atvases bērnu dārzos, tad, turpinoties dzimstības pakāpeniska pieauguma tendencei, pieprasījums pēc tiem pieaugs vēl straujāk, arī bērniem, vecumā līdz 2-3 gadiem. “Uzskatu, ka jābūt vairāk bērnu dārziņu, kas ņemtu bērnus no 1 gada vecuma, jo pabalsts ir ļoti mazs, lai varētu iztikt, bet ja izvēlas vecāki strādāt, tad aukli algot ir ļoti dārgi.”

Būtiski ir izzināt, no kāda vecuma ģimenēm ir vēlme izmantot bērnu dārzu piedāvātos pakalpojumus. Pēc aptaujas datiem, vairums (3/4) sieviešu vēlētos iekārtot bērnu dārziņā vēl pirms 3 gadu vecuma. Tādu, kas uzskata, ka bērnam jāapmeklē bērnu pirmsskolas iestāde tikai pāris gadus pirms skolas pēc aptaujas datiem ir ļoti maz – vien pāris māmiņas. Ir arī īpaši gadījumi: “Gribētu no 3 gadiņiem. Vīrs dibinājis bērnu dārzu, audzinātājas ir brīnīšķīgas, vienīgi tāpēc apsveru, citādi droši vien būtu gaidījusi līdz skolas vecumam”. Katra ceturta no intervētajām sievietēm uzskata, ka tieši 3 gadi ir vecums, kad uzsākt dienas gaitas dārziņā. No visām intervētajām sievietēm 38% gribētu, lai bērns apmeklē dārziņu jau pirms 2 gadu vecuma sasniegšanas un 36% - vecumā 2-3 gadi. Arī visjaunākā vecuma bērnus mātes gribētu iekārtot bērnu pirmsskolas iestādē – 5% gribētu, lai bērns apmeklē t.s. ”silīti” arī pirms gada vecuma, 16% vēlētos iekārtot bērnu dārziņā līdz pusotra gada vecumam: “no 1,5 gadiem, jo pēc 2 gadu vecuma grūtāk “atdalīties” no ģimenes”; “gribētu no 1,5 gadu vecuma, bet ņem tikai no

2 gadiem". Daži jau to ir izdarījuši un ir apmierināti gan paši, gan bērns: "bērns iet dārziņā no 1,5 gadu vecuma, viņam ļoti patīk, pierada ātri, un bez problēmām"; "bērns apmierināts, 6-7 bērni grupiņā".

### Vecāku vēlmes par bērna kopšanas pabalsta apmēru un izmaksu nosacījumiem

Ar aptaujas palīdzību var izziņāt arī ģimeņu vēlmes par labāko bērnu kopšanas pabalsta izmaksas kārtību, proti, nosacījumiem un apmēru. Darba likums paredz, ka atvaļinājums bērna kopšanai ir līdz diviem gadiem. Valsts sociālo pabalstu likums nosaka, ka personai, kura aprūpē bērnu līdz 2 gadu vecumam, tiek maksāts pabalsts bērna kopšanai.

Aptaujā sievietēm bija jāizvēlas, kāda bērna kopšanas pabalsta izmaksas kārtība, viņuprāt būtu labāka. Izvēlei tika piedāvāti divi pēc būtības dažādi varianti:

- bērnu kopšanas pabalsts 80% apmērā no iepriekšējās algas tiek maksāts līdz bērna divu gadu vecumam, ja māte nestrādā;
- divus gadus saņemt pabalstu līdzšinējā apjomā (Ls 30,-), abiem vecākiem strādājot.

Vairums sieviešu tomēr vēlētos savus bērnus visjaunākajā vecumā aprūpēt pašas, nestrādājot, ja tiek maksāts ar izdevumiem samērojams pabalsts, kāds varētu būt arī 80% no iepriekšējās algas. Jāpiebilst, ka aptauja tika veikta pirms sabiedrībā aktualizējās demogrāfiskie jautājumi, un pirms tika izteikta ideja par "māmiņu algu" gada ilgumā pēc bērna piedzimšanas.

69% aptaujāto sieviešu labprātāk divus gadus audzinātu bērnu mājās pašas, ja saņemtu pabalstu 80% apmērā no iepriekšējās algas, 24% izvēlētos strādāt un saņemt katru mēnesi Ls 30,-, kurus, visticamāk, varētu izmantot, lai kaut daļēji kompensētu izdevumus par bērnu aprūpi un uzraudzību. Pārējie izteica detalizētāku viedokli, nevis izvēlējās vienu no piedāvātajiem variantiem.

Otro variantu izvēlējušās gandrīz visas ģimenes, kurās dzīvo kopā trīs paaudzes, kas nozīmē, ka bērnu varētu pieskatīt vecvecāki. Ģimenes, kuras izvēlējās saņemt pabalstu, abiem vecākiem strādājot, sieviete atsākusi darba gaitas vidēji nedaudz agrāk nekā ģimenēs, kuras atbalstījušas pirmo variantu. Tomēr atšķirība nav tik izteikta, lai nozīmīgi pamatotu izvēles dažādību. Daži, kuri izvēlējušies otro variantu, pamatojuši savu izvēli: tādēļ, ka "nedrīkst sodīt cilvēkus, kuri maksā nodokļus", ka "ļoti bieži strādā tieši naudas dēļ", ka "pretējais veicina likumu apiešanu", ka "šo variantu izvēlas cilvēki, kas orientēti uz dzīvi ārpus mājas", ka otrs variants ir pieņemams, ja kopā dzīvo abi vecāki, ja nē – tad pirmais ir izdevīgāks.

Labākais tomēr būtu ļaut vecākiem izvēlēties pašiem, jo liela nozīme ir algai, kura saņemta iepriekš. Ja bijis darbs ar labu algu, tad izdevīgāks ir pirmais variants, ja nē, iespējams, otrs. Tika izteikts priekšlikums, ka pietīku, ja pabalsts būtu arī 50% apmērā (ja alga bijusi pietiekami liela). Pirmais variants ir neizdevīgs, ja alga maksāta "aplaksnē". Svarīgi arī, kāds ir bērna veselības stāvoklis. Daži uzskata, ka labi ir abi varianti un ja vēl varētu paši izvēlēties, kuru izmantot. Tomēr piedāvātajiem variantiem ir arī daudz neskaidrību, jo ne visiem ir bijusi iespēja labi pelnīt pirms bērna piedzimšanas un ne visiem ir iespēja strādāt pēc bērna dzimšanas.

Tomēr pēc aptaujā iegūtajiem viedokļiem ir skaidrs, ka vairums sieviešu Latvijā labprātāk audzinātu bērnus pašas, vismaz pirmajā dzīves gadā, sevišķi, ja būtiski nepazeminātos ģimenes ienākumi (starpību izlīdzinātu valsts atbalsts). Taču ne visas, jo pietiekami liels īpatsvars sieviešu vēlētos bērnu audzināšanu jau kopš dzimšanas savienot ar profesionālo nodarbinātību, gan vadoties no personiskām vēlmēm, gan ņemot vērā vidējo dzīves līmeni Latvijā, kad vienam pelnītājam ģimeni uzturēt atbilstoši vajadzībām ne vienmēr ir reāli.

Aptauja tika veikta 2003. gada sākumā, 17.02.2004. g. MK atbalstīja LM izstrādātos priekšlikumus, kas paredz, ka no 2005. gada bērna piedzimšanas pabalsts būs Ls 296,-, kā arī bērna kopšanas pabalsta palielināšanu un izmaksas principu maiņu, proti, gada garumā maksāt pabalstu iepriekšējās algas apmērā, nosakot minimālo un maksimālo robežu. Vēl gan nav zināms, vai budžetā tiks atrasta nauda minēto lēmumu īstenošanai, kas pēc LM aprēķiniem 2005. gadā prasīs vairāk nekā 30 miljonus latu.

Vienkāršākais rīcības variants, ja būtiski netiek mainīts bērna kopšanas pabalsta lielums, būtu atcelt nosacījumu, ka pabalsts bērna kopšanai tiek maksāts tikai nestrādājošām vai noteiktu stundu skaitu strādājošām mātēm (personām, kas kopj bērnu), jo strādājošā māte nodokļos

samaksā krietni vairāk. Tomēr tas būtu atvieglojums ģimenēm bērna aprūpes un uzraudzības izmaksu segšanā (kā daļa no samaksas auklei).

### Secinājumi

Aptaujas rezultāti apstiprina pieņēmumu, ka Latvijā īstenojamie ģimenes atbalsta pasākumi ģimenēm ar bērniem sniedz vairāk morālu nekā materiālu palīdzību. Esošie pasākumi ne vienmēr apmierina vecāku vēlmes vai pat ierobežo vēlamāko rīcību.

Likums nosaka, ka bērna kopšanas pabalsts tiek maksāts tikai algotu darbu nestrādājošam vai noteiktu stundu skaitu nedēļā nodarbinātam aprūpētājam. Strādājot nepilnu darba dienu, pietiekami daudz laika var pavadīt ar bērnu, kā arī nopelnīt papildus līdzekļus un vēl saņemt pabalstu. Bez tam tā ir iespēja atrasties citā ne tikai mājas vidē, un uzturēt līmenī profesionālās iemaņas. Nepilnā slodze daļēji ir risinājums, tomēr Latvijā šis nodarbinātības veids nav ne plaši atzīts, ne ļoti izplatīts. Tā nav realizējama visās darba vietās darba specifikas dēļ vai darba devēja ieinteresētības trūkuma rezultātā.

Strādājot pilnā slodzē, nopelnīt iespējams vairāk, bet jāatrisina bērnu uzraudzības jautājums, lai varētu savienot bērnu audzināšanu ar profesionālām aktivitātēm. Bērnu pirmsskolas iestādēs lielākoties tiek uzņemti bērni sākot no 2 gadu vecuma, vecumā līdz 2 gadiem tikai atsevišķos bērnu dārzos. Ne visās ģimenēs bērna vecvecāki ir pensijā un var pieskatīt mazbērnu, ne visas jaunās ģimenes var atļauties algot aukli. Bērnu uzraudzība ir papildus izdevumi.

Zināmā mērā apburtais loks: māte vai tēvs varētu aprūpēt bērnu vismaz jaunākajā vecumā mājās, bet krasi samazinās ienākumi, kaut izdevumi ir pieauguši sakarā ar bērna ienākšanu ģimenē, un maksātais pabalsts ir salīdzinoši mazs. Ja aprūpētājs atsāk darba gaitas, ienākumi pieaug, bet aktualizējas bērnu uzraudzības jautājums, kas prasa papildus izdevumus un aktivitātes labākā varianta (aukle, vecvecāki, bērnu dārzs u.c.) meklējumos, kad piedāvājums praktiski neatbilst pieprasījumam.

Galvenais iemesls, kāpēc vairums sieviešu atsāk strādāt laikā, kad pienākas atvaļinājums bērna kopšanai, ir materiālais – dzīves apstākļu nodrošināšanai vai uzlabošanai, zināma sievietes finansiāla neatkarība u.tml. Nepieciešamība pēc lielākiem ienākumiem liecina, ka sakarā ar bērna piedzimšanu uz laiku zaudēto ienākumu daļējās kompensācijas mehānisms atbilstošo pabalstu veidā ir nepietiekams situācijas risinājums.

Ģimenēm ar vienu vai pat nevienu pelnītāju niecīgais bērnu kopšanas pabalsta apjoms sedz daļu bērna iztikas izdevumu un tārad veic zināmu sociālās palīdzības lomu. Taču nodarbināto ģimenēs tā saņemšanas nosacījumi nonāk pretrunā ar ekonomiskās aktivitātes veicināšanas un sociālās apdrošināšanas principiem. Līdz ar to ģimenes atbalsta orientācija uz patriarhālu ģimenes modeli drīzāk veicina bērnu skaita ierobežošanu nekā pašu vēlamās un tautas pastāvēšanai nepieciešamās 2-3 bērnu ģimenes izveidi.

Eiropā arvien vairāk tiek domāts, kā savienot sievietes profesionālo nodarbinātību ar bērnu audzināšanu un mātes lomas īstenojumu. Latvijas iedzīvotāji ir izdarījuši savu izvēli par iekļaušanos Eiropas Savienības sastāvā. Ja vēlamies pārņemt labāko un virzīt sabiedrības attīstību atbilstoši Eiropas tendencēm, aktualizējas arī jautājums par bērnu aprūpes savienošanu ar profesionālo darbību. Arī sievietes ar bērniem, kuri ir jaunāki par 2 gadiem vēlas strādāt, ne tikai audzināt bērnus, kaut arī būšana kopā ar bērnu pirmajos mēnešos un pirmā gada laikā, pēc vecāku domām, ir svarīga.

Ņemot vērā, ka ne visas sievietes vēlas ilgstoši atrasties atrauti no profesionālās sfēras, ne visām ir atbilstošas prasmes un vēlmes ilglaicīgi nodoties tikai bērnu aprūpei, lai ģimenes īstenotu iecerēto bērnu skaitu, būtu nepieciešams arī atbilstošs valsts atbalsts ģimenēm ar bērniem. Labākais, ja tiek piedāvātas (likumos un noteikumos noteiktas) iespējas ģimenēm izvēlēties pašām. Proti, ja māte vai tēvs bērna jaunākajā vecumā vēlas aprūpēt un audzināt pēcnācējus paši, tad nodrošināt šo iespēju, maksājot ar izdevumiem samērojamu zaudēto ienākumu kompensāciju. Ja māte vēlas iespējami ātrāk atsākt strādāt, tad būtu vēlams atbalsts no valsts puses bērna uzraudzības nodrošināšanā. Proti, attīstīt bērnu pirmsskolas iestāžu tīklu, kas būtu pieejams visās apdzīvotās vietās un arī bērniem, kas jaunāki par diviem gadiem, kā arī paplašināt sertificētu aukļu dienesta attīstību un vispārēju pieejamību. Jārada iespēja ģimenēm

izvēlēties vēlamāko bērna uzraudzības veidu un sniegt atbalstu tā izdevumu segšanā. Arī gadījumos, ja mazbērnu uzrauga vecvecāki, paredzēt zināmu kompensāciju vai nodokļu atvieglojumus vecākiem.

Bērni ir nozīmīga vērtība ne tikai vecākiem, bet arī svarīgs nosacījums paaudžu nomaīņai un sabiedrības ilgtspējīgai attīstībai. Valsts atbalsta pasākumiem ģimenēm ar bērniem vajadzētu atbilst ne tikai budžeta iespējām, bet arī vecāku vēlmēm. Ja atbalsta pasākumi ir ne vien vecāku vēlmēm atbilstoši, bet arī pietiekami elastīgi un dažādi, pastāv lielāka varbūtība, ka ģimenes īstenos vēlamo bērnu skaitu, un rezultātā paaudžu nomaīņa realizēsies vismaz tādā pašā vai nedaudz sašaurinātā apjomā.

### Izmantotā literatūra un datu avoti

1. Valsts sociālo pabalstu likums. Pieņemts Saeimā 01.31.2002., spēkā no 01.01.2003. – <http://www.likumi.lv/doc.php?id=68483>
2. MK noteikumi Nr.349 "Noteikumi par bērna kopšanas pabalsta apmēru, tā pārskatīšanas kārtību un pabalsta piešķiršanas un izmaksu kārtību". Pieņemti 01.07.2003., spēkā no 05.07.2003. – "Latvijas Vēstnesis" Nr. 100(2865), 04.07.2003.
3. LR LM. Informatīvais pārskats par galvenajām sociālās politikas pārmaiņām 2002. gadā. Rīga. 2004.
4. LR CSP. Mātes nodarbinātība un bērnu nabadzība. MONEE reģionālā monitoringa ziņojums 2003. Rīga. 2003. 38 lpp.
5. LR CSP. Latvijas demogrāfijas gadagrāmatas 1997. – 2002. g.
6. LR CSP. Sociālie procesi Latvijā 2003. Rīga. 2003. 152 lpp.
7. LR CSP. Latvijas statistikas gadagrāmata 2003. Rīga. 2003.
8. LR EM. Ziņojums par Latvijas tautsaimniecības attīstību. Rīga. 2003. g. jūnijs. 148 lpp.
9. Izglītības iestādes Latvijā 2002./2003. māc. gada sākumā. Rīga. 2004. 134 lpp.
10. Izglītības iestādes Latvijā 1996./1997. māc. gada sākumā. Rīga. 1997. 105 lpp.

Ieva Marga Markausa

## Darbs un atpūta XXI gadsimtu sākot

### Ievads

Aptauja „Darbs un atpūta XXI gadsimtu sākot” paredzēta mūsdienām un tuvākajai nākotnei raksturīgo dzīvesveida īpatnību izpētei: kopējai darba slodzei un tā raksturam, kompensējošo kustību un brīvā laika nodarbību biežumam, veselības varbūtējo traucējumu izpausmēm, informētībai par veselīgu atpūtu. Aptaujas lapās (sk. pielikumā) daļa jautājumu pārņemti no 2000. gada pētījumu programmas „Latvijas iedzīvotāji un tautas veselība” ietvaros veiktās aptaujas par veselīga dzīvesveida izplatību visu aktīvā vecuma iedzīvotāju vidū, kas rada salīdzinājuma iespējas ar 2003. gada aptaujas rezultātiem.

Rēķinoties ar tālākām neizbēgamām pārmaiņām tautsaimniecības nozaru struktūrā un atbilstoši tam arī nodarbināto profesionālajā sastāvā, 2002. gada aptaujai tika atlasīti tādu nozaru un profesiju pārstāvji, kuru skaits Latvijā pēdējos gados ir palielinājies un tuvākajā nākotnē šo tendenci saglabās vai vismaz nemainīs uz pretējo: skaitļošanas tehnikas speciālisti un lietotāji – izglītības, pārvaldes, finansu, tirdzniecības un arī medicīnas darbinieki, citi radošie darbinieki, pakalpojumu sniedzēji, kā arī dažu strādnieku arodu pārstāvji – galvenokārt autovadītāji, kuru skaita mazināšanās nav paredzama. Tieši viņu darba raksturs, kā arī prasme atbilstoši tam atpūsties, kļūs par izplatītāko un neizbēgami iesaids arvien lielākas iedzīvotāju daļas veselību, darbaspējas saglabāšanos un kopējo aktīvā mūža garumu.

Pavisam dažādās pilsētās un laukos iegūtas 707 aizpildītas aptaujas lapas, jeb aptuveni 0,1% visu minēto kategoriju darbinieku Latvijā. Izvēlēto profesionālo grupu pārstāvji strādā dažādās nozarēs, bet katras kopskaits svārstās no 1 līdz 30 tūkstošiem [Profesiju apsekojuma ... 2002: 45-50]. Tāpēc respondenti atlasīti pēc faktiskā darba rakstura ne proporcionāli līdzīgu speciālistu kopskaitam, bet ar analīzei pietiekamu aptaujāto skaitu (ne mazāk par 25) katrā profesionālā grupā.

Atbilstoši pētījamo profesionālo grupu izvēles principam aptaujas kopumā dominē pilsētnieki (80%), bet vidējo un augstāko izglītību jau ieguvušo vai vēl studējošo īpatsvars ir lielāks nekā visā aktīvā vecuma iedzīvotāju vidū. Savukārt divdesmitgadnieku ir samērā vairāk, bet piecdesmit gadus pārsniegušo – mazāk nekā visu nodarbināto vidū (1. tabula).

Minēto izlases kopuma veidošanas īpatnību dēļ aptaujas rezultāti nav attiecināmi ne uz visiem aktīvā vecuma iedzīvotājiem, ne visiem nodarbinātiem, bet tikai šo – informācijas laikmetam raksturīgo – profesiju pārstāvjiem. Sakarā ar to iegūto aptaujas datu analīzē galvenā vērtība pievēršama šī kopuma darba slodzes un veselības īpatnībām, ja tādas būtu, atšķirībā no visiem atbilstošā vecuma iedzīvotājiem, kā arī atsevišķu profesionālo grupu savstarpējiem salīdzinājumiem un dažādu darba slodzes raksturojumu varbūtējai saistībai ar rīcību savas veselības uzturēšanā un to sekām.

### Darba nedēļa

Gan vīriešiem, gan sievietēm darba nedēļa pārsniedz 40 stundas (2. tabula), tā ir garāka par likumā noteikto. Darba ilgumu ietekmē dzimums un vecums, arī profesija. Vīriešu darba nedēļa vidēji ir garāka nekā sievietēm, un šīs atšķirības pastāv visās vecuma grupās.

Vīrieši visvairāk strādā vecumā no 30 līdz 39 gadiem, sievietēm garās darba nedēļas periods ir vecumā no 30 līdz 49 gadiem. Sievietes algas darbam ziedo mazāk laika nekā vīrieši (nedēļā vidēji 40, 2 stundas, vīrieši – 44,8 stundas), un šīs atšķirības ir vērojamas visās vecuma grupās. Vīriešu vidū garā darba nedēļa izplatīta visās vecuma grupās: 28 – 60 % vīriešu strādā vairāk nekā 50 stundas, tik ilgs darba laiks raksturīgs aptuveni trešai daļai sieviešu vecumā no 30 līdz 39 gadiem; līdz 30 gadiem un pēc 50 gadiem sieviešu darba nedēļa vidēji nesasniedz 40 stundas.

1. tabula

Izlases kopuma raksturojums, % grupā  
• Composition of the sample

Profesiju grupas • Occupations	N	no tiem, % • of them, %			
		vecumā līdz 40 gadiem • at age up to 40 years	ar augstāko un nep. augstāko izglītību • with higher education including under-graduates	sievietes • women	līdztekus darbam studē • studying
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	44	54,4	97,7	79,5	27,3
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	40	57,5	87,5	52,5	25,0
Mediķi • Health professionals	53	45,3	58,5	81,1	9,6
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	66	51,6	98,5	72,7	47,0
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	81	74,0	76,6	23,4	30,9
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	79	53,1	35,4	70,9	60,8
Ierēdņi • Civil servants	95	65,3	75,8	61,0	47,4
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	76	64,4	26,3	92,1	43,4
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	83	90,3	27,7	66,3	33,3
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	49	57,1	12,2	16,3	8,2
Studenti (nestrādā) • Students (not employed)	39	100,0	100,0	71,8	-
Kopā/vidēji • Total/average	707	63,6	58,7	62,1	36,6

2. tabula

Respondentu sadalījums pēc nedēļā nostrādāto stundu skaita,  
saistībā ar dzimumu un vecumu, %

• Distribution of respondents by actual working hours in previous week, % by sex and age

Stundas • Hours	Vīrieši, kopā • Men, total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes, kopā • Women, total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
0	6,1	7,9	1,4	5,9	12,0	10,2	14,6	4,5	8,3	12,5
< 40	14,8	18,4	13,5	15,7	-	16,9	20,7	18,2	13,2	10,4
40	20,1	22,8	23,0	9,8	20,0	25,1	26,2	25,5	20,7	31,3
41-50	19,7	28,1	18,9	19,6	8,0	21,9	20,1	21,8	24,0	22,9
> 50	39,4	40,7	43,2	49,0	60,0	26,0	18,3	30,0	33,9	22,9
Vidēji stundas • Average, hours	44,8	40,7	48,7	47,9	45,9	40,2	35,7	43,7	43,7	38,8
N	264	114	74	51	25	443	164	110	121	48

Visu pētījumam izvēlēto profesiju pārstāvju darba nedēļa pārsniedz likumā noteiktās 40 stundas (3. tabula), visilgāk nākas strādāt pakalpojumu sfēras darbiniekiem – vidēji 48,3 stundas nedēļā, no viņiem gandrīz trešai daļai darba nedēļa ilgst no 41 līdz 50 stundām.

Lielākajā daļā profesiju dominējošā slodze ir – vairāk nekā 50 stundas: it sevišķi skolotāju, radošo un vadošo darbinieku, strādnieku, skaitļotāju, inženieru un finanšu – tirdzniecības speciālistu vidū ir augsts to īpatsvars (34,2 – 48,5%), kuru darba nedēļa pārsniedz 50 stundas.

3. tabula

**Dažādu profesiju pārstāvju sadalījums pēc nedēļā nostrādāto stundu skaita, %**  
**• Representatives of the occupations by working hours a week, %**

Profesiju grupas • Occupations	Nostrādātās stundas • Hours						N
	0	<40	40	41-50	50+	Vidēji* • Average	
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	2,3	20,5	29,5	20,5	27,3	43,4	44
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	2,5	17,5	20,0	20,0	40,0	45,0	40
Mediķi • Health professionals	15,1	24,5	11,3	24,5	24,5	43,5	53
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	4,5	21,2	7,6	18,2	48,5	46,0	66
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	2,5	12,3	18,5	29,6	37,0	45,4	81
Finanšu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	5,1	7,6	30,4	2,8	34,2	45,2	79
Ierēdņi • Civil servants	7,4	13,7	35,8	16,8	26,3	42,2	15
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	1,3	14,5	43,4	19,7	21,1	42,8	76
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	4,8	21,7	13,3	31,3	28,9	48,3	83
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	8,2	10,2	24,5	12,2	44,9	46,0	49

\* bez studentiem un darba nebijušiem • without students and absent

Gandrīz ceturtaī daļai mediķu darba nedēļa nesasniedz 40 stundas, bet tik pat bieži viņu vidū ir izplatīts darba nedēļas ilgums no 41 līdz 50 stundām un vairāk par 50 stundām.

Atšķirīgais vidējais darba nedēļas ilgums dažādās profesijās zināmā mērā saistīts ar nodarbināto sastāvu pēc dzimuma: tas ir salīdzinoši mazāks tajās profesijās, kurās ir augsts sieviešu īpatsvars: grāmatveži, ekonomisti, banku darbinieki.

Garā darba nedēļa lielā mērā saistās ar vecumu un izglītību: vīriešu vidū līdz ar gadiem pieaug augstāko izglītību ieguvušo (līdz 30 gadiem – 13,2%, 30-39 gadu vecumā – 51,4%, 40-49 gadu vecumā – 62,7%, virs 50 gadiem – 72,0%) un vairāk nekā 50 stundas nedēļā strādājošo īpatsvars un vidējais nostrādāto stundu skaits; sievietēm visaugstākais izglītības līmenis ir vecumā no 30 līdz 39 gadiem (augstāko izglītību ieguvušo īpatsvars ir 37,3%) un no 40 līdz 49 gadiem (40,5%) un šajās vecuma grupās darba nedēļa sievietēm ir visgarākā – vidēji vairāk nekā 43 stundas, un aptuveni trešā daļa strādā vairāk nekā 50 stundas nedēļā.

### Kas strādājošiem darbā ir svarīgi

Cilvēki no darba gaida un saņem ļoti daudz. Strādātāji visās profesijās saskata svarīgus un mazāk svarīgus aspektus atbilstoši darba raksturam un, iespējams, lielākai daļai izdodas strādāt sirdij tīkamam darbu saskaņā ar savu vērtību orientāciju: respondenti darba aspektus raksturoja, balstoties uz savu pieredzi. Darbs ir ne tikai peļņas avots. Tas ir sevis izpausmes, apliecināšanas veids visa mūža garumā.

Par to, kas abu dzimumu, dažāda vecuma respondentiem un katras profesijas pārstāvjiem darbā šķiet vairāk vai mazāk svarīgs, varam spriest, izmantojot konkrētu darba aspektu par ļoti svarīgu, svarīgu vai mazsvarīgu atzinušo respondentu īpatsvaru.

Vīriešu un sieviešu domas par to, kas darbā ir svarīgs un kas – mazsvarīgs vai nebūtisks – ir ļoti līdzīgas. Vienlīdz bieži – vairāk nekā 90% gadījumu – par ļoti svarīgām vai vienkārši svarīgām atzītas daudzas lietas: iespēja labi nopelnīt, sevis pilnveidošana, gandarījums par

paveikto, savu spēju pielietojums (4. tabula). Gandrīz visi respondenti neatkarīgi no profesionālās darbības izsakās, ka viņiem darbā ir ļoti svarīgi (vai vismaz svarīgi) labi nopelnīt – 92% (strādnieki) – 100% (radošie darbinieki, vadītāji) un gūt gandarījumu par paveikto – 83,7% (strādnieki) – 100% (radošie darbinieki, vadītāji). Jāatzīmē, ka 1,1-2,5% atsevišķās profesijās strādājošo nepiešķir nekādu nozīmi labas peļņas iespējām, un 1,3-7,6% tas ir mazsvarīgi – tas ir raksturīgāk profesijās, kuru pārstāvji biežāk uzsver sevis pilnveidošanas iespējas, darba radošo raksturu (skolotāji, zinātnieki), darba atbilstību interesēm (skaitļotāji, inženieri). Sevis, savu profesionālo prasmju pilnveidošana par būtisku uzskata gandrīz visi: 91,6% (pakalpojumu sniedzēji) – 98,5% (skolotāji, zinātnieki), salīdzinoši retāk to uzsvēruši strādnieki – 79,6%; savu spēju izmantošanu – 81,6 (strādnieki) – 100% (radošie darbinieki, vadītāji), svarīgi ir arī tas, ka darbs sakrīt ar interesēm („var nodarboties ar to, kas patīk”) – 80,2 (banku darbinieki) – 97,5% (skaitļotāji, inženieri). Faktiski visi iepriekš minētie aspekti ir savstarpēji saistīti, viens otru papildina. Tie ir svarīgi kā strādājošiem, tā arī tiem, kuri paralēli darbam studē. Sevis un savu profesionālo prasmju pilnveidošanu praktiski visi uzskata par ļoti svarīgu (izņemot strādniekus), bet pārējie aspekti biežāk tiek vērtēti kā vienkārši svarīgi.

Diezgan vienprātīgi par salīdzinoši mazsvarīgākiem atzīti šādi darba aspekti: darba laika brīva izmantošana, karjera, augsta stāvokļa sasniegšana sabiedrībā, iespēja būt cilvēkos. Ne visu profesiju pārstāvjiem minētais ir vienlīdz mazsvarīgs: lielākai daļai strādājošo karjera pārsvarā šķiet vismaz svarīga, kā mazsvarīgu to biežāk uztver skolotāji, zinātnieki, banku darbinieki.

Te izpaužas vecuma ietekme: darba laika brīvas izmantošanas nozīmi uzsver skaitļotāji, arī pakalpojumu sniedzēji – šajās profesijās nodarbināto sastāvs ir jaunāks nekā citās: no pakalpojumu sfērā strādājošiem respondentiem 90,3% ir jaunāki par 40 gadiem, skaitļotāju, inženieru vidū relatīvi jauno īpatsvars ir 74,0%; no pakalpojumu sniedzējiem karjeru kā ļoti svarīgu uzsver vairāk nekā piektā daļa.

Visiem visnebūtiskākais izrādījās – augsta stāvokļa iegūšana sabiedrībā, un biežāk kā mazsvarīgu un nenozīmīgu to minējuši skolotāji, zinātnieki, ierēdņi, vadošie un radošie darbinieki, arī grāmatveži: šajās profesijās nodarbinātie vairākums ir ar augstāko izglītību. Salīdzinoši lielāku nozīmi tam pievērš pakalpojumu sfērā nodarbinātie, finanšu – tirdzniecības speciālisti un mediķi (4. tabula) – viņu vidū ir salīdzinoši zemāks augsti izglītoto darbinieku īpatsvars. Minētais apliecina, ka izglītība ļauj katram saskatīt un izvērtēt dzīves pamatvērtības. Strādniekiem, ierēdņiem, banku darbiniekiem, vadošajiem darbiniekiem, grāmatvežiem biežāk mazsvarīga šķiet iespēja brīvi izmantot darba laiku. Iespēja darba laikā būt cilvēkos mazāk svarīga ir skaitļotājiem, inženieriem, strādniekiem, kas, visticamāk, izskaidrojams ar darba raksturu. 28,6% strādnieku atzinuši, ka viņiem nav svarīgs radošais moments darbā.

Karjeras iespējas darbā, arī augsta sabiedriskā stāvokļa iegūšanu kā būtiskas darba sastāvdaļas biežāk atzīmējuši tie strādājošie, kuri vienlaicīgi arī studē, un arī studentiem tas ir svarīgāk salīdzinājumā ar strādājošiem: iespējams, ka studijas tiek pamatoti uzskatītas kā nepieciešams pakāpiens vēlamu mērķu sasniegšanai (5. tabula). Runājot par relatīvi mazsvarīgākajiem darba aspektiem, atzīmējam salīdzinoši mazākas sieviešu ambīcijas attiecībā uz karjeru: to par ļoti svarīgu uzskata 14,2% sieviešu un 20,5% vīriešu, par mazsvarīgu attiecīgi 44,0% un 31,4% (6. tabula). Augsta stāvokļa sasniegšanu sabiedrībā saistībā ar darbu par būtisku uzskata nepilni 32% sieviešu (vīrieši – 37,1%). Iespēja brīvi izmantot darba laiku nozīmīgāka šķiet tiem, kuri vienlaicīgi ar studijām arī strādā, un vīrieši šo aspektu par svarīgu vai ļoti svarīgu uzskata biežāk nekā sievietes. Gandrīz 80% sieviešu svarīgi ir tas, ka darbs dod iespēju būt cilvēkos (no vīriešiem to atzīmējuši 59%).

Gan būtiskais, gan nesvarīgais darbā savu nozīmi respondentu subjektīvajā uztverē maina gadu ritumā, un nodzīvoto gadu ietekme vairāk izpaužas salīdzinoši mazsvarīgo darba momentu vērtējumā: karjeras iespējas, augsta stāvokļa sasniegšanu kā būtiskas parādības biežāk atzīmē gados jauni cilvēki, un šādi domājošo īpatsvars kā vīriešu, tā sieviešu vidū ar gadiem strauji samazinās. Gados vecāki vīrieši kā mazsvarīgu un nenozīmīgu vērtē brīvu darba laika izmantošanu, kas svarīgāka šķiet jaunībā, bet sievietēm ar gadiem palielinās darba laika nozīme – kā iespēja darbu apvienot ar citiem pienākumiem.

4. tabula

**Dažādus darba aspektus kā ļoti svarīgus un svarīgus  
atzinušo profesiju pārstāvju īpatsvars, %**  
• Percentage of respondents recognized certain possibilities of job  
as important for them by occupations

Aspekti • Possibilities	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health professionals	Skolotāji; zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji; inženieri • Comput-ing profess.; engineers	Finansu-irdzn. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service wor-kers	Strād-nieki • Machine operators, drivers etc.
Pilnveidot sevi, profesionālās prasmes • Maintenance of one's professional skills										
ļoti svarīgi • very important	61,4	55,0	64,2	48,5	48,1	55,7	50,5	52,6	41,0	20,4
svarīgi •important	31,8	42,5	30,2	50,0	49,4	41,8	43,2	42,1	50,6	59,2
Nodarboties ar to, kas patīk • Favourable activity										
ļoti svarīgi • very important	27,3	45,0	45,3	37,9	46,9	40,5	33,7	26,3	50,6	40,8
svarīgi •important	59,1	45,0	43,4	54,5	50,6	49,4	57,9	53,9	45,8	51,0
Strādāt radoši • Creative work										
ļoti svarīgi • very important	27,3	37,5	34,0	47,0	35,8	35,4	31,6	21,1	24,1	18,4
svarīgi •important	56,8	52,5	58,5	50,0	54,3	58,2	63,2	60,5	61,4	42,9
Gūt gandarījumu par paveikto • Satisfaction with results										
ļoti svarīgi • very important	36,4	60,0	52,8	57,6	45,7	44,3	46,3	46,1	43,4	40,8
svarīgi •important	59,1	40,0	43,4	40,9	50,6	44,3	48,4	44,7	51,8	42,9
Brīvi izmantot darba laiku • Free shedule of work										
ļoti svarīgi • very important	20,5	17,5	18,9	13,6	18,5	24,1	11,6	11,8	20,5	28,6
svarīgi •important	47,7	40,0	43,4	51,5	56,8	49,4	49,5	50,0	55,4	34,7
Izvirzīties, taisīt karjeru • Making career										
ļoti svarīgi • very important	18,2	15,0	11,3	6,1	13,6	10,0	10,5	6,6	22,9	18,4
svarīgi •important	38,6	45,0	39,6	33,3	43,2	38,0	43,2	36,8	44,6	26,5
Labi pelnīt • Good earnings										
ļoti svarīgi • very important	43,2	42,5	56,6	30,3	33,3	65,8	40,0	42,1	55,4	53,1
svarīgi •important	52,3	57,5	37,7	60,0	59,3	31,6	55,8	52,6	42,2	38,8
Sasniegt augstu stāvokli sabiedrībā • Having high status										
ļoti svarīgi • very important	4,5	7,5	5,7	3,0	3,7	12,7	2,1	2,6	9,6	4,1
svarīgi •important	20,5	20,0	34,0	24,2	30,9	22,8	30,5	22,4	36,1	30,6
Būt cilvēkos • Being among others										
ļoti svarīgi • very important	15,9	27,5	22,6	22,7	9,9	20,3	18,9	22,4	31,3	22,4
svarīgi •important	61,4	47,5	52,8	57,6	37,0	53,2	53,7	53,9	55,4	44,9
Likt lietā savas spējas • Application of one's abilities										
ļoti svarīgi • very important	22,7	47,5	39,6	36,4	30,9	31,6	43,2	34,2	31,3	26,5
svarīgi •important	63,6	52,5	52,8	60,6	56,8	62,0	52,6	60,5	63,9	55,1

**Aptaujāto īpatsvars, kuri dažādus darba aspektus vērtējuši kā ļoti svarīgus un svarīgus**  
**• Percentage of employed and students recognized certain possibilities at job**  
**as important for them**

Aspekti • Possibilities	Studē un strādā • Employed students		Tikai strādā • Employed		Tikai studē • Students	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
<b>Pilnveidot sevi • Maintenance of one's professional skills</b>						
ļoti svarīgi • very important	45,7	61,1	38,8	50,4	54,5	32,1
svarīgi • important	50,0	36,6	53,5	42,1	12,2	28,6
<b>Kopā • Total</b>	<b>95,7</b>	<b>97,7</b>	<b>92,3</b>	<b>92,5</b>	<b>66,7</b>	<b>60,7</b>
<b>Darīt to, kas patīk</b> <b>• Favourable activity</b>						
ļoti svarīgi • very important	55,7	39,4	42,1	32,9	36,4	42,9
svarīgi • important	41,4	46,3	51,4	57,9	36,4	21,4
<b>Kopā • Total</b>	<b>97,1</b>	<b>85,7</b>	<b>93,5</b>	<b>90,8</b>	<b>72,8</b>	<b>64,3</b>
<b>Strādāt radoši • Creative work</b>						
ļoti svarīgi • very important	31,4	34,9	32,2	27,5	27,3	21,4
svarīgi • important	50,0	58,9	50,4	62,1	45,4	35,7
<b>Kopā • Total</b>	<b>81,4</b>	<b>93,8</b>	<b>82,6</b>	<b>89,6</b>	<b>72,7</b>	<b>57,1</b>
<b>Gūt gandarījumu</b> <b>• Satisfaction with results</b>						
ļoti svarīgi • very important	51,4	48,0	40,4	49,6	27,3	39,3
svarīgi • important	45,7	45,1	50,3	46,2	45,4	25,0
<b>Kopā • Total</b>	<b>97,1</b>	<b>93,1</b>	<b>90,7</b>	<b>95,8</b>	<b>72,7</b>	<b>64,3</b>
<b>Brīvi izmantot darba laiku</b> <b>• Free schedule of work</b>						
ļoti svarīgi • very important	31,5	17,1	20,8	12,5	18,2	10,7
svarīgi • important	50,0	48,6	45,9	51,3	54,5	35,7
<b>Kopā • Total</b>	<b>81,5</b>	<b>65,7</b>	<b>66,7</b>	<b>63,8</b>	<b>72,7</b>	<b>46,4</b>
<b>Izvirzīties, taisīt karjeru</b> <b>• Making career</b>						
ļoti svarīgi • very important	30,0	13,7	16,4	7,9	27,3	28,6
svarīgi • important	47,1	41,7	33,9	39,6	27,3	21,4
<b>Kopā • Total</b>	<b>77,1</b>	<b>55,4</b>	<b>50,3</b>	<b>47,5</b>	<b>54,6</b>	<b>50,0</b>
<b>Labi pelnīt • Good earnings</b>						
ļoti svarīgi • very important	51,4	44,0	47,5	45,5	45,4	35,0
svarīgi • important	45,7	51,4	44,8	50,8	18,2	39,3
<b>Kopā • Total</b>	<b>97,1</b>	<b>95,4</b>	<b>92,3</b>	<b>96,3</b>	<b>63,6</b>	<b>63,3</b>
<b>Sasniegt augstu stāvokli sabiedrībā • Having high status</b>						
ļoti svarīgi • very important	12,8	3,4	7,1	3,7	9,1	14,3
svarīgi • important	35,7	29,1	25,1	26,7	36,4	25,0
<b>Kopā • Total</b>	<b>48,5</b>	<b>32,5</b>	<b>32,2</b>	<b>30,4</b>	<b>45,5</b>	<b>49,3</b>
<b>Būt cilvēkos</b> <b>• Being among others</b>						
ļoti svarīgi • very important	15,7	22,9	16,4	25,0	9,1	32,1
svarīgi • important	44,3	57,7	43,2	55,4	36,4	28,6
<b>Kopā • Total</b>	<b>60,0</b>	<b>80,6</b>	<b>59,6</b>	<b>80,4</b>	<b>45,5</b>	<b>60,7</b>
<b>Likt lietā savas spējas</b> <b>• Application of one's abilities</b>						
ļoti svarīgi • very important	40,0	37,1	30,7	33,8	18,2	39,3
svarīgi • important	57,1	55,5	58,5	60,4	45,4	25,0
<b>Kopā • Total</b>	<b>97,1</b>	<b>92,6</b>	<b>89,2</b>	<b>94,2</b>	<b>63,6</b>	<b>64,3</b>
<i>N</i>	<i>70</i>	<i>175</i>	<i>183</i>	<i>240</i>	<i>11</i>	<i>28</i>

6. tabula

Dažādus darba aspektus par ļoti svarīgiem un svarīgiem atzinušo respondentu īpatsvars, saistībā ar dzimumu un vecumu, %

Percentage of respondents recognized certain possibilities of job as important for them by sex and age

Aspekti • Possibilities	Vīrieši kopā • Men total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes kopā • Women total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Pilnveidot sevi, profesionālās prasmes • Maintenance of one's professional skills										
ļoti svarīgi • very important	41,3	45,6	36,5	35,3	48,0	53,5	56,1	50,9	48,8	62,5
svarīgi • important	51,1	48,2	56,8	54,9	40,0	39,1	31,7	47,3	43,0	35,4
Nodarboties ar to, kas patīk • Favourable activity										
ļoti svarīgi • very important	45,5	57,9	35,1	37,3	36,0	36,1	50,6	28,2	27,3	27,1
svarīgi • important	48,1	36,8	56,8	54,9	60,0	51,0	37,8	64,5	57,9	47,9
Strādāt radoši • Creative work										
ļoti svarīgi • very important	31,8	30,7	29,7	39,2	28,0	30,0	30,5	28,2	28,1	37,5
svarīgi • important	50,0	49,1	55,4	43,1	52,0	59,1	53,7	66,4	62,0	54,2
Gūt gandarījumu par paveikto • Satisfaction with results										
ļoti svarīgi • very important	42,8	47,4	40,5	41,2	32,0	48,3	49,4	52,7	41,3	52,1
svarīgi • important	48,9	43,9	52,7	52,9	52,0	44,5	38,4	44,5	52,9	43,8
Brīvi izmantot darba laiku • Free shedule of work										
ļoti svarīgi • very important	23,5	30,7	20,3	19,6	8,0	14,2	14,6	10,0	15,7	18,8
svarīgi • important	47,3	45,6	54,1	41,2	48,0	49,2	47,6	47,3	51,2	54,2
Izvirzīties, taisīt karjeru • Making career										
ļoti svarīgi • very important	20,5	36,0	9,5	5,9	12,0	11,5	22,0	7,3	5,0	2,1
svarīgi • important	37,1	39,5	41,9	37,3	12,0	39,3	45,1	41,8	33,1	29,2
Labi pelnīt • Good earnings										
ļoti svarīgi • very important	48,5	59,6	44,6	43,1	20,0	43,6	41,5	42,7	44,6	50,0
svarīgi • important	43,9	35,1	44,6	49,0	72,0	50,3	47,0	55,5	51,2	47,9
Sasniegt augstu stāvokli sabiedrībā • Having high status										
ļoti svarīgi • very important	8,7	16,7	4,1	2,0	-	4,3	6,7	2,7	-	10,4
svarīgi • important	28,4	32,5	28,4	25,5	16,0	27,5	34,8	27,3	22,3	16,7
Būt cilvēkos • Being among others										
ļoti svarīgi • very important	15,9	20,2	14,9	11,8	8,0	24,6	26,2	28,2	21,5	18,8
svarīgi • important	43,2	41,2	44,6	43,1	48,0	54,6	50,6	55,5	59,5	54,2
Likt lietā savas spējas • Application of one's abilities										
ļoti svarīgi • very important	32,6	38,6	31,1	27,5	20,0	35,4	42,7	34,5	27,3	33,3
svarīgi • important	57,6	54,4	58,1	62,7	60,0	56,2	43,3	61,8	66,1	62,5

Ko strādājošie gaida no sava darba – tas atkarīgs no katra paša, nevis no darāmā darba, jo profesiju pārsvarā gadījumu izvēlās saskaņā ar savu vērtību sistēmu.

Nestrādājošie studenti par to, kas viņiem darbā šķiet svarīgs, iespējams, runā iespēju, vēlmju līmenī, un tāpēc viņu domas no strādājošo domām nedaudz atšķiras: praktiski visus darba aspektus viņi (salīdzinājumā ar pārējiem) retāk uzskata par ļoti svarīgiem vai vienkārši svarīgiem, un būtiski viņiem šķiet darīt to, kas patīk, strādāt radoši, gūt gandarījumu par paveikto (5. tabula).

### Darbs un mājas rūpes

Vairāk nekā puse vīriešu un sieviešu, praktiski visās profesijās strādājošie lielākā vai mazākā mērā mājās turpina domāt par darbu, un darbā nespēj pilnībā atslēgties no mājas rūpēm, un ar vecumu pieaug to strādātāju īpatsvars, kuri nespēj mājās „izmest no galvas” domas par darbu. Piektā daļa gados jaunu vīriešu mājās par darbu nedomā, bet pēc 30 gadiem pieaug to īpatsvars, kuri „darbu nes līdz uz mājām”. Vīrieši biežāk nekā sievietes uzskata, ka spēj darbam koncentrēties. Iespējams, ka salīdzinoši lielāks to sieviešu īpatsvars, kurām grūti koncentrēties darbam, saistīts ar viņu ģimenes aprūpes pienākumiem: vidēji 33,6% sieviešu uzskata, ka darba dēļ viņas nepietiekami aprūpē ģimeni. Kā liecina laika budžetu pētījumi, strādājošo sieviešu un vīriešu majsaimniecības slodze atšķirās ievērojami: rīdiniem šī starpība ir 12,5 stundas, pārējās pilsētās – 11 stundas, laukos – 14,5 stundas nedēļā [Eglīte ... 1999]. Gan vīriešiem, gan sievietēm ģimenes rūpju un darba savienošana visbiežāk problēmas rada vecumā no 30 līdz 39 gadiem (7. tabula) – tas ir dzīves posms, kurā ļoti daudziem ir audzināmi bērni.

7. tabula

**Respondentu īpatsvars, kuri vairāk vai mazāk spēj atdalīt darbu un mājas rūpes, %**  
**• Ability to separate job's and family tasks by sex and age, %**

Spriedumi • Judgements	Vīrieši kopā • Men total	tai skaitā, vecumā • among them at age				tai skaitā, vecumā • among them at age				
		<30	30-39	40-49	50+	<30	30-39	40-49	50+	
Mājās pilnībā pārtraucu domāt par darbu • At home no thoughts about job										
tieši tā • exactly	15,2	20,2	12,2	13,7	4,0	14,2	14,0	20,9	9,9	10,4
ne gluži • partly	69,3	69,3	68,9	70,6	68,0	72,2	76,2	66,4	74,4	66,7
pilnīgi pretēji • quite opposite	14,4	7,9	18,9	15,7	28,0	10,6	3,0	12,7	14,0	22,9
Darbam grūti koncentrēties mājās rūpju dēļ • At job hardly forget about home										
tieši tā • exactly	5,7	7,9	6,8	2,0	-	9,0	9,1	10,9	6,6	10,4
ne gluži • partly	58,0	57,0	54,1	62,7	64,0	58,9	53,0	61,8	63,6	60,4
pilnīgi pretēji • quite opposite	35,2	32,5	39,2	35,3	36,0	28,0	29,9	26,4	27,3	27,1
Jūtu, ka nepietiekami rūpējos par ģimeni darba dēļ • Care about family seems to be limited because of job										
tieši tā • exactly	28,4	22,8	33,8	33,3	28,0	33,6	25,6	39,1	42,1	27,1
ne gluži • partly	48,9	49,1	48,6	51,0	44,0	45,6	45,7	43,6	43,0	56,3
pilnīgi pretēji • quite opposite	20,8	23,7	17,6	15,7	28,0	17,4	21,3	16,4	14,0	14,6
Darbā atpūšos no mājas rūpēm • I rest from home tasks at job										
tieši tā • exactly	22,3	23,7	21,6	21,6	20,0	24,2	26,8	27,3	19,8	18,8
ne gluži • partly	53,8	51,8	59,5	49,0	56,0	56,2	54,3	58,2	56,2	58,3
pilnīgi pretēji • quite opposite	22,3	21,1	18,9	29,4	24,0	15,8	11,0	13,6	21,5	22,9

Lielākajā daļā profesiju, izrādās, koncentrēšanās darbam īpašas rūpes nesagādā, nedaudz ar to saskarās banku darbinieki (8. tabula).

Darbam atvēlēt tikai darba stundas – tas labāk izdodas grāmatvežiem, banku darbiniekiem, strādniekiem, pakalpojumu sfēras darbiniekiem (kuru darba pienākumus ir iespējams veikt tikai darba vietā), savukārt skolotāji, zinātnieki, vadošie un radošie darbinieki salīdzinoši biežāk par darbu domā arī mājās. Viņi arī biežāk atzīst, ka nevar darbā atpūsties no mājas rūpēm. Mediķi, pakalpojumu sfēras darbinieki, strādnieki, skaitļotāji un inženieri biežāk nekā citās profesijās strādājošie darbā atpūšas no mājas rūpēm, viņi salīdzinoši retāk atsaucas uz koncentrēšanās grūtībām darbā.

Pašpārmetumi par ģimenes atstāšanu novārtā lielā mērā saistīti ar dzimumu un vecumu, koncentrēšanās darbam vairāk izriet no darba rakstura. Kopumā lielākā daļa strādājošo nevar pilnībā darbā nedomāt par mājām un „darbu atstāt darbā”, tomēr biežāk „velk mājas uz darbu” nekā „darbu nes uz mājām” (8. tabula): mājas un darbu salīdzinoši grūtāk ir nodalīt radošiem darbiniekiem un vadītājiem, skolotājiem, zinātniekiem, finansu – tirdzniecības speciālistiem.

8. tabula

**Dažādās profesijās strādājošo īpatsvars, kuri vairāk vai mazāk spēj atdalīt darbu un mājas rūpes, %**

**• Ability to separate job's and family tasks by occupations, %**

Spriedumi • Judgements	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmat-veži: eko-nomisti • Econo-mists; book-keepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Medi-ķi • Health profes-sionals	Skolo-tāji, zināt-nieki • Teaching profess.; resear-chers	Skait-lotāji, inžen-ieri • Compu-ting profess.; engi-neers	Finan-su-tirdzn. speci-ālisti • Finan-ce and sales profess.	Ierēd-ņi • Civil ser-vants	Banku u.c. klerki • Ban-king and office clerks	Pakal-poju-nu snie-dzēji • Ser-vice wor-kers	Strād-nieki • Machi-ne opera-tors, drivers etc.
Mājās pilnībā pārtraucu domāt par darbu										
• At home no thoughts about job										
tieši tā • exactly	18,2	10,0	9,4	1,5	12,3	11,4	13,7	19,7	27,7	22,4
ne gluži • partly	72,7	62,5	88,7	63,6	75,3	74,7	76,8	69,7	67,5	67,3
pilnīgi pretēji • quite opposite	9,1	27,5	1,9	33,3	12,3	13,9	9,5	7,9	4,8	10,2
Darbam grūti koncentrēties mājas rūpju dēļ										
• At job hardly forget about home										
tieši tā • exactly	9,1	7,5	5,7	6,1	4,9	8,9	7,4	11,8	8,4	6,1
ne gluži • partly	56,8	50,0	60,4	66,7	60,5	69,6	51,6	56,6	60,2	59,2
pilnīgi pretēji • quite opposite	31,8	42,5	32,1	25,8	34,6	19,0	41,1	27,6	31,3	34,7
Jūtu, ka nepietiekami rūpējos par ģimeni darba dēļ										
• Care about family seems to be limited because of job										
tieši tā • exactly	29,5	32,5	26,4	43,9	24,7	39,2	31,6	36,8	36,1	26,5
ne gluži • partly	45,5	45,0	58,5	39,4	51,9	48,1	45,3	44,7	39,8	51,0
pilnīgi pretēji • quite opposite	22,7	22,5	15,1	15,2	22,2	10,1	23,2	17,1	22,9	22,4
Darbā atpūšos no mājas rūpēm										
• I rest from home tasks at job										
tieši tā • exactly	20,5	20,0	30,2	18,2	28,4	24,1	20,0	13,2	32,5	28,6
ne gluži • partly	65,9	50,0	60,4	57,6	59,3	51,9	61,1	64,5	44,6	46,9
pilnīgi pretēji • quite opposite	11,4	30,0	9,4	22,7	12,3	22,8	18,9	17,1	21,7	24,5

Sievietes salīdzinoši biešāk ir noraižējušās par nepietiekamu ģimenes aprūpi darba dēļ: iespējams, ka te izpaužas sabiedrībā izplatītais (un sieviešu pieņemtais) stereotips par sievietes lomu ģimenē. Asāk šīs problēmas skar tās sievietes, kurām ir trīskārša slodze: darbs, mājas un studijas (9. tabula).

9. tabula

**Strādājošo īpatsvars, kuri vairāk vai mazāk spēj atdalīt darbu un mājas rūpes, %**

**• Proportion of employed able to separate job's and family tasks, %**

	Strādā un studē • Employed students		Tikai strādā • Employed	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Darbam grūti koncentrēties mājas rūpju dēļ	5,7	12,0	4,9	7,1
• At job hardly forget about home				
Jūtu, ka nepietiekami rūpējos par ģimeni darba dēļ	24,3	40,0	31,1	32,1
• Care about family seems to be limited because of job				
Darbā neatpūšas no mājas rūpēm	21,4	18,9	23,5	14,6
• At job can not forget about home				
Mājās pilnībā pārtraucu domāt par darbu	20,0	12,6	13,1	16,2
• At home no thoughts about job				

**Darbošanās ar tehniskajiem līdzekļiem darbā un mājās**

Strādājošo ikdienā strauji ienākušas jaunās tehnoloģijas, un ar tām, kā arī ar tradicionālajiem tehnikas līdzekļiem, iznāk saskarties kā darba laikā, tā arī ārpus darba. Dators kā darba rīks vairāk vai mazāk tiek izmantots visās profesijās (10. tabula), un daļa strādājošo ar to darbojas arī ārpusdarba laikā. Dažās profesijās (grāmatveži, finansu – tirdzniecības darbinieki, banku darbinieki) vērojama sakarība: ja darbā datoru lietojošo īpatsvars ir augsts, tad ārpusdarba laikā – zems. Savukārt skaitļotāji, inženieri, no kuriem darbā datoru lieto 87,7%, arī pēc darba ar to strādā gandrīz puse (49,4%). Iespējams, ka šīs atšķirības saistās ar darba saturu, cik lielā mērā tam piemīt radošais moments. Kopumā darbs ar datoru ir raksturīgs visās, domājams, perspektīvās, profesijās, mazākā mērā tikai pakalpojumu sfērā nodarbinātajiem un strādniekiem. Strādnieki ir vienīgie, kuri datoru biežāk izmanto nevis darbā, bet ārpus darba laika.

Profesijās, kurās ir augsts datoru lietotāju īpatsvars darbā, lielākai daļai darbs pie tā ilgst 6 un vairāk stundas dienā, pie datora pēc darba „aizsēdējušies” neatkarīgi no profesijas pie tā pavada ne pārāk daudz laika – pārsvarā līdz divām stundām dienā (11. tabula). No datora ārpus darba nespēj atrauties ¼ grāmatvežu, 35% radošo darbinieku un vadītāju (vairāk, nekā to izmanto darbā), aptuveni 1/3 skolotāju, zinātnieku: pārsvarā tie, kuri ne tik viegli var savus pienākumus iedalīt darba laikā un ārpus tā veicamos.

10. tabula

**Datora lietotāju sadalījums pēc datora lietošanas ilguma darbā, %**  
**• Distribution of respondents by longevity of work with PC at job, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam lietotāju • Share of users	no visiem lietojuši stundas dienā • of all by hours a day				
		<2	2-4	4-6	6-8	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	88,6	6,8	13,6	20,5	43,2	4,5
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	70,0	22,5	12,5	17,5	12,5	5,0
Mediķi • Health professionals	45,3	20,8	13,2	9,4	1,9	-
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	59,1	24,2	15,2	7,6	9,1	3,0
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	87,7	18,5	13,6	14,8	22,2	18,5
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	79,7	10,1	12,7	16,5	30,4	10,1
Ierēdņi • Civil servants	91,6	15,8	17,9	25,3	24,2	8,4
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	88,2	5,3	18,4	14,5	36,8	13,2
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	39,8	21,7	3,6	6,0	2,4	6,0
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	16,3	10,2	4,1	2,0	-	-

Daļa respondentu ir atzīmējuši, ka darba laikā viņiem ir iespējams/nepieciešams izmantot TV un/vai videomagnetofonu: robežās no 9,1% (grāmatveži) līdz 28,6% (strādnieki), tas varētu liecināt par ne visai intensīvu darba dienu, iespējām darba dienas laikā relaksēties, kā arī par darba specifiku, kas prasa TV un video izmantošanu. Tam pārsvarā tiek atvēlēts mazāk par divām stundām dienā. Piesummējot tās stundas, kas TV tiek atvēlētas brīvajā laikā, iznāk krietns laika sprīdis.

Dažādas elektriskās ierīces, darbarīkus visu profesiju pārstāvji vairāk izmanto ārpusdarba laikā, izņemot strādniekus – tas, tāpat kā auto vadīšana, viņiem saistās ar darba specifiku. Darbošanās laiks ar elektroinstrumentiem lielākai daļai ir mazāks par 2 stundām dienā – gan darbā, gan ārpusdarba laikā, līdz ar to var pieņemt, ka tas īpaši nevarētu ietekmēt labsajūtu, radīt nogurumu vai veselības traucējumus, ja nu vienīgi strādniekiem. Elektrisko ierīču izmantošana darba laikā lielākā mērā nekā ārpus darba saistās ar nodarbošanās veidu (13. tabula).

Ilgās darba stundas, darba raksturs, visumā augstās darbam izvirzītās prasības, ierobežotās iespējas atdalīt mājas rūpes no darba – tas veido darba slodzi, kura tiek raksturota dažādi. Fiziskā ziņā darbs pārsvarā tiek uzskatīts par ļoti vieglu vai vieglu, bet vienlaicīgi vairāk vai mazāk garīgi saspringtu, nogurdinošu, ar fiziskas slodzes elementiem (14. tabula). Garīgo sasprindzinājumu darbā vairāk uzsver darbinieki pēc 30 gadiem.

11. tabula

**Datoru ārpus darba lietotojušo sadalījums pēc datora lietošanas ilguma mājās, %**  
**• Distribution of respondents by longevity of work with PC at home, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam lietotāju • Share of users	no visiem lietojuši stundas dienā • of all by hours a day				
		<2	2-4	4-6	6-8	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	27,3	25,0	2,3	-	-	-
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	35,0	30,0	2,5	-	2,5	-
Mediķi • Health professionals	20,8	13,2	3,8	-	-	3,8
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	33,3	25,8	4,5	3,0	-	-
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	49,4	35,8	8,6	4,9	-	-
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	24,1	17,7	6,3	-	-	-
Ierēdņi • Civil servants	27,4	21,1	4,2	1,1	1,1	-
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	23,7	19,7	2,6	-	1,3	-
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	30,1	24,1	4,8	1,2	-	-
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	20,4	14,3	4,1	2,0	-	-

12. tabula

**TV, videomagnetofonu lietojušo sadalījums pēc lietošanas ilguma, %**  
**• Hours of watching at TV and video, %**

Profesiju grupas • Occupations	Darbā, pavisam • Used at job, total	t.sk stundas dienā • hours per day		Ārpus darba, pavisam • Used at home, total	t.sk stundas dienā • hours per day	
		<2	2+		<2	2+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	9,1	9,1	-	75,0	50,0	25,0
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	22,5	10,0	12,5	65,0	47,5	17,5
Mediķi • Health professionals	15,1	15,1	-	77,4	43,4	34,0
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	21,2	13,6	7,6	83,3	47,0	36,4
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	21,0	9,9	11,1	84,0	61,7	22,2
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	16,5	10,1	6,3	75,9	54,4	21,5
Ierēdņi • Civil servants	15,8	7,4	8,4	69,5	51,6	17,9
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	14,5	7,9	6,6	82,9	63,2	19,7
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	12,0	6,0	6,0	68,7	41,0	27,7
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	28,6	12,2	16,3	67,3	44,9	2,4

**Elektriskos darbarīkus vai ierīces lietojušo sadalījums pēc lietošanas ilguma, %**  
**• Users of different electric devices, %**

Profesiju grupas • Occupations	Darbā, pavisam • Used at job, total	t.sk stundas dienā • hours per day		Ārpus darba, pavisam • Used at home, total	t.sk stundas dienā • hours per day	
		<2	2+		<2	2+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	29,5	27,3	2,3	50,0	45,5	4,5
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	35,0	22,5	12,5	47,5	40,0	7,5
Mediķi • Health professionals	18,9	15,1	3,8	43,4	30,2	13,2
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	28,8	27,3	1,5	63,6	54,5	9,1
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	65,4	22,2	12,3	59,3	50,6	8,6
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	31,6	29,1	2,5	58,2	53,2	5,1
Ierēdņi • Civil servants	23,2	20,0	3,2	56,8	52,6	4,2
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	21,1	14,5	6,6	46,1	44,7	1,3
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	27,7	12,0	15,7	39,8	31,3	8,4
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	44,9	2,4	22,5	38,8	34,7	4,1

**Fiziskās slodzes raksturojums darbā, saistībā ar dzimumu un vecumu,  
% no respondentu skaita\***  
**• Physical activity level at work by sex and age, %**

Fiziskā slodze • Evaluation of activity	Vīrieši kopā • Men total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes kopā • Women total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Ļoti viegla – pārsvarā sēdošs darbs • Low – largely sedentary work	9,5	11,4	9,5	5,9	8,0	10,4	12,2	10,9	5,0	16,7
Ļoti viegla, bet darbs garīgi saspringts • Low – sedentary but stressful	32,2	26,3	37,8	31,4	44,0	46,0	32,9	48,2	57,9	56,3
Viegla – sēdošs un stāvošs darbs, kas ietver arī staigāšanu • Rather low – sedentary with standing and walking	25,8	24,6	33,8	19,6	20,0	18,3	26,2	15,5	14,9	6,3
Viegla – bet darbs nogurdinošs (ilgi jāstāv, jāsasprindzina uzmanība) • Rather low but tiresome due to long standing, high attention	15,9	18,4	10,8	17,6	16,0	12,9	12,2	15,5	9,9	16,7
Vidēja – daudz jāstaigā, jāceļ un jāpārvieto smagumi • Moderate – a lot of walking, lifting, carrying	9,8	13,2	5,4	11,8	4,0	8,6	7,9	10,0	10,7	2,1
Smags roku darbs – mežu izstrāde, smagie celtniecības darbi • High – heavy manual work	6,1	4,4	2,7	13,7	8,0	0,2			0,8	

\* starpība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

Savu darba slodzi kā garīgi saspringtu biežāk raksturo sievietes, it sevišķi tās, kuras vienlaicīgi strādā un studē (15. tabula).

15. tabula

**Darba fiziskās slodzes raksturojums, %**  
**• Physical activity level at work by employment, %**

Fiziskā slodze • Evaluation of activity	Strādā un studē • Employed students		Tikai strādā • Employed	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Ļoti viegla – pārsvarā sēdošs darbs • Low – largely sedentary work	11,4	12,0	9,3	10,0
Ļoti viegla, bet darbs garīgi saspringts • Low – sedentary but stressful	32,9	56,0	32,2	43,8
Viegla – sēdošs un stāvošs darbs, kas ietver arī staigāšanu • Rather low – sedentary with standing and walking	24,3	18,2	25,1	17,1
Viegla – bet darbs nogurdinošs (ilgi jāstāv, jāsprindzina uzmanība) • Rather low but tiresome due to long standing, high attention	20,0	8,6	14,8	17,5
Vidēja – daudz jāstaigā, jāceļ un jāpārvieto smagumi • Moderate – a lot of walking, lifting, carrying	7,1	3,4	11,5	11,2
Smags roku darbs – mežu izstrāde, smagie celtniecības darbi • High – heavy manual work	4,3	-	7,1	0,4

Garīgā slodze ir neatņemama grāmatvežu, ekonomistu, banku, finansu darbinieku darba sastāvdaļa. Fiziski viegls darbs, kas ietver arī stāvēšanu un staigāšanu, ir vairāk nekā ceturtaī daļai vadītāju un radošo darbinieku, arī inženieru, gandrīz trešai daļai skaitļotāju un inženieru. Ilgstoša stāvēšana, uzmanības sasprindzināšana – šos darba momentus uzsver pakalpojumu darbinieki, mediķi. Savukārt strādnieku vidū vairāk ir to, kuri atzīmējuši, ka darbs ir fiziski smags. No viņiem neviens nestrādā ļoti vieglu darbu (16. tabula).

Kā darba, tā ārpusdarba laikā daudzi strādājošie izmanto dažādus transporta līdzekļus, arī automašīnu (motociklus, motorollerus – retos gadījumos, tāpēc tālāk tekstā, runājot par transporta līdzekļu vadīšanu, tiks minēts tikai jēdziens „automašīna”). Būtiski ir noskaidrot, cik daudz strādājošo izmanto transportu gan kā tā vadītājs, gan kā pasažieris, un cik daudz laika šajās lomās nākas pavadīt. Neatkarīgi no izmantotā transporta veida, ja laiks ceļā uz darbu un no tā prasa dienā vairāk nekā stundu, var iestāties t.s. transporta nogurums. Daudzas transportā nosēdētās stundas (ceļā uz darbu un veicot darba pienākumus) summējas pie sēdošā darbā pavadītām stundām, līdz ar to var ietekmēt pašsajūtu.

Visās profesijās strādājošo lielākā daļa saistībā ar darbu biežāk ir pasažieri, nevis automašīnas vadītāji. Izņēmums ir strādnieki un mediķi, arī radošie darbinieki un vadītāji (17. tabula).

Automašīnas vadīšana pārsvarā ir raksturīga vīriešiem – saistībā ar darbu to nedēļas gaitā darījuši 53,8%, ārpus darba – 52,3%, sievietes attiecīgi 21,4% un 26,9%. Vīrieši galvenokārt ir automašīnas vadītāji, retāk – izmanto transportu kā pasažieri (darba dēļ – 43,2%, ārpus darba – 27,7%), savukārt sievietes pārsvarā ir pasažieres (saistībā ar darbu – 49,0%, ārpus darba laika – 34,8%). Šādas atšķirības saglabājušās visās vecuma grupās, vienīgi visjaunākie vīrieši (līdz 30 gadiem) un visvecākie uz darbu biežāk dodas kā pasažieri, nevis pie sava auto stūres.

Atsevišķās profesijās auto izmantošana darbam saistīta ar darba raksturu: darba dēļ automašīnu vada vairāk nekā puse strādnieku (63,3%) un dažāda ranga vadošo un radošo darbinieku (52,5%), 39,6% mediķu. No mediķiem pie auto stūres 15,1% pavada līdz vienai stundai dienā, un pavisam neliela daļa – 3,8% - no divām līdz četrām stundām un tik pat daudz – vairāk par četrām stundām dienā. No radošajiem darbiniekiem un vadītājiem dienā pie auto stūres no divām līdz četrām stundām pavada 15%, vairāk nekā 4 stundas – 12,5%, bet strādnieku vidū šie rādītāji ir 10,2% un 34,7%. Pārējās profesijās strādājošie auto ikdienā pārsvarā vada pusstundu – stundu.

16. tabula

**Fiziskās slodzes raksturojums saistībā ar profesiju, % no respondentu skaita\***  
**• Physical activity level at work by occupations, %**

Fiziskā slodze • Evaluation of activity	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health professionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu tirdzn. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Nav atbildes • No answer					1,5		1,1	1,3		
Ļoti viegla – pārsvarā sēdošs darbs • Low – largely sedentary work	15,9	15,0	1,9	1,5	14,8	13,9	13,7	18,4	4,8	
Ļoti viegla, bet darbs garīgi saspringts • Low – sedentary but stressful	70,5	42,5	30,2	51,5	50,6	53,2	51,6	59,2	7,2	8,2
Viegla – sēdošs un stāvošs darbs, kas ietver arī staigāšanu • Rather low – sedentary with standing and walking	6,8	27,5	13,2	18,2	30,9	15,2	27,4	17,1	24,1	12,2
Viegla – bet darbs nogurdinošs (ilgi jāstāv, jāsaņem uzmanība) • Rather low but tiresome due to long standing, high attention	2,3	-	30,2	27,3	3,7	10,1	6,3	2,6	39,8	22,4
Vidēja – daudz jāstaigā, jāceļ un jāpārvieto smagumi • Moderate – a lot of walking, lifting, carrying	4,5	10,0	20,8	-	-	6,3	-	1,3	24,1	32,7
Smags roku darbs – mežu izstrāde, smagie celtniecības darbi • High – heavy manual work	-	5,0	3,8	-	-	1,3	-	-	-	24,5

\* startība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

17. tabula

**Saistībā ar darbu automašīnu vadījušo īpatsvars, %**  
**• Longevity of driving a car connected with job, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam automašīnu vadījuši • Have driven, total	tai skaitā stundas dienā • of all hours a day					
		<0,5	0,5-1	1-2	2-4	4-8	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	27,3	4,5	9,1	9,1	4,5		
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	52,5	2,5	10,0	12,5	15,0	7,5	5,0
Mediķi • Health professionals	39,6	7,5	15,1	9,4	3,8	3,8	
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	12,1	1,5	3,0	4,5	3,0		
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	49,4	17,3	17,3	4,9	7,4	1,2	1,2
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	39,2	2,5	12,7	7,6	7,6	7,6	1,3
Ierēdņi • Civil servants	35,8	3,2	7,4	14,7	9,5	1,1	
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	21,1	3,9	13,2	1,3	1,3		1,3
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	19,3	8,4	3,6	4,8	1,2	1,2	
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	63,3	2,0	8,2	8,2	10,2	18,4	16,3

Automašīnas vadīšana darba dēļ ir vērojama nedaudz retāk nekā ārpusdarba laikā, tomēr strādnieki un radošie darbinieki, kuri dienas garumā darba dēļ auto vada daudzas stundas, ārpusdarba laikā to dara salīdzinoši maz (18. tabula).

18. tabula

**Ārpus darba automašīnu vadījušo sadalījums pēc vadīšanas ilguma, %**  
**• Longevity of driving a car out of job, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam automašīnu vadījuši • Have driven, total	tai skaitā stundas dienā • of all hours a day					
		<0,5	0,5-1	1-2	2-4	4-8	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	27,3	4,5	4,5	13,6	4,5		
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	45,0	12,5	20,0	7,5	2,5	2,5	
Mediķi • Health professionals	41,5	7,5	7,5	20,8	3,8	1,9	
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	12,1	1,5	3,0	4,5	3,0		
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	49,4	17,3	17,3	4,9	7,4	1,2	1,2
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	39,2	2,5	12,7	7,6	7,6	7,6	1,3
Ierēdņi • Civil servants	38,9	9,5	13,7	9,5	5,3	1,1	
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	31,6	9,2	9,2	9,2	3,9		
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	26,5	3,6	12,0	7,2	3,6		
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	44,9	6,1	14,3	12,2	6,1	6,1	

Nedēļas laikā darba dēļ transportu pasažieru statusā lietojošo ir vairāk nekā to, kuri transportu kā pasažieri izmantojuši ārpusdarba laikā (19. un 20. tabula). Strādājošie saistībā ar darbu pārsvarā pārvietojas kā pasažieri (grāmatveži, skolotāji, ierēdņi, zinātnieki), bet ārpusdarba laikā salīdzinoši biežāk paši sēžas pie automašīnas stūres (mediķi, radošie darbinieki, skaitļotāji, finansu darbinieki, ierēdņi).

Strādājošie kā pasažieri transportā darba dēļ pārsvarā pavada līdz vienai stundai dienā. Tomēr daļai strādājošo par pasažieriem nākās būt arī ilgāk nekā divas un pat četras stundas dienā. Visai atšķirīgo dažādās profesijās strādājošo braukšanas ilgumu galvenokārt nosaka dzīves un darba vietu novietojums un pārvietošanās iespējas – personīgā vai/un sabiedriskā transporta pieejamība.

19. tabula

**Saistībā ar darbu transportu pasažiera statusā izmantojušo sadalījums**  
**pēc izmantošanas ilguma, %**  
**• Proportion of respondents travelling to job as passengers, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam izmantojuši • Used transport	tai skaitā stundas dienā • of all hours a day					
		<0,5	0,5-1	1-2	2-4	4-6	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	56,8	18,2	22,7	11,4	2,3	-	2,3
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	50,0	12,5	17,5	15,0	2,5	2,5	-
Mediķi • Health professionals	35,8	5,7	11,3	11,3	5,7	1,9	-
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	51,5	4,5	19,7	10,6	12,1	4,5	-
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	49,4	18,5	13,6	9,9	7,4		-
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	43,0	19,0	12,7	6,3	2,5	2,5	-
Ierēdņi • Civil servants	51,6	7,4	21,1	20,0	3,2		-
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	42,1	7,9	22,4	7,9	1,3	2,6	-
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	43,4	12,0	16,9	6,0	4,8	3,6	-
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	32,7	6,1	16,3	4,1	4,1	2,0	-

**Pasažiera statusā transportu ārpus darba izmantojušo sadalījums  
pēc izmantošanas ilguma, %  
• Proportion of passengers except travels to job, %**

Profesiju grupas • Occupations	Pavisam izmantojuši • Used transport	tai skaitā stundas dienā • of all hours a day					
		<0,5	0,5-1	1-2	2-4	4-6	8+
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	43,2	20,5	20,5	2,3	-	-	-
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	37,5	7,5	17,5	12,5	-	-	-
Mediķi • Health professionals	20,8	7,5	5,7	3,8	1,9	1,9	-
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	36,4	9,1	15,2	4,5	6,1	1,5	-
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	49,4	18,5	13,6	9,9	7,4	-	-
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	25,3	11,4	6,3	6,3	1,3	-	-
Ierēdņi • Civil servants	24,2	10,5	8,4	3,2	2,1	-	-
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	31,6	9,2	13,2	3,9	1,3	3,9	-
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	37,3	14,5	12,0	2,4	6,0	2,4	-
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	22,4	6,1	10,2	4,1	2,0	-	-

Transporta līdzekļu izmantošana vadītāja un/vai pasažiera statusā darba laikā un ārpus tā ir raksturīga lielākajai daļai strādājošo, bez tā dzīve nav iedomājama, un katra paša ziņā ir – kā organizēt savu darba dienu, kā kompensēt transporta radīto stresu un nogurumu, lai neciestu pašsajūta un veselība.

Daļa strādājošo darbā nokļūst aktīvākā veidā – iet kājām (visu ceļu vai tikai kādu ceļa posmu) vai brauc ar divriteni, bez tam šādas visnotaļ ieteicamas fiziskas aktivitātes strādājošie mēdz piekopt arī nesaistīti ar darbu, un gala rezultātā tās var sekmēt veselības uzlabošanu/saglabāšanu.

Izrādās, ka vairāk nekā puse vīriešu un sieviešu ir samērā aktīvi staigātāji (vai velosipēda izmantotāji, bet vairāk gan ticams, ka iešana kājām ir populārāka) – dienā iešanai iztērē no pusstundas līdz vairāk nekā stundai (21. tabula). Vairāk nekā 1/3 vīriešu vecumā līdz 30 gadiem aktīvas pārvietošanās nolūkā dienā izlieto vairāk nekā stundu katru dienu, ar gadiem šādu aktīvistu īpatsvars sarūk, līdzīga sakarība vērojama sieviešu vidū, tikai viņas iešanai kājām pārsvarā ziedo no pusstundas līdz stundai dienā. Raksturīgi, ka, salīdzinot ar strādājošiem līdz 30 gadiem, 30-39 gadu vecumā strauji pieaug uz darbu ar automašīnu braucošo vīriešu un sieviešu īpatsvars, un līdz ar to samazinās ilgstošas kājāmiešanas piekritēju pulks.

### Brīvā laika nodarbības

Respondentu atbildes par brīvā laika nodarbībām liecina, ka strādājošie kopumā brīvo laiku pavada ļoti daudzveidīgi – fiziski aktīvās, pasīvās, intelektuālās, radošās, mākslinieciskās, praktiskās – dažāda rakstura nodarbībās, kaut gan ļoti stingri pēc rakstura tās norobežot nav iespējams. To izplatību, visticamāk, ietekmē daudzi faktori – personas sociāldemogrāfiskie raksturlielumi, vērtīborientācija, materiālās iespējas, darba režīms u.t.t. Vīrieši un sievietes atpūtas veidu izvēlē ir gan līdzīgi, gan atšķirīgi, tas izpaužas nodarbību izvēlē, izplatībā un biežumā.

Nodarbību izplatību raksturo respondentu īpatsvars, kuri gada laikā biežāk vai retāk ir tajās iesaistījušies. Par ļoti izplatītām brīvā laika nodarbībām uzskatāmas tās, kurās gada laikā regulāri vai epizodiski, bieži vai reti iesaistās vairāk nekā 80% respondentu; diezgan lielu izplatību raksturo 60 – 80% iesaistījušos; par mērenu izplatību var runāt, ja iesaistījušos

Īpatsvars ir robežās no 50 līdz 60%; gadījumos, kad piedalījušies ir mazāk par pusi, brīvā laika nodarbību izplatība uzskatāma par zemu.

21. tabula

**Respondentu sadalījums pēc dienā patērētā laika iešanai kājām vai braukšanai ar divriteni, ieskaitot ceļu līdz transporta līdzeklim, %\***

**• Distribution of respondents by mode of travel to job, %**

Veids • Mode	Vīrieši kopā • Men total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes kopā • Women total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Strādā mājās • Working at home	1,5	-	2,7	3,9	-	0,9	1,2	-	1,7	-
Brauc uz darbu ar automašīnu • By car	23,5	21,9	27,0	21,6	24,0	12,0	7,3	24,5	9,1	6,3
Iet kājām, ar divriteni • On foot/bicycle										
mazāk nekā 15 minūtes dienā • up to 15 min a day	5,3	3,5	4,1	11,8	4,0	7,7	7,3	6,4	8,3	10,4
15-30 minūtes dienā • up to 15-30 min a day	20,1	19,3	23,0	17,6	20,0	27,3	24,4	30,9	26,4	31,3
30-60 minūtes dienā • up to 30-60 min a day	23,5	19,3	27,0	23,5	32,0	27,3	29,9	20,0	28,1	33,3
vairāk par 1 stundu dienā • more than 1 h a day	26,1	36,0	16,2	21,6	20,0	24,2	29,3	18,2	24,8	18,8

\* Starpība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

Visiecientākās ir: pastaigas (sēņošana, ogošana, makšķerēšana u.tml.), radu un draugu apciemošana citā pilsētā/pagastā, daiļliteratūras lasīšana, restorānu, televīzijas raidījumu skatīšanās, kafejnīcu apmeklēšana (22. tabula). Vismazāk iedzīvotāji piedalās pašdarbībā: korī, dažādos ansambļos, deju kolektīvos, arī dievnamu apmeklēšana nav populāra brīvā laika nodarbība. Izplatību ietekmē gan dzimums, gan vecums, gan profesija.

Trīs izplatītākās nodarbības vīriešu vidū ir: ciemošanās (92,3%), pastaigas (89,0%), izklaide restorānos, kafejnīcās (83,0%), sievietēm izplatības ziņā pastaigas ir pirmajā vietā (93,7%), tām seko ciemošanās (91,5%) un daiļliteratūras lasīšana (86,9%). Pēdējai pievēršas 72,4% vīriešu, šī nodarbība viņiem ir 6. vietā. Restorānu un kafejnīcu apmeklēšana, ko iecienījuši vīrieši (3. vietā), sievietēm ir 7. vietā (75,6%). Ievērojamas atšķirības ir vērojamas attiecībā uz šādām nodarbībām: treniņi sporta zālē, datorspēles (tām vairāk pievēršas vīrieši), vaļasprieki (rokdarbi u.c.), dievnamu apmeklēšana, daiļliteratūras lasīšana, arī interešu un papildizglītība (šīs nodarbības vairāk ir iecienījušas sievietes). Savukārt patstāvīga vingrošana vai cita veida fizikālās nodarbības, ciemošanās, diskotēku, sarīkojumu apmeklēšana, arī Latvijas apceļošana, pastaigas vīriešu un sieviešu vidū ir vienlīdz izplatītas.

Pie nepopulārākajām atpūtas nodarbībām pieskaitāma muzicēšana, dejošana (piedalīšanās ansambļi, korī u. tml.); gada laikā tai pievērsušies 10,5% vīriešu un 18% sieviešu. Nedaudz vairāk izplatīta ir iešana baznīcā: to dara 34,4% vīriešu un 47,9% sieviešu. Minētie brīvā laika pavadīšanas veidi vairāk „iet pie sirds” sievietēm, līdzīgi kā teātru, koncertu apmeklēšana, kas gan pieskaitāma pie diezgan izplatītām brīvā laika aizpildīšanas nodarbībām.

Vīriešu un sieviešu vidū pirmās divas izplatītākās (radu, draugu apciemošana un dažāda rakstura pastaigas) nodarbības savu aktualitāti saglabā visās vecuma grupās.

Visu paaudžu sievietes priekšroku dod pastaigām, popularitātes ziņā minimāli atpaliek ciemošanās, vīrieši neatkarīgi no vecuma šīs prioritātes ir izvēlējušies pretējā secībā. Gados jauniem vīriešiem (līdz 30 gadiem) izplatības ziņā tomēr pirmajā vietā ir izklaide restorānos un kafejnīcās. Šo atpūtas veidu iecienījušas arī šīs vecuma grupas sievietes. Līdz gadiem 30 izplatītas ir nodarbības ar saziņas elementiem (izklaide restorānos, ciemošanās pie radiem, paziņām, diskotēku, sarīkojumu, teātru un koncertu apmeklējumi), jauno tehnoloģiju izmantošana (datorspēles), arī pastaigas dabā un ceļojumi. Ar gadiem samazinās gandrīz visos

atpūtas veidos iesaistījušos īpatsvars (ja salīdzina galējās vecuma grupas), izņēmums ir dievnamu apmeklēšana un daiļliterāras lasīšana (22. tabula), un prioritātes visumā saglabājas nemainīgas. Vecumā no 40 līdz 49 gadiem salīdzinājumā ar iepriekšējo vecuma grupu (30-39 gadi) kā vīriešu, tā sieviešu vidū lielāku popularitāti iegūst teātru un koncertu apmeklējumi, vīrieši ar gadiem vairāk apmeklē sporta sarīkojumus, apceļo Latviju, savukārt sievietes sāk vairāk pievērties patstāvīgām fiziskām nodarbībām, iešanai baznīcā, rokdarbiem, daiļliterārai. Nepopulārākās nodarbības – līdzdalība pašdarbības kolektīvos un dievnamu apmeklēšana – nav īpaši izplatītas nevienā vecumā, tomēr jaunībā pašdarbība aizrauj vairāk nekā pēc gadiem 30-40, bet aktivitāte attiecībā uz baznīcas apmeklēšanu mūža laikā pieaug pavisam nedaudz.

22. tabula

**Brīvā laika nodarbībās gada laikā iesaistījušos īpatsvars, %**  
**• Share of respondents who have had certain leisure activities during a year, %**

Nodarbības • Activities	Vīrieši vidēji • Men average	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievie-tes vidēji • Women average	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Teātru, koncertu apmeklējumi • Attendance of theatre, concert	76,1	83,3	71,6	74,5	60,0	84,4	84,7	83,6	85,0	83,4
Treniņi sporta (trenažieru) zālē • Sport's training	44,4	65,8	32,5	25,6	21,9	31,2	44,5	26,4	23,9	14,6
Patstāvīga sportošana • Sporting without trainee	62,5	79,9	50,1	50,9	44,3	62,5	70,6	56,3	59,6	56,3
Datorspēles • Computer games	66,7	84,2	67,6	43,1	32,0	50,8	56,8	51,8	42,1	50,0
Izklaide kafejnīcā, restorānā, klubā • Entertainment in a club etc.	83,0	97,3	87,9	62,7	44,0	75,6	95,1	74,5	60,3	50,0
Pedalīšanās korī, orķestrī, deju ansamblī • Participation in performing arts	10,5	15,0	9,6	5,9	4,0	18,0	26,9	18,2	8,4	12,5
Dievkalpojumu apmeklēšana • Religion activities	34,4	35,2	33,8	33,3	36,0	47,9	50,0	40,8	47,9	56,3
Sporta pasākumu apmeklēšana • Sports events	63,7	74,5	55,4	66,7	32,0	53,3	59,7	60,9	42,2	41,7
Pastaigas dabā (ogošana, sēņošana, makšķerēšana u.tml.) • Walking, outdoor activities	89,0	89,4	90,5	88,3	84,0	93,6	97,6	90,9	92,7	89,6
Rokdarbi un citi vaļasprieki • Hobby, handicrafts	55,3	53,5	60,9	52,9	52,0	77,8	82,9	74,6	75,3	75,1
Interesu papildizglītība • Additional education	66,4	71,9	64,9	60,8	56,0	82,9	83,5	86,4	80,2	79,5
Daiļliterāras lasīšana • Reading fiction	74,2	63,1	85,2	78,4	84,0	86,9	85,3	84,5	88,4	93,7
Diskotēkas, sarīkojumi • Dancing	72,4	85,9	69,0	68,6	28,0	71,0	93,4	68,2	52,8	45,9
Ciemošanās pie radiem, paziņām citā pilsētā • Visits in another districts	92,3	93,8	93,2	92,3	84,0	91,5	95,1	93,6	85,9	87,5
Ceļojumi pa Latviju • Weekend travel in Latvia	77,7	83,3	75,6	76,5	60,0	73,9	82,3	70,9	67,7	66,6
Citas nodarbības • Other activities	29,2	36,0	27,2	17,6	49,6	20,3	15,2	24,5	21,5	25,1

Jāatzīmē, ka vīriešiem brīvā laika nodarbību izvēli vairāk nekā sievietēm nosaka vecums, tas neattiecas uz tādu mazāk populāru nodarbību izplatību kā pašdarbība, dievnamu apmeklēšana, un arī populāro: pastaigas, ciemošanās, arī vaļasprieki. Arī sieviešu vidū izplatītākās nodarbības savu nozīmību saglabā visās vecuma grupās.

Dzimums un vecums līdz ar vērtību sistēmu (kas atspoguļojas arī brīvā laika interesēs) lielā mērā ietekmē profesijas izvēli. Tāpēc ir lietderīgi aplūkot brīvā laika nodarbības saistībā ar profesiju.

Izrādās, ka brīvā laika izmantošana maz saistīta ar profesiju: kopumā visās profesijās strādājošie pievēršas pārsvarā vieniem un tiem pašiem brīvā laika pavadīšanas veidiem: pastaigas dabā, radu vai draugu apciemošana, arī daiļliterāras lasīšana ir trīs izplatītāko brīvā laika nodarbību rindā visu profesiju pārstāvjiem (23. tabula). Grāmatas nedaudz mazāk

iecenījuši pakalpojumu darbinieki un strādnieki. Mediķi, skolotāji, zinātnieki, banku darbinieki vairāk nekā pārējie brīvo laiku izmanto interešu un papildizglītībai. Radošie darbinieki, skaitļotāji, inženieri, pakalpojumu darbinieki un strādnieki iecienījuši pasēdēšanu restorānos, kafējnīcās. Vairāk nekā 80% dažādu profesiju pārstāvju (izņemot strādniekus, mediķus, arī grāmatvežus un ekonomistus) apmeklē teātra izrādes un koncertus; skolotāji un zinātnieki salīdzinājumā ar pārējiem aktīvāk apmeklē sarīkojumus. Visumā brīvā laika nodarbību izplatība visu profesiju pārstāvju vidū drīzāk ir līdzīga nekā atšķirīga.

Ļoti izplatīts atpūtas veids ir – televīzijas pārraižu skatīšanās. Tā ir pasīva atpūta ar salīdzinoši lielu informatīvo slodzi. 65,0% (vadītāji, radošie darbinieki) – 84,0% (skaitļotāji, inženieri) strādājošo ārpusdarba laikā to dara katru dienu. Pārsvārā skatīšanās ilgums ir – līdz 2 stundām, bet ceturta daļa grāmatvežu, vairāk nekā trešā daļa mediķu, skolotāju, zinātnieku, vairāk nekā piektā daļa skaitļotāju un pakalpojumu sfēras darbinieku televīzijai un video izbrīvē vairāk nekā 4 stundas dienā. Laika budžetu pētījumi parāda, ka TV brīvajā laikā nedēļas gaitā skatās vairāk par 90% iedzīvotāju neatkarīgi no pamatnodarbošanās un dzimuma [Eglīte ... 1999.]. TV ir iecienītākā brīvā laika nodarbe, strādājošie tai ziedo 51% no sava brīvā laika nedēļas ritumā papildus ilgstošam datoru lietojumam.

23. tabula

## Brīvā laika nodarbībās iesaistījušos īpatsvars, saistībā ar profesiju, %

## • Share of respondents who have had certain leisure activities by occupations, %

Nodarbības • Activities	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; book-keepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health profes-sionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu-tirdz. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierādņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Teātru, koncertu apmeklējumi • Attendance of theatre, concert	79,6	82,5	59,3	89,5	80,2	84,9	87,4	80,2	80,7	61,3
Treniņi sporta (trenažieru) zālē • Sport's training	45,4	32,5	28,3	34,9	45,7	41,8	31,6	25,0	33,7	30,6
Patsāvīga sportošana • Sporting without trainee	70,5	67,5	51,0	50,0	59,2	72,2	64,2	55,2	59,0	46,9
Datorspēles • Computer games	54,5	55,0	40,7	50,0	74,2	60,8	53,7	63,2	56,7	45,9
Izklaide kafējnīcā, restorānā, klubā • Entertainment in a club etc.	77,3	87,5	77,3	71,2	86,4	69,7	67,4	73,7	92,8	69,4
Piedalīšanās korī, orķestrī, deju ansambli • Participation in performing arts	15,9	22,5	18,9	15,1	11,1	17,7	11,7	14,5	12,0	6,1
Dievkalpojumu apmeklēšana • Religion activities	36,3	55,0	37,8	45,5	30,8	53,1	41,0	46,1	48,2	24,5
Sporta pasākumu apmeklēšana • Sports events	40,9	57,5	56,6	53,0	55,6	67,1	51,6	49,9	67,4	65,2
Pastaigas dabā (ogošana, sēņošana, makšķerēšana u.tml.) • Walking, outdoor activities	88,6	97,5	86,8	90,8	83,8	93,7	93,7	92,1	90,4	87,7
Rokdarbi un citi vaļasprieki • Hobby, handicrafts	66,0	75,0	64,1	72,7	66,6	77,3	67,4	85,5	67,5	38,8
Interese papildizglītība • Additional education	68,1	82,5	88,6	86,4	80,3	76,0	73,7	82,9	74,7	42,8
Dailīliteratūras lasīšana • Reading fiction	81,7	87,5	83,1	81,7	86,4	86,1	84,2	82,9	74,7	67,3
Diskotēkas, sarīkojumi • Dancing	68,2	77,5	62,3	84,9	67,9	64,6	68,5	65,8	78,3	59,2
Ciemošanās pie radiem, paziņām citā pilsētā • Visits in another districts	95,4	95,0	90,5	87,8	91,4	94,9	92,7	85,6	93,9	87,7
Ceļojumi pa Latviju • Weekend travel in Latvia	72,8	80,0	75,5	80,4	81,4	74,6	81,1	65,8	69,8	63,3
Citas nodarbības • Other activities	29,6	20,0	19,0	21,2	24,7	19,0	26,3	18,4	28,9	30,6

Nav vērojama spilgti izteikta sakarība – ka tiem, kuri atļaujās ilgāku laiku pavadīt TV sabiedrībā, būtu zemāks subjektīvais veselības vērtējums, ka viņi savu darbu biežāk vērtētu kā fiziski smagu vai arī brīvā laika fizisko slodzi – kā fiziski mazaktīvu. Bet, pieaugot datorlietotāju stāžam gados, ar tādu risku tomēr jārēķinās. Visticamāk, TV un video skatīšanās vairāk saistās ar to izmantošanas iespējām bez kādas papildus piepūles un ar brīvo brīžu izkārtojumu dienas un nedēļas laikā, ko savukārt ietekmē daudzi faktori: izvēlēta profesija, darba vietas noteiktais darba režīms, īpatnības, arī materiālās iespējas, ģimenes apstākļi u. tml.

Piecu izplatītāko brīvā laika nodarbību vidū ir gan fiziski aktīvas nodarbības, gan salīdzinoši pasīvākas, arī ar radošu un intelektuālu ievirzi. Dominē atpūtas veidi, kas sevī ietver fizisko aktivitāti un kontaktēšanos (vai tās iespēju): pastaigas dabā, draugu un radu apciemošana, restorānu, kafejnīcu apmeklēšana, Latvijas apceļošana – ļoti būtiska strādājošiem ir savstarpējā saskarsme; intelektuāla rakstura nodarbības (grāmatu lasīšana, interešu izglītība, teātru un koncertu apmeklēšana) vairāk raksturīgas gados salīdzinoši vecākiem cilvēkiem un sievietēm visos vecumos.

**Brīvā laika nodarbību biežumu** raksturo to respondentu īpatsvars, kuri konkrētām nodarbībām pievērsušies ik nedēļu (ļoti bieži), vismaz reizi mēnesī (diezgan bieži), vairākas reizes gadā (samērā reti) vai tikai reizi gadā (reti). Šāds iedalījums ir visai nosacīts, tas neatspoguļo nodarbību sezonālītāti, kas savukārt var ietekmēt to biežumu: vasarā un rudenī ievērojami pieaug bieži – ik nedēļu – pastaigās devušos (sēņojušo, ogojušo, makšķerējušo) īpatsvars. Ir tādi atpūtas veidi, kuri to rakstura dēļ pārāk bieži nav iespējami (sporta sarīkojumu apmeklēšana), vienlaicīgi ir arī tādi, kuriem ir vēlams pievērsties bieži, lai būtu pozitīvs guvums (treniņi, patstāvīgas fizikultūras nodarbības).

Jāievēro arī tas, ka – jo biežāk kāds izvēlās sev piemērotu vaļas nodarbību, jo lielāka varbūtība, ka citai viņš pievērsīsies salīdzinoši retāk.

Samērā bieži (katru nedēļu, vismaz reizi mēnesī) laiku savām iemīļotajām nodarbībām atrod tie strādājošie, kurus interesē nepopulārākie, maz izplatītie pasākumi: ar radošu ievirzi – piedalīšanās pašdarbībā; fiziski aktīvās nodarbības – treniņi sporta zālē, arī patstāvīgas fiziskās kultūras nodarbības (23. tabula). Dievnamus cilvēki mēdz apmeklēt pārsvarā tikai dažas reizes gadā. Pētījuma rezultāti liecina, ka ļoti maz strādājošo ir aktīvi dažādu konfesiju līdzdalībnieki: tikai 1,5% vīriešu un 5,2% sieviešu savos dievnamos iegriežās katru nedēļu, attiecīgi 4,5 un 6,1% vismaz reizi mēnesī. Radu, draugu apmeklēšana (izplatības ziņā 1. vietā) vīriešiem izdodas samērā reti: 56% to atļaujās reizi vai dažas reizes gadā. Ciemošanās citā pilsētā/pagastā mēdz būt daļēji kā pienākums (palīdzot gados vecākiem radniekiem, piedaloties dzimtai svarīgos notikumos) vai ekonomisku apsvērumu vadīta izvēle (jauniešiem ciemojoties pie vecākiem: samērā bieža ciemošanās vairāk raksturīga jaunākai paaudzei), un tas ietekmē biežumu [Eglīte ... 2002]. Līdzīgi ir arī ar otru izplatītāko aizraušanās – pastaigām – vairāk nekā puse respondentu tām pievērsās reti vai ļoti reti. Šai nodarbībai var būt sezonāls raksturs. Gandrīz ceturta daļa vīriešu bieži spēlē datorspēles (pēc izplatības šis atpūtas veids vīriešu vidū ir 8. vietā), ļoti iecienītajai restorānu un kafejnīcu apmeklēšanai (3. vietā) aptuveni trešā daļa vīriešu laiku atvēl vismaz reizi mēnesī, 14,8% - katru nedēļu. Arī ar daiļliteratūras lasīšanu (6. vieta) un saviem vaļaspriekiem (izplatības ziņā 12. vieta) vīrieši aizraujas samērā bieži (tabula). Grāmatu lasīšana ir visbiežākā sieviešu brīvā laika nodarbība: 32,7% to dara katru nedēļu, 27,1% - vismaz reizi mēnesī (izplatības ziņā – 3. vietā). Tāpat kā vīrieši, arī sievietes pastaigām un ciemiem laiku atrod reti – vairākums dažas reizes gadā vai pat retāk.

Ārpusdarba laika un līdz ar to arī brīvā laika izmantošanu ietekmē dažādi faktori – dzimums, vecums, nodarbinātība, ģimenes stāvoklis, indivīda vērtību sistēma, tie regulē arī fizisko aktivitāšu biežumu un intensitāti.

Fiziskā ziņā pārsvarā viegla, bet garīgi saspringta darba diena prasa fiziskās slodzes trūkuma kompensāciju brīvajā laikā. Respondentu atbildes uz jautājumu par to, ko viņi dara brīvajā laikā un cik bieži, ļauj izvērtēt, vai brīvā laika fiziskās aktivitātes subjektīvais vērtējums bāzējas adekvātā rīcībā.

Faktiskā situācija atpaukšas no vēlamā brīvā laika izmantošanas modeļa: vairāk nekā piekta daļa respondentu dod priekšroku mazkustīgam brīvā laika pavadīšanas veidam. (pēc respondentu pašu subjektīvā vērtējuma), un ar vecumu (jau sākot ar gadiem 30) tā piekritēju pulks pieaug (24. tabula).

24. tabula

Vīriešu un sieviešu sadalījums pēc piedalīšanās biežuma atpūtas nodarbībās,  
% no respondentu skaita

• Frequency of certain leisure activities during the previous year, 2002, %

Nodarbības • Activities	Vīrieši • Men				Sievietes • Women			
	ik nedēļu • each week	vismaz reizi mēnesī • once a month	dažas reizes gadā • some times a year	reizi gadā • yearly	ik nedēļu • each week	vismaz reizi mēnesī • once a month	dažas reizes gadā • some times a year	reizi gadā • yearly
Teātru, koncertu apmeklējumi • Attendance of theatre, concert	-	8,3	48,5	19,3	0,7	13,3	52,6	17,8
Treniņi sporta (trenažieru) zālē • Sport's training	22,0	7,6	12,9	1,9	12,0	6,5	10,4	2,3
Patstāvīga sportošana • Sporting without trainee	25,8	17,0	16,3	3,4	26,9	15,3	15,1	5,2
Datorspēles • Computer games	23,1	18,2	20,1	5,3	11,5	17,6	18,1	3,6
Izklaide kafējnīcā, restorānā, klubā • Entertainment in a club etc.	0,4	12,5	36,0	14,8	1,4	3,8	30,0	18,1
Piedalīšanās kori, orķestrī, deju ansambļī • Participation in performing arts	6,4	1,5	1,1	1,5	11,7	0,9	3,4	2,0
Dievkalpojumu apmeklēšana • Religion activities	1,5	4,5	12,9	15,5	5,2	6,1	24,4	12,2
Sporta pasākumu apmeklēšana • Sports events	0,4	12,5	36,0	14,8	1,4	3,8	30,0	18,1
Pastaigas dabā (ogošana, sēņošana, makšķerēšana u.tml.) • Walking, outdoor activities	11,7	25,0	45,1	7,2	19,4	24,2	46,0	4,1
Rokdarbi un citi vaļasprieki • Hobby, handicrafts	16,3	15,2	18,9	4,9	17,8	24,4	29,3	6,3
Interesu papildizglītība • Additional education	9,5	18,2	25,4	13,3	16,7	25,5	31,2	9,5
Daiļliteratūras lasīšana • Reading fiction	17,0	20,1	24,6	12,5	32,7	27,1	20,8	6,3
Diskotēkas, sarīkojumi • Dancing	5,7	18,6	36,4	11,7	4,3	17,2	40,9	8,6
Ciemošanās pie radiem, paziņām citā pilsētā • Visits in another districts	6,8	29,5	49,2	6,8	5,2	31,2	44,5	10,6
Ceļojumi pa Latviju • Weekend travel in Latvia	4,2	8,7	39,4	25,4	0,7	7,7	42,2	23,3

25. tabula

Strādājošo sadalījums pēc fiziskās aktivitātes vērtējuma brīvajā laikā, saistībā ar  
dzimumu un vecumu, % no respondentu skaita\*

• Physical activity level at leisure time by sex and age, %

Fiziskā aktivitāte • Activity level	Vīrieši, kopā • Men, total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes, kopā • Women, total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Zema – pārsvarā sēdošas darbības • Low – mainly sedentary	22,3	14,9	28,4	29,4	24,0	23,0	14,0	27,3	28,9	29,2
Vidēja – vismaz 4 stundas nedēļā kājām, ar divriteni, vai citas vieglas darbības • Moderate – walking, cycling etc. at least 4 h a week	48,1	46,5	51,4	47,1	48,0	60,7	69,5	58,2	54,5	52,1
Augsta – vismaz 4 stundas nedēļā skriešana, citas fizikultūras nodarbības, smagi dārza darbi • High – jogging, other sports, heavy gardening at least 4 h a week	22,7	25,4	17,6	21,6	28,0	12,6	10,4	12,7	13,2	18,8
Ļoti augsta – vismaz reizi nedēļā smagi treniņi vai sacensības • Very high – hard training and competitive sport more than once a week	6,8	13,2	2,7	2,0	-	2,9	6,1	0,9	1,7	-

\* Starpība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

Vienlaikus uzmanību pelna fakts, ka brīvajā laikā vīriešu vidū tik pat izplatīta ir augsta fiziskā slodze (ikdienas izpratnē cilvēki ārpusdarba laiku identificē ar brīvo laiku), un tā raksturīgāka ir pēc 50 gadiem, kas, visticamāk, ir saistīta ar dārza darbu veikšanu: uz to netieši norāda dati par šīs vecuma grupas strādājošo ārpusdarba laika nodarbībām [Eglīte ... 1999.]. To dēļ arī sieviešu vidū augstu brīvā laika fizisko slodzi atzīmējušo īpatsvars pieaug proporcionāli vecumam. Vienlaicīgi vērojams, ka ar gadiem pieaug savu brīvā laika fizisko slodzi kā zemu raksturojošo sieviešu īpatsvars. Cilvēki, vecāki par 50 gadiem, neatļaujas **ļoti augstu** fizisko slodzi (smagus treniņus, sacensības), tā ir raksturīgāka vīriešiem līdz 30 gadiem: sports ir jaunības prioritāte. Brīvajā laikā izplatītāka ir zema, nevis augsta fiziskā slodze, pārsvarā vīrieši un sievietes tomēr izvēlās vidēju fizisko slodzi – vairākas stundas nedēļā pastaigas, izbraukumus ar divriteni u. c., atbilstoši sezonai. Vīrieši vidēji savu brīvā laika fizisko aktivitāti vērtē augstāk nekā sievietes savu.

Brīvā laika fizisko slodzi par augstu atzīst vairāk par 1/4 strādnieku, nedaudz vairāk – finansu un tirdzniecības speciālistu un gandrīz 1/3 radošo darbinieku un dažāda ranga vadītāju (26. tabula). Tās sasniegšanai gandrīz trešā daļa finansu speciālistu un radošo darbinieku katru nedēļu patstāvīgi sporto, 26,6% finansu speciālistu ik nedēļu nodarbojas treniņiem zālē, bet no strādniekiem 1/5 ik nedēļu dodas pastaigās – tās ir: makšķerēšana, sēņošana u. tml.

26. tabula  
Fiziskās aktivitātes vērtējums brīvajā laikā saistībā ar profesiju, % no respondentu skaita  
• Physical activity level at leisure time by occupations, %

Fiziskā aktivitāte • Activity level	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health professionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu-tirdz. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Nav atbildes • No answer	-	-	3,8	1,5	-	-	-	-	-	-
Zema – pārsvarā sēdošas darbības • Low – mainly sedentary	31,8	25,0	28,3	22,7	22,2	25,3	24,2	23,7	16,9	22,4
Vidēja – vismaz 4 stundas nedēļā kājām, ar divriteni, vai citas vieglas darbības • Moderate – walking, cycling etc. at least 4 h a week	50,0	42,5	54,7	57,6	59,3	45,6	58,9	56,6	62,7	49,0
Augsta – vismaz 4 stundas nedēļā skriešana, citas fizikultūras nodarbības, smagi dārza darbi • High – jogging, other sports, heavy gardening at least 4 h a week	18,2	30,0	7,5	13,6	16,0	21,5	13,7	18,4	16,9	20,4
Ļoti augsta – vismaz reizi nedēļā smagi treniņi vai sacensības • Very high – hard training and competitive sport more than once a week	-	2,5	5,7	4,5	2,5	7,6	3,2	1,3	3,6	8,2

Arī citās profesijās nodarbinātie vidēji vai augstu fizisko slodzi pārsvarā panāk ar biežu patstāvīgu vingrošanu u.c. fizikultūras nodarbībām, ko papildina regulāra sporta zāles apmeklēšana un arī pastaigas (27. tabula). Neatkarīgi no profesionālās nodarbinātības strādājošie ārpusdarba laikā atļaujas vidēju fizisko slodzi, to galvenokārt ietekmē vecums, un profesijai ir pakārtota loma – iespējams, saistībā ar brīvā laika rezervēm vai materiālajiem līdzekļiem.

Brīvo laiku fiziski aktīvām nodarbībām visretāk atvēl grāmatveži, ekonomisti (kuriem ir garīgi saspringts darbs) un mediķi (kuru darbs prasa lielu uzmanības koncentrēšanu) – kuriem tās būtu ļoti nepieciešamas. Iespējams, ka sasprindzinājums darba laikā tik ļoti izsmel garīgā spēka rezerves, ka tā neatliek sava brīvā laika saprātīgai organizēšanai, lai šo sasprindzinājumu neitralizētu vai kompensētu.

Strādājošie savus brīvos brīžus dažām fiziskām aktivitātēm pārsvarā ziedo dažas stundas nedēļā (aktivitātes vērtējums – vidēja), it sevišķi skaitļotāji, inženieri, ierēdņi; augstai fiziskai slodzei pievēršas piektā daļa strādnieku un finansu – tirdzniecības speciālistu un gandrīz trešā daļa radošo un vadošo darbinieku.

27. tabula

**Brīvajā laikā fiziskās aktivitātes ik nedēļu veikušo īpatsvars, %**  
**• Proportion of respondents having certain physical activities**  
**at least once a week by occupations, %**

Profesiju grupas • Occupations	Aktivitātes • Activities			Fiziskās aktivitātes vērtējums • Level of physical activities	
	trenējās sporta zālē • sport's training	vingroja vai citādi patstāvīgi sportoja • sporting without trainee	pastaigājās dabā (sēņoja, ogoja, maksķerēja) • walking, other outdoor activities	vidēja • moderate	augsta • high
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	20,5	36,4	15,9	50,0	18,2
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	10,0	32,5	7,5	42,5	30,0
Mediķi • Health professionals	11,3	18,9	9,4	54,7	7,5
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	12,1	18,2	21,2	57,6	13,6
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	22,2	24,7	11,1	59,3	16,0
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	26,6	30,4	13,9	45,6	21,5
Ierēdņi • Civil servants	10,5	32,6	13,7	58,9	13,7
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	7,9	27,6	26,3	56,6	18,4
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	16,9	25,3	16,9	62,7	16,9
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	12,2	16,3	20,4	49,0	20,4

Par zemu savu fizisko aktivitāti uzskata vairāk nekā ceturta daļa strādājošo un vienlaicīgi studējošo sieviešu (28. tabula) – arī viņu vidū ir augsts to īpatsvars, kuras darbu vērtē kā fiziski vieglu, bet garīgi saspringtu. Viņu darba un mācību slodze liedz palielināt fizisko aktivitāti.

28. tabula

**Brīvā laika fiziskās aktivitātes vērtējums, %**  
**• Physical activity level by employment, %**

Fiziskās aktivitātes vērtējums • Level of activity	Strādā un studē • Employed students		Tikai strādā • Employed	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Zema • Low	15,7	26,8	25,7	22,1
Vidēja • Moderate	45,7	57,7	47,0	61,7
Augsta • High	25,7	12,6	23,0	13,3
Ļoti augsta • Very high	12,9	2,9	4,3	1,7
N	70	175	183	240

Savu iespēju un izpratnes robežās strādājošie brīvo laiku pavada tā, lai varētu gan atpūsties – vai nu pasīvi, vai aktīvi, atkarībā no profesionālā darba rakstura, gan apmierināt savas intereses, gan arī cenšas kompensēt sava darba negatīvos aspektus – fiziskā ziņā nepietiekami aktīvu darba dienu papildinot ar vairāk vai mazāk regulārām fiziskām nodarbībām. Tomēr fiziski aktīvo nodarbību izplatība un to biežums uzskatāmi par nepietiekamiem, lai

kompensētu darba radīto stresu, nogurumu un pašu izvēlēto netikumu postu. Būtiska ir – sapratne par veselīgu dzīves veidu.

Fiziski aktīvo nodarbību nepietiekamību raksturo arī necīgais laika izlietojums sporta un kustību nodarbībām – 7-8% no strādājošo brīvā laika [Eglīte ... 1999: 100].

Vairāk nekā puse respondentu uzsver, ka viņiem nav problēmu ar brīvā laika pavadīšanu, ka viņi drīzāk izjūt laika trūkumu. Tomēr uzmanības vērts ir fakts, ka ir diezgan daudz cilvēku, kuri dažas reizes mēnesī vai biežāk nevar izdomāt, ar ko aizpildīt brīvo laiku (29. tabula).

Strādājošo vidū to biežāk atzīmē vīrieši: dažiem šādas problēmas mēdz būt pat katru dienu. Tomēr ievērojami retāk par apstākli, kas kavē pievērsties interesējošām brīvā laika nodarbībām, tiek uzskatīta neprasme organizēt savu laiku. Būtiski ir tas, ka „nepiepildītā brīvā laika” situācija var veidoties tāpēc, ka laika brīdis iecerētajām nodarbībām ir par mazu, vai arī tas iegādās neatbilstošā diennakts stundā: agri no rīta, pievakarē.

29. tabula

**Respondentu īpatsvars, kuri nevar atrast nodarbošanos brīvajos brīžos, %**  
**• Proportion of respondents experienced difficulties to find pleasant leisure activities, %**

Grūtību biežums • Frequency of difficulties	Studē un strādā • Employed students		Tikai strādā • Employed		Tikai studē • Students	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Gandrīz katru dienu • Almost daily	2,9	-	4,0	-	9,1	3,6
Dažas dienas nedēļā • Some times a week	5,7	7,4	7,9	7,5	18,2	46,4
Dažas reizes mēnesī • Some times a month	32,9	15,4	28,5	19,8	54,5	32,1
Ļoti reti, biežāk esmu laika trūkumā • Rare, usually short of time	54,3	68,6	53,8	63,4	18,2	14,3
Cita atbilde • Other	4,3	8,0	5,5	8,4	-	3,6
<i>N</i>	70	175	183	240	11	28

No šādas situācijas izvairīties vieglāk ir iespējams tiem, kuru brīvā laika intereses ir gana daudzveidīgas.

No aptaujātajiem studentiem grūtības izvēlēties brīvā laika nodarbības atzīmējuši vairāk nekā 80%, bet strādājošie un tie, kuri paralēli studijām arī strādā – ievērojami retāk. Acīm redzot interešu daudzveidība, dzīves pieredze un aizņemtība pamazām vien cilvēkus iemāca organizēt savu laiku un piepildīt brīvos brīžus.

### Kaitīgi ieradumi un nepatīkamas sajūtas

Daudziem strādājošiem darba dienu pavada smēķēšana: šis paradums ir pārņēmis savā varā vairāk nekā pusi vīriešu un gandrīz trešo daļu sieviešu, kas ir visai trauksains rādītājs, kura nozīmību nedaudz mīkstina tas, ka no sievietēm vairāk nekā puse nekad nav smēķējušas. Vīrieši pārsvarā ir smēķētāji, vai arī ir ar to savulaik aizrāvušies, bet atmetuši.

Smēķēšanas izplatību ietekmē vecums (30. tabula). Jo vecākas sievietes, jo mazāk smēķētāju ir starp viņām. Ar smēķēšanu salīdzinoši bieži „niekojas” („reizēm uzsmēķēju”) sievietes pēc 40 gadiem (biežāk nekā vīrieši šajā vecumā). Vīriešu vidū regulāru smēķētāju skaits pārsniedz nekad nesmēķējušo skaitu. Pārejot no vienas vecuma grupas nākamā, sarūk smēķējošo un pieaug atmetušo īpatsvars, it sevišķi tas attiecināms uz vīriešiem. Vecumā pēc 40 gadiem to izdarījušo ir 25,5%, pēc 50 gadiem – 40%. Kā draudošs vērtējams fakts, ka ikdienā smēķē 1/5 sieviešu, jaunākas par 30 gadiem, un aptuveni tik pat daudz uzsmēķē pa reizei, bet tas daudzos gadījumos noved pie šī paraduma nostiprināšanās.

30. tabula

**Smēķētāju un nesmēķētāju īpatsvars, %**  
**• Proportion of smokers and non-smokers by sex and age, %**

Rīcības veids • Smoking habits	Vīrieši, kopā • Men, total	tai skaitā, vecumā • among them at age				Sievietes, kopā • Women, total	tai skaitā, vecumā • among them at age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Es nekad neesmu smēķējis/usi • Never have smoken	26,5	21,9	27,0	27,5	44,0	55,5	42,1	55,5	66,9	70,8
Reizēm uzsmēķēju • Occasionally	17,8	23,7	17,6	11,8	4,0	17,4	21,3	15,5	15,7	12,5
Smēķēju ik dienas • Daily	37,1	41,2	40,5	35,3	12,0	13,1	20,7	13,6	5,8	4,2
Smēķēšanu atmetu • Gave up	15,2	8,8	9,5	25,5	40,0	7,7	7,3	11,8	5,8	4,2
Cits variants • Other	3,4	4,4	5,4			5,2	8,5	2,7	2,5	6,3

Smēķēšanas atšķirības saistībā ar profesiju nosaka dzimums un vecums, kas ietekmē profesijas izvēli: nekad nesmēķējušo vairāk ir starp grāmatvežiem, ekonomistiem, skolotājiem, zinātniekiem, finansu – tirdzniecības speciālistiem, mediķiem, bet strādnieki, skaitļotāji, inženieri, pakalpojumu darbinieki, radošie darbinieki un vadītāji liela daļa smēķē – katru dienu vai reizēm (31. tabula).

Nogurdinoša, gara darba nedēļa kombinācijā ar nepietiekamu fiziski aktīvu atpūtu, protams, var radīt veselības traucējumus, kuru priekšvēstnesis vai izpausmes var būt dažādas nepatīkamas sajūtas. Izplatītākās no tām, kuras strādājošos ir apgrūtinājušas mēneša laikā vismaz reizi vai pat vairākkārt (pārsvarā gadījumu), ir nogurums, enerģijas trūkums un viegla aizkaitināmība, salīdzinoši daudzi izjutuši galvassāpes, sāpes plecu – kakla joslā un acu sūrstēšanu (32. tabula).

31. tabula

**Smēķētāju un nesmēķētāju īpatsvars saistībā ar profesiju, %**  
**• Proportion of smokers and non-smokers by occupations, %**

Rīcības veids • Smoking habits	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health profes-sionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu-tirdzn. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Nav atbildes • No answer	-	-	5,7	1,5	-	1,3	-	-	-	2,0
Es nekad neesmu smēķējis/usi • Never have smoken	61,4	42,5	49,1	65,2	33,3	54,4	47,4	48,7	41,0	16,3
Reizēm uzsmēķēju • Occasionally	13,6	15,0	15,1	12,1	12,3	20,3	18,9	19,7	17,7	20,4
Smēķēju ik dienas • Daily	18,2	22,5	11,3	10,6	30,9	13,9	16,8	21,1	26,5	51,0
Smēķēšanu atmetu • Gave up	6,8	12,5	17,0	7,6	17,3	6,3	10,5	9,2	9,6	10,2
Cits variants • Other		7,5	1,9	3,0	6,2	3,8	6,3	1,3	7,2	

**Strādājošo īpatsvars, kurus mēneša laikā traucējušas dažas nepatīkamas izjūtas, %**  
**• Proportion of respondents suffered certain symptoms during the last month, %**

Traucējumi • Symptoms	Vidēji •Average	tai skaitā, vecumā • of them by age			
		<30	30-39	40-49	50+
<b>Vīrieši • Men</b>					
Nogurums, enerģijas trūkums • Fatigue, lack of energy					
vairākkārt • several times	35,2	38,6	37,8	27,5	28,0
vismaz reizi • at least once	50,0	50,0	47,3	58,8	40,0
Viegla aizkaitināmība • Irritability					
vairākkārt • several times	22,0	23,7	28,4	15,7	8,0
vismaz reizi • at least once	45,8	50,0	44,6	43,1	36,0
Ātra aizelšanās, sāpes sirdī • Breathlessness, palpitation					
vairākkārt • several times	5,3	2,6	6,8	5,9	12,0
vismaz reizi • at least once	16,7	17,5	14,9	15,7	20,0
Sāpes kakla – plecu daļā • Neck, spine, shoulder pain					
vairākkārt • several times	12,1	12,3	13,5	7,8	16,0
vismaz reizi • at least once	23,9	25,4	21,6	33,3	4,0
Galvassāpes • Headache					
vairākkārt • several times	16,3	14,9	18,9	13,7	20,0
vismaz reizi • at least once	28,0	28,9	24,3	39,2	12,0
<b>Sievietes • Women</b>					
Nogurums, enerģijas trūkums • Fatigue, lack of energy					
vairākkārt • several times	44,7	49,4	38,2	48,8	33,3
vismaz reizi • at least once	45,1	43,9	48,2	41,3	52,1
Viegla aizkaitināmība • Irritability					
vairākkārt • several times	32,5	39,6	32,7	28,9	16,7
vismaz reizi • at least once	44,9	43,9	50,0	41,3	45,8
Ātra aizelšanās, sāpes sirdī • Breathlessness, palpitation					
vairākkārt • several times	9,3	8,5	6,4	10,7	14,6
vismaz reizi • at least once	20,3	18,3	16,4	24,8	25,0
Sāpes kakla – plecu daļā • Neck, spine, shoulder pain					
vairākkārt • several times	25,5	29,9	17,3	26,4	27,1
vismaz reizi • at least once	27,3	25,0	27,3	30,6	27,1
Galvassāpes • Headache					
vairākkārt • several times	24,4	26,2	18,2	24,8	31,3
vismaz reizi • at least once	40,9	37,8	48,2	38,8	39,6

Tikai bezmiegs vienlīdz bieži apgrūtinā vīriešus un sievietes, bet visas pārējās nepatīkamās izjūtas vairāk apdraud sievietes. Par galvas reiboņiem sievietes sūdzās pat divreiz biežāk nekā vīrieši.

Saaukstēšanās, nogurums, enerģijas trūkums, viegla aizkaitināmība, izrādās, biežāk skar jaunākus cilvēkus, gados vecāki ļaudis vairāk saskaras ar tādu veselības problēmu kā ātru aizelšanos, sāpēm sirds apvidū ( kaut gan šādas nepatīkamas izjūtas kopumā ir reti izplatītas). Kopumā vērojams, ka nav izteikta tendence ar gadiem pieaugt traucējošus simptomus atzīmējušo īpatsvaram, drīzāk otrādi – ja salīdzina pašu jaunāko un vecāko grupu. Iespējams, ka šī īpatsvara pieaugums galvenokārt vecumā no 40 līdz 50 gadiem izskaidrojams ar to, ka šajā vecumā darba nedēļa ir ievērojami garāka nekā darbiniekiem līdz 30 gadiem un pēc 50 gadiem.

Par brīdinošiem ir jāuztver arī tie simptomi, kuri parādās kaut reizi mēnesī. Izrādās, ka darbs jebkurā profesijā biežāk vai retāk lielāko daļu strādājošo noved pie noguruma un enerģijas trūkuma, vieglas aizkaitināmības, izraisa galvassāpes un sāpes plecu – kakla rajonā. Pamatoti var uzskatīt, ka nepatīkamu sajūtu rašanos līdz ar darba raksturu (darbs pie datora, sasprindzinājums, uzmanības koncentrēšana, ilgstoša stāvēšana u. tml.) provocē arī iespēja darba laikā vairāk vai mazāk atslēgties no mājas rūpēm, spēja koncentrēties darbam vai nē:

pašsajūtas traucējumus līdz ar tiešo darbu izraisa arī ārpusdarba laika slodze, respektīvi, māsaimniecība. Tā kā šie traucējumi ir izplatītākie visās vecuma grupās, tad nevar viennozīmīgi apgalvot par kādas noteiktas profesijas izteikti nelabvēlīgu ietekmi uz veselību. bez tam dažādas nepatīkamas sajūtas var izraisīt ne tikai nodarbošanās, bet arī ārpusdarba laika izmantošana, dažādi kaitīgi ieradumi u. tml.

Ir virkne traucējumu, kurus lielā mērā izjūtuši visu profesiju pārstāvji, un ir tādi, kuri ir samērā reti. Var uzskatīt, ka traucējumus izraisa ne tikai darbs (raksturs, ilgums, slodze), bet arī brīvā laika piepildījums, kā arī dažādi veselībai ne īpaši labvēlīgi ieradumi, piem. smēķēšana: būtiska ir nevis ir izvēlēta profesija, bet gan dzīvesveids, kas ietver arī ārpusdarba aktivitātes, brīvā laika izmantošanu.

Tomēr jāatzīmē, ka ir izjūtas, kuras biežāk piemin atsevišķu profesiju pārstāvji: plecu – kakla joslas sāpēs ir „iedzīvojušies” vairāk nekā 50% finansu – tirdzniecības speciālistu, banku darbinieku, grāmatvežu un ekonomistu – tie, kuriem darbs saistīts ar datoru izmantošanu (33. tabula). Darbs pie datora var izraisīt acu sūrstēšanu un asarošanu, un to biežāk atzīmējuši skaitļotāji, inženieri, ierēdņi. Darbs sagādā galvassāpes tiešā nozīmē visbiežāk banku darbiniekiem (71,0%). Savukārt bezmiegs vairāk skar skolotājus un zinātniekus (42,4%), arī finansu – tirdzniecības speciālistus (40,5%).

33. tabula

**Strādājošo īpatsvars, kuriem mēneša laikā vairākkārt vai  
vismaz reizi bijuši labsajūtas traucējumi, %**  
• Proportion of respondents suffered certain symptoms during  
the last month by occupations, %

Traucējumi • Symptoms	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži, ekonomisti • Economists, bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health professionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu-tirdzn. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Saaukstēšanās • Cold	27,3	30,5	17,0	30,3	37,1	26,6	22,1	27,7	38,5	28,6
Nogurums, enerģijas trūkums • Fatigue, lack of energy	86,3	85,0	90,5	93,9	82,7	91,1	82,1	89,5	89,2	89,8
Sāpes kakla-plecu daļā • Neck, spine, shoulder pains	54,6	47,5	43,4	50,0	39,5	63,3	44,2	51,3	38,6	46,9
Viegla aizkaitināmība • Irritability	43,6	77,5	77,4	74,3	70,3	78,5	70,6	78,9	73,5	65,3
Galvassāpes • Headache	61,4	52,5	56,6	62,1	55,5	51,9	52,6	71,0	55,4	57,2
Bezmiegs • Sleeplessness	27,3	37,5	32,1	42,4	38,3	40,5	31,5	42,1	32,6	20,4
Ātra aizelšanās, sāpes sirdī • Breathlessness, palpitation	25,0	30,0	24,6	25,7	22,2	27,9	24,2	30,3	24,1	30,6
Acu sūrstēšana vai asarošana • Itching, tiredness of eyes	36,4	37,5	32,1	41,0	53,0	36,7	51,6	43,4	42,2	40,8
Galvas reiboņi • Dizziness	25,0	25,0	28,3	24,3	19,7	31,6	22,1	35,5	32,5	26,5

Daļa strādājošo arī studē, un dubultā slodze var izraisīt un pastiprināt nepatīkamas sajūtas, kaut gan nav vērojama tieša sakarība, ka papildus pienākumus uzņēmušies vairāk nekā pārējie būtu pakļauti brīdinošiem simptomiem (34. tabula). Tas pats sakāms arī par datoru lietošanas ilgumu, kas ir pašsaprotams daudzu profesiju un studiju atribūts. Katrā darbā ir

atšķirīgi riska momenti, un to „pārvarēšana” zināmā mērā atkarīga no dzīves pieredzes, kas savukārt saistās ar vecumu.

34. tabula

**Darbs ar datoru, mācību slodze un veselības traucējumu biežums, %**  
**• The most frequent symptoms and some eventual determinants**  
**of them by occupations, %**

Profesiju grupas • Occupations	Darbs ar datoru, stundas dienā • Use of PC: average h a day	Līdztekus darbam studē, % • % of studying along with job	Vairākkārt mēnesī bijuši traucējumi, % • % of those suffered the symptoms at least once a month			
			sāpes plecu-kakla daļā • neck, spine, shoulder pains	galvas-sāpes • head-ache	acu sūrstēšana • itching of eyes	nogurums, enerģijas trūkums • fatigue, lack of energy
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	5,0	27,3	27,3	20,5	18,2	29,5
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	3,0	25,0	20,0	25,0	22,5	42,5
Mediķi • Health professionals	1,4	9,6	11,3	18,9	11,3	37,7
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	2,2	47,0	19,7	30,3	15,2	59,1
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	4,7	30,9	14,8	25,9	16,0	37,0
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	4,5	60,8	32,9	11,4	15,2	46,8
Ierēdņi • Civil servants	4,0	47,4	17,9	16,8	24,2	29,5
Banku un citu klerki • Banking and office clerks	5,1	43,4	26,3	26,3	25,0	46,1
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	1,6	33,3	20,5	21,7	16,9	42,2
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	0,4	8,2	16,3	14,3	12,2	36,7

### Veselības vērtējums

Nogurdinoša darba nedēļa kombinācijā ar nepietiekamu fizisko slodzi darbā un ārpus tā, kā redzams, rada dažādus pašsajūtas traucējumus. Varētu domāt, ka tas viss kopā ietekmē veselību. Dominējošais veselības subjektīvais vērtējums ir „apmierinoša” (35. tabula), bet vecumā līdz 30 gadiem strādājošie savu veselību pārsvarā vērtē kā labu, un 10 % - kā ļoti labu.

35. tabula

**Veselības stāvokļa pašvērtējums saistībā ar vecumu, % no respondentu skaita**  
**• Self-evaluation of health by sex and age, %**

Vērtējums • Evaluation	Vīrieši, kopā • Men, total	tai skaitā, vecumā • of them by age				Sievietes, kopā • Women, total	tai skaitā, vecumā • of them by age			
		<30	30-39	40-49	50+		<30	30-39	40-49	50+
Ļoti laba • Very good	5,3	10,5	1,4	-	4,0	5,6	10,4	4,5	2,5	-
Laba • Good	42,4	51,8	40,5	33,3	24,0	36,1	46,3	38,2	27,3	18,8
Apmierinoša • Satisfactory	47,0	33,3	50,0	62,7	68,0	51,7	37,8	50,0	62,0	75,0
Slikta • Bad	4,5	3,5	6,8	3,9	4,0	6,3	5,5	6,4	7,4	6,3
Ļoti slikta • Very bad	0,8	0,9	1,4	-	-	-	-	-	0,8	-

Veselība biežāk tiek vērtēta kā laba, nevis slikta, un vīriešu vidū vērtējums „ļoti laba” izteikts biežāk nekā vērtējums „ļoti slikta”. Līdzīgi kā citos pētījumos (Apcerējumi... 2002), arī šajā konstatēts, ka sievietes savu veselību vērtē pieticīgāk nekā vīrieši savu (36. tabula). Ar

vecumu samazinās veselību kā labu vērtējušo īpatsvars un vienlaicīgi pieaug apmierinošu vērtējumu devušo īpatsvars.

Sievietes dažādus nepatīkamus pašsajūtas traucējumus izjūt biežāk nekā vīrieši, tas daļēji izskaidro viņu salīdzinoši zemāko veselības vērtējumu. Var pieņemt, ka sieviešu veselības zemais pašvērtējums sakņojas nepietiekami aktīvās – fiziskā ziņā – brīvā laika nodarbībās: sievietes divreiz retāk salīdzinājumā ar vīriešiem brīvā laika fizisko slodzi vērtējušas kā augstu un ļoti augstu.

36. tabula

**Veselības vērtējums, ballēs**  
• Average self-evaluation of health, 5 marks system

Dzimums • Sex	Vidēji • Average	tai skaitā, vecumā • of which at age			
		<30	30-39	40-49	50+
Vīrieši • Men	3,5	3,7	3,2	3,3	3,3
Sievietes • Women	3,4	3,6	3,4	3,2	3,1

Veselības vērtējums saistībā ar profesiju parāda, ka, iespējams, veselības ziņā visapdraudētākie ir skolotāji, zinātnieki, mediķi, finansu – tirdzniecības speciālisti un strādnieki (37. tabula). Vērojama zināma veselības vērtējuma atbilstība brīvā laika fiziskās slodzes raksturojumam: skaitļotāji, inženieri, ierēdņi, banku darbinieki salīdzinoši biežāk nekā citu profesiju pārstāvji savu veselību vērtē kā labu un ļoti labu, un vienlaicīgi brīvā laika fizisko slodzi kā vidēju un augstu (27. un 37. tabula). Tas zināmā mērā apstiprina pieņēmumu, ka veselības uzturēšanā nozīmīgas ir ārpusdarba fiziskās aktivitātes.

37. tabula

**Veselības stāvokļa pašvērtējums saistībā ar profesiju, % no respondentu skaita\***  
• Self-evaluation of health by occupations, %

Profesiju grupas • Occupation	Veselības vērtējums • Health					Vidējais vērtējums, ballēs • Average marks
	Ļoti laba • Very good	Laba • Good	Apmie- rinoša • Satis- factory	Slikta • Bad	Ļoti slikta • Very bad	
Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	9,1	29,5	56,8	2,3	2,3	3,4
Dažādu veidu radošie darbinieki un vadītāji • Senior officials, creative professionals	7,5	35,0	52,5	2,5	2,5	3,4
Mediķi • Health professionals	5,7	37,7	49,1	3,8	-	3,3
Skolotāji; zinātnieki • Teaching professionals; researchers	-	37,9	54,5	7,6	-	3,3
Skaitļotāji; inženieri • Computing professionals; engineers	3,7	40,7	48,1	7,4	-	3,4
Finansu-tirdzniecības speciālisti • Finance and sales professionals	6,3	22,8	64,6	6,3	-	3,3
Ierēdņi • Civil servants	8,4	46,3	40,0	5,3	-	3,6
Banku un citi klerki • Banking and office clerks	7,9	40,8	43,4	7,9	-	3,5
Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	3,6	45,8	42,2	7,2	1,2	3,4
Strādnieki • Machine operators, drivers etc.	2,0	34,7	59,2	4,1	-	3,3

\* starpība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

Strādājošo vidū ģimenes ārstu apmeklējušo īpatsvars pārsniedz neapmeklējušo īpatsvaru. Izplatītākais apmeklēšanas iemesls – saslimšana (38. tabula). Sievietes biežāk nekā vīrieši pie ģimenes ārsta dodas profilaktiskā nolūkā, kā arī – lai saņemtu atkārtotu recepti. Šie apstākļi zināmā mērā sakrīt ar sieviešu veselības pašvērtējumu – lai veselību uzlabotu, daudzos

gadījumos ir svarīga ilgstoša medikamentu lietošana un profilakses pasākumi mediķu uzraudzībā. Kā redzams, sieviešu un vīriešu aktivitātes rūpēs par savu veselību – lūdzot palīdzību ģimenes ārstam – atšķiras, ne visai labā veselība mudina sievietes pievērsties profilaksei.

38. tabula

**Ģimenes ārsta izsaukšana vai apmeklēšana gada laikā, % no respondentu skaita\***  
**• Proportion of respondents visited family doctor during the year**  
**and the reasons for it, %\***

Mērķi • Reasons	Studē un strādā • Employed students		Tikai strādā • Employed	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Neizsauca un neapmeklēja • No visits	41,4	32,6	46,2	28,2
Profilaktiskai pārbaudei • Preventive check-up	8,6	18,9	8,7	15,4
Saslimšanas reizē • Illness	32,9	24,6	30,8	32,0
Kārtējā vizītē ar hronisku kaiti • Chronical disease	1,4	3,4	1,6	1,9
Lai saņemtu norīkojumu pie speciālista • For direction to specialist	10,0	6,9	6,3	8,4
Atkārtotai receptes saņemšanai • To get repetitive recipe	2,9	10,3	3,6	10,6
Citā nolūkā • Other	2,9	3,4	2,4	2,7

\* starpība līdz 100% - neatbildējušie • up to 100% - no answer

### Ko strādājošie brīvajā laikā vēlas darīt biežāk

Respondentiem bija iespējams atzīmēt, kādās brīvā laika aktivitātēs viņi vēlētos iesaistīties biežāk, nekā tas izdevies līdz šim, un kā viņi tās sarīdotu pēc svarīguma. Brīvā laika nepiepildīto vēlmju izplatība saistās gan ar dzimumu, gan vecumu, gan līdzšinējām iespējām apmierināt savas intereses. Nepiepildītās vēlmes attiecas gan uz tādām brīvā laika nodarbībām, kurām strādājošie pievērsušies bieži, gan arī tādām, kuras ir salīdzinoši maz izplatītas: strādājošo intereses ir ļoti dažādas.

Vismazāk piepildītā vēlme strādājošiem ir – ceļošana (ietverot gan Latvijas, gan citu valstu apceļošanu), tai biežāk nekā līdz šim vēlas pievērsties 56,8% vīriešu un 66,8% sieviešu (39.-40. tabula). Ceļojumi pa Latviju izplatības ziņā vīriešu brīvā laika nodarbību sarakstā ir 4. vietā (sievietēm 8. vietā), un tikai 12,9% tajos piedalās bieži: 4,2% ik nedēļu, 8,7% reizi mēnesī. Līdz ar vecumu interese par ceļošanu mazinās, bet visās vecuma grupās šādu vēlēšanos izteikusi vairāk nekā puse strādājošo (1. zīmējums), un visās vecuma grupās vēlamo nodarbību sarakstā tā visbiežāk ir likta pirmajā vietā (41.-42. tabula).

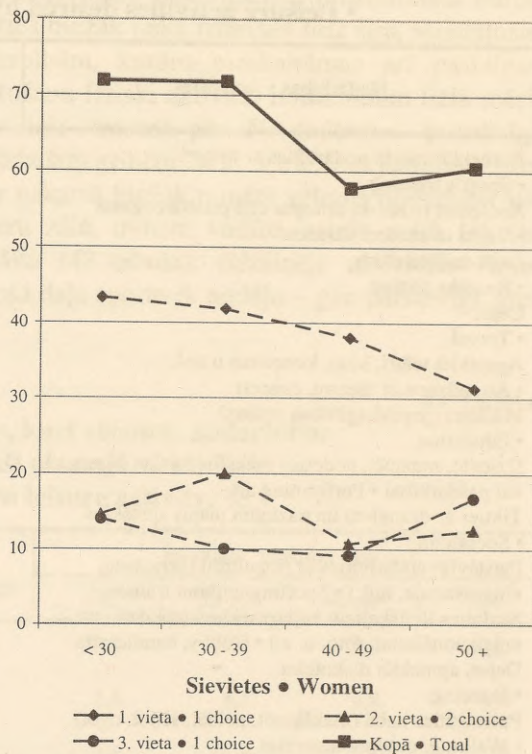
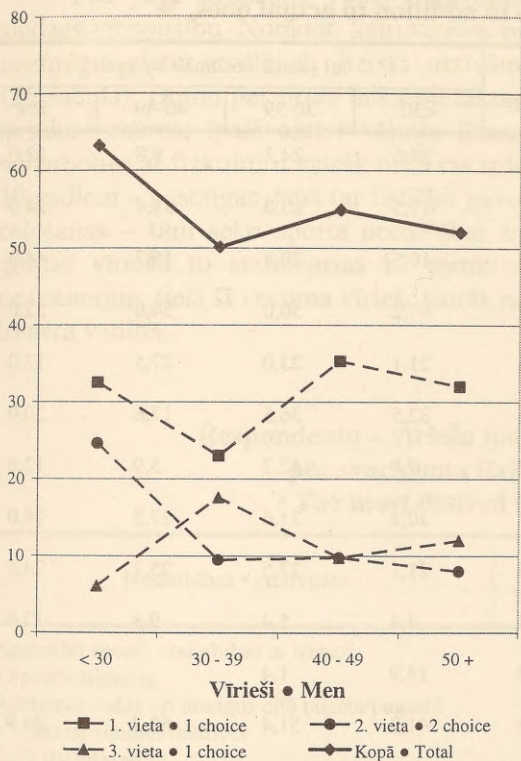
Otra izplatītākā nepiepildītā vēlme vīriešiem un sievietēm ir atšķirīga: gandrīz puse vīriešu sapņo par biežākām pastaigām dabā – makšķerēšanu, sēņošānu (40-49 gadu vecumā 62,7%), pēc 30 gadiem tā salīdzinoši bieži ir ierindota pirmajā vietā (2. zīmējums). Lai arī pastaigas ir visizplatītāka nodarbošanās brīvajā laikā (ik nedēļu tām laiku izbrīvē 11,7% vīriešu un 19,4% sieviešu, vismaz reizi mēnesī attiecīgi 25,0% un 24,2%), tomēr strādājošie ar līdzšinējo nav apmierināti.

Gandrīz 43% sieviešu vēlas biežāk apmeklēt teātra izrādes, koncertus, un vērojama šīs vēlmes izplatības pieaugums līdz ar gadiem. Līdz šim vairāk nekā puse strādājošo sieviešu teātri, koncertā varējušas pabūt dažas reizes gadā. Tomēr šo nepiepildīto vēlmi sievietes salīdzinoši reti ierindojušas pirmajā vietā, pēc 50 gadiem visvairāk – 10,4%.

1. zīmējums • Figure 1

Vairāk ceļot vēlējušos īpatsvars vecumgrupās, %

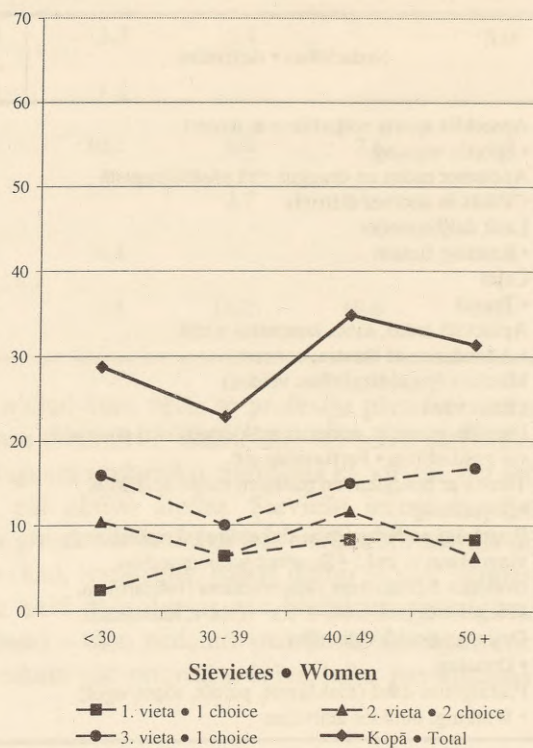
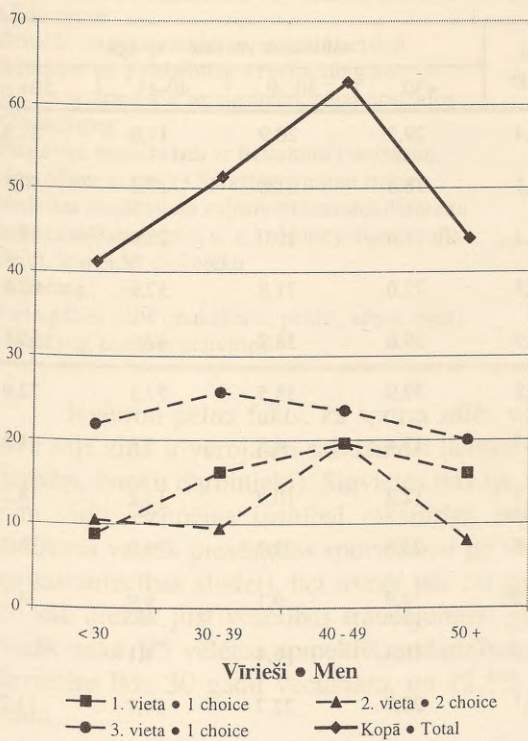
• Proportion of respondents chosen travels as 1st, 2nd or 3rd additional activity by age



2. zīmējums • Figure 2

Vairāk pastaigāties vēlējušos īpatsvars vecumgrupās, %

• Proportion of respondents chosen walks as 1st, 2nd or 3rd additional activity by age



39. tabula

**Respondentu – vīriešu īpatsvars, kuri izteikuši vēlēšanos biežāk pievērsties dažādām brīvā laika nodarbībām, %**

**• Leisure activities desired by men in addition to actual ones, %**

Nodarbības • Activities	Vidēji • Average	tai skaitā, vecumā • by age			
		<30	30-39	40-49	50+
Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri • Sport's training	26,5	38,6	24,3	9,8	12,0
Apciemot radus un draugus citā pilsētā/pagastā • Visits in another districts	22,3	17,5	23,0	31,4	24,0
Lasīt daiļliteratūru • Reading fiction	17,4	10,5	20,3	15,7	44,0
Ceļot • Travel	56,8	63,2	50,0	54,9	52,0
Apmeklēt teātri, kino, koncertus u.tml. • Attendance of theatre, concert	22,0	21,1	23,0	27,5	12,0
Mācīties (papildizglītības veidos) • Education	29,5	32,5	36,5	17,6	20,0
Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai • Performing art	8,7	7,0	12,2	5,9	12,0
Tikties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos • Socializing	22,7	20,2	21,6	27,5	28,0
Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.) • Sporting without trainee	23,5	21,1	27,5	25,2	24,0
Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbiem, kolekcionēšanai, foto, u. c.) • Hobby, handicrafts	6,4	4,4	5,4	9,8	12,0
Dejot, apmeklēt diskotēku • Dancing	6,8	14,9	1,4	-	-
Pastaigāties dabā (makšķerēt, peldēt, sēņot, ogot) • Walking, outdoor activities	48,5	41,2	51,4	62,7	44,0

40. tabula

**Respondentu – sievietes īpatsvars, kuras izteikušas vēlēšanos biežāk pievērsties dažādām brīvā laika nodarbībām, %**

**• Leisure activities desired by women in addition to actual ones, %**

Nodarbības • Activities	Vidēji • Average	tai skaitā, vecumā • by age			
		<30	30-39	40-49	50+
Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri • Sport's training	22,4	29,3	20,9	14,0	22,9
Apciemot radus un draugus citā pilsētā/pagastā • Visits in another districts	25,1	18,3	21,8	27,3	50,0
Lasīt daiļliteratūru • Reading fiction	20,3	11,6	20,0	28,9	29,1
Ceļot • Travel	66,8	72,0	71,8	57,9	60,4
Apmeklēt teātri, kino, koncertus u.tml. • Attendance of theatre, concert	42,9	39,6	38,2	47,9	52,1
Mācīties (papildizglītības veidos) • Education	30,9	32,9	35,5	27,3	22,9
Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai • Performing art	8,1	13,4	4,5	5,8	4,2
Tikties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos • Socializing	11,7	12,2	10,9	13,2	8,3
Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.) • Sporting without trainee	20,5	23,8	22,7	19,0	8,3
Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbiem, kolekcionēšanai, foto, u. c.) • Hobby, handicrafts	7,2	4,9	9,1	9,9	4,2
Dejot, apmeklēt diskotēku • Dancing	9,0	10,4	16,4	4,1	-
Pastaigāties dabā (makšķerēt, peldēt, sēņot, ogot) • Walking, outdoor activities	29,1	28,7	22,7	34,7	31,2

Vīrieši un sievietes vienlīdz bieži ir minējuši, ka gribētu biežāk pievērsties papildizglītībai (interesu izglītībai) – šāda rakstura nodarbības pēc vēlamās izplatības ierindojas trešajā vietā, bet pēc svarīguma kā pirmo to minējuši mazāk nekā 10%.

Pēc pašu strādātāju vērtējuma, brīvā laika aktivitātes nekompensē profesionālā darba slodzes vienpusību. Norādot, kam vēlētos pievērsties biežāk nekā izdevies līdz šim, strādājošie nozīmīgu vietu atvēlējuši fiziski aktīvām nodarbībām, kurām pieskaitāmas arī pastaigas (26. tabula). Domu par brīvā laika biežāku izmantošanu fiziski aktīvām nodarbībām lielā mērā nosaka vecums, īpaši aktīvi veltmju līmenī ir vīrieši vecumā pēc 50 gadiem – patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru vairāk nekā tas izdevies līdz šim gribētu 24%. Vīriešiem jaunībā – līdz 30 gadiem – pastaigas dabā (ar lietišķu guvumu) ir nākamā biežāk minētā vēlamā nodarbība aiz ceļošanas – tām seko sporta nodarbības treniņu zālē, trenera vadībā vairāk nekā 1/5 šīs grupas vīriešu to atzīmējušas kā pirmo svarīgāko (43. tabula); līdzšinējā aktivitāte viņus neapmierina: tieši šī vecuma vīrieši vairāk nekā trešā daļa sporto ik nedēļu – gan patstāvīgi, gan trenera vadībā.

41. tabula

**Respondentu – vīriešu īpatsvars, kuri vēlamās nodarbības  
pēc svarīguma ierindojuši pirmajā vietā, %  
• The most desired by men leisure activity, %**

Nodarbības • Activities	Vidēji •Average	tai skaitā, vecumā • by age			
		<30	30-39	40-49	50+
Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri • Sport's training	15,5	22,8	12,2	5,9	12,0
Apciemot radus un draugus citā pilsētā/pagastā • Visits in another districts	6,1	2,6	8,1	9,8	8,0
Lasīt daiļliteratūru • Reading fiction	5,7	2,6	6,8	11,8	4,0
Ceļot • Travel	30,3	32,5	23,0	35,3	32,0
Apmeklēt teātri, kino, koncertus u.tml. • Attendance of theatre, concert	3,4	1,8	8,1	2,0	-
Mācīties (papildizglītības veidos) • Education	7,6	8,8	9,5	3,9	4,0
Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai • Performing art	3,8	3,5	5,4	-	8,0
Tikties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos • Socializing	0,8	1,8	-	-	-
Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.) • Sporting without trainee	8,3	10,5	6,8	7,8	4,0
Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbiem, kolekcionēšanai, foto, u. c.) • Hobby, handicrafts	1,1	-	2,7	-	4,0
Dejot, apmeklēt diskotēku • Dancing	1,9	4,4	-	-	-
Pastaigāties dabā (makšķerēt, peldēt, sēņot, ogot) • Walking, outdoor activities	13,6	8,8	16,2	19,6	16,0

Ievēriību pelna fakts, ka sporta zālēs vairāk nodarboties vēlās to profesiju pārstāvji, kuru vidū šajā ziņā ir vērojama salīdzinoši lielāka (finansu darbinieki, skaitļotāji) vai zema aktivitāte (ierēdņi, banku darbinieki). Sievietes nav tik lielas sporta nodarbību cienītājas kā vīrieši, bet arī viņu vidū iezīmējas jaunībai raksturīgā interese par aktīvo atpūtu. Sieviešu iecere iespēju gadījumā vairāk pievērsties sportošanai pa vecuma grupām ir mainīga (tas varētu būt saistīts ar mājsaimniecības slodzi), bet tomēr pēc 50 gadiem (kad, iespējams, mājas darbu slodze mainās vai sāk biežāk just veselības traucējumus) gandrīz trešā daļa ilgojas pēc biežākām pastaigām, vairāk nekā 1/5 vēlētos apmeklēt nodarbības ar treneri – tikai nedaudz mazāk salīdzinājumā ar sievietēm līdz 30 gadu vecumam, un 12,5% to uzskata par prioritāru brīvā laika pavadīšanas veidu.

**Respondentu – sieviešu īpatsvars, kuras vēlamās nodarbības  
pēc svarīguma ierindojušas pirmajā vietā, %  
The most desired by women leisure activity, %**

Nodarbības • Activities	Vidēji •Average	tai skaitā, vecumā • by age			
		<30	30-39	40-49	50+
Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri • Sport's training	10,2	13,4	8,2	6,6	12,5
Apciemot radus un draugus citā pilsētā/pagastā • Visits in another districts	9,0	6,7	10,0	9,1	14,6
Lasīt daiļliteratūru • Reading fiction	5,9	3,0	3,6	9,1	12,5
Ceļot • Travel	40,2	43,3	41,8	38,0	31,3
Apmeklēt teātri, kino, koncertus u.tml. • Attendance of theatre, concert	7,4	7,9	7,3	5,8	10,4
Mācīties (papildizglītības veidos) • Education	9,3	9,1	10,9	9,1	6,3
Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai • Performing art	1,6	1,8	0,9	1,7	2,1
Tikties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos • Socializing	2,3	4,3	0,9	1,7	-
Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.) • Sporting without trainee	5,4	6,1	7,3	4,1	2,1
Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbiem, kolekcionēšanai, foto, u. c.) • Hobby, handicrafts	1,4	0,6	0,9	3,3	-
Dejot, apmeklēt diskotēku • Dancing	0,2	-	0,9	-	-
Pastaigāties dabā (makšķerēt, peldēt, sēņot, ogot) • Walking, outdoor activities	5,6	2,4	6,4	8,3	8,3

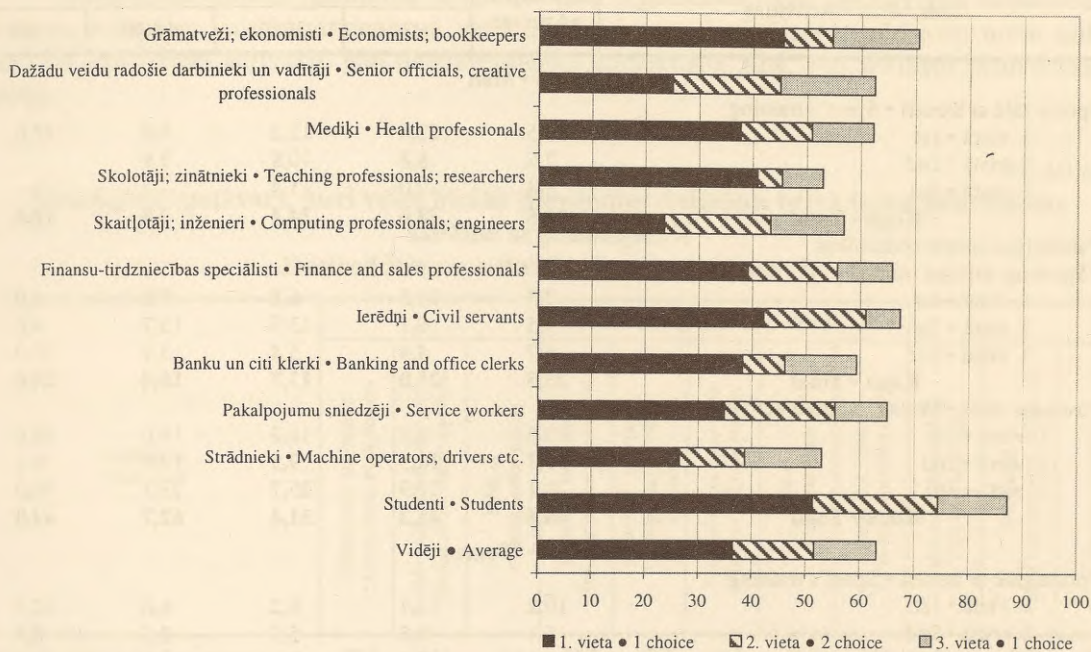
Gados jaunām sievietēm pēc ceļošanas izplatītākā vēlamā nodarbošanās brīvajā laikā ir teātru, koncertu apmeklēšana (šie divi atpūtas veidi savu nozīmību vēlamības izteiksmē saglabā visās vecuma grupās: izrādes, koncerti ir ļoti izplatīts atpūtas veids sievietēm), pēc tam – papildizglītība. Vīriešiem vecumā no 30 līdz 39 gadiem divas pirmās vēlamās nodarbības savu nozīmi saglabā (ceļošana mazliet „piekāpjās” pastaigām), bet trešajā vietā izplatības ziņā ierindojas papildizglītība. Šī vecuma sieviešu intereses ir tādas pašas kā jaunākajām, bet pēc 40 gadiem papildizglītību kā līdz tam trešo vēlamāko aizstāj pastaigas dabā. Vīriešiem 40-49 gadu vecumā nepiepildīto vēlmju ziņā pastaigas kļūst nozīmīgākas par ceļošanu, un trešajā vietā izvirzās attālāk dzīvojošu draugu, radu apciemošana, sievietes ciemošanos kā līdz šim nepietiekami realizētu vēlēšanos biežāk uzsver pēc 50 gadiem, un 14,6% šajā vecumā to uzskata par pirmo svarīgāko.

Ir vairākas iespējamās brīvā laika nodarbības, kuras vēlamo sarakstā minētas pavisam reti: deju vakaru, diskotēku apmeklēšana (par to salīdzinoši biežāk iedomājušies gados jaunāli strādājošie), muzicēšana un cita veida pašdarbība, arī lietišķie vaļasprieki: šīs nodarbības pieder pie mazāk izplatītajām un diemžēl arī pie mazāk vēlamajām, strādājošiem šajā ziņā interese ir minimāla.

Visu profesiju pārstāvji vēlamo brīvā laika nodarbību skaitā arī visbiežāk minējuši ceļošanu (44. tabula), un visi kā viens to ierindojuši pirmajā vietā (3. zīmējums). Pastaigas biežāk ir minētas kā trešā vēlamā brīvā laika aktivitāte (4. zīmējums).

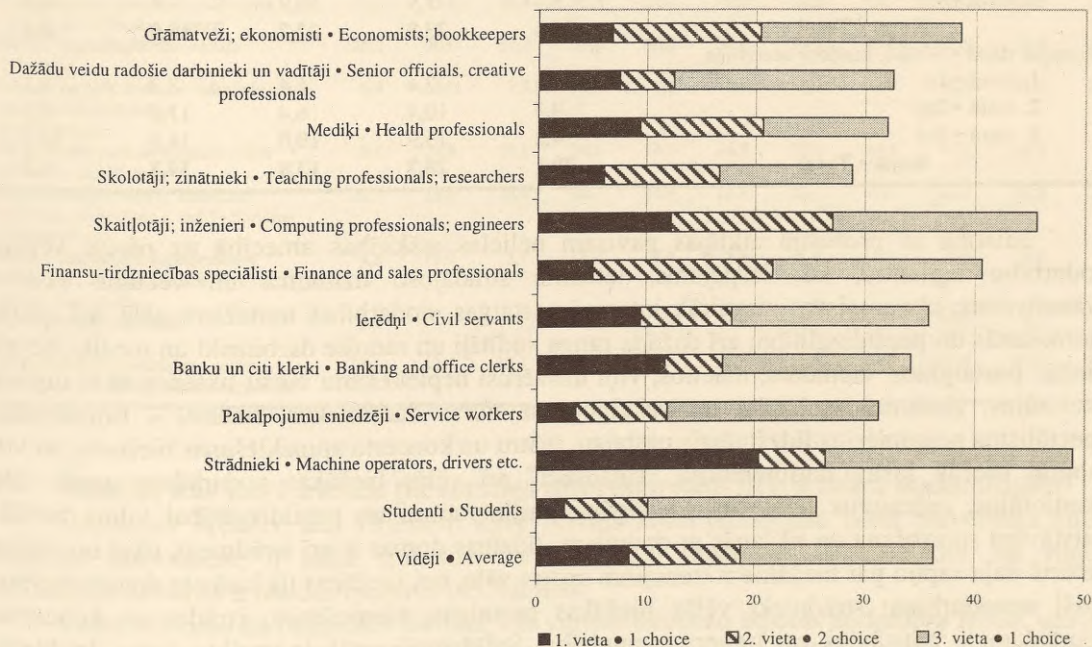
3. zīmējums • Figure 3

**Ceļojumus kā sev vēlamako atpūtas veidu minējušo īpatsvars, %**  
**• Proportion of respondents chosen travels as 1st, 2nd or 3rd additional activity**  
**by occupations, %**



4. zīmējums • Figure 4

**Pastaigas dabā kā sev vēlamako atpūtas veidu minējušo īpatsvars, %**  
**• Proportion of respondents chosen walks as 1st, 2nd or 3rd additional activity**  
**by occupations, %**



**Vēlamās fiziskās aktivitātes pēc to prioritātes minējušo īpatsvara, %**  
**• Proportion of respondents mentioned certain physical activities as 3 the most desired, %**

Nodarbības • Activities	Vidēji •Average	tai skaitā, vecumā • by age			
		<30	30-39	40-49	50>
<b>Vīrieši • Men</b>					
Sporta zālē ar treneri • Sport's training					
1. vietā • 1st	15,5	22,8	12,2	5,9	12,0
2. vietā • 2nd	7,6	8,8	10,8	3,9	-
3. vietā • 3rd	3,4	7,0	1,4	-	-
<b>Kopā • Total</b>	<b>26,5</b>	<b>38,6</b>	<b>24,4</b>	<b>9,8</b>	<b>12,0</b>
Patstāvīgas sporta nodarbības • Sporting without trainee					
1. vietā • 1st	8,3	10,5	6,8	7,8	4,0
2. vietā • 2nd	9,5	6,1	13,5	13,7	4,0
3. vietā • 3rd	5,7	4,4	5,4	3,9	16,0
<b>Kopā • Total</b>	<b>23,5</b>	<b>21,0</b>	<b>13,7</b>	<b>10,4</b>	<b>24,0</b>
Pastaigas dabā • Walks, outdoor activities					
1. vietā • 1st	13,6	8,8	16,2	19,6	16,0
2. vietā • 2nd	11,7	10,5	9,5	19,6	8,0
3. vietā • 3rd	23,1	21,9	25,7	23,5	20,0
<b>Kopā • Total</b>	<b>48,4</b>	<b>41,2</b>	<b>31,4</b>	<b>62,7</b>	<b>44,0</b>
<b>Sievietes • Women</b>					
Sporta zālē ar treneri • Sport's training					
1. vietā • 1st	10,2	13,4	8,2	6,6	12,5
2. vietā • 2nd	6,1	8,5	5,5	2,5	8,3
3. vietā • 3rd	6,1	7,3	7,3	5,0	2,1
<b>Kopā • Total</b>	<b>22,4</b>	<b>29,2</b>	<b>21,0</b>	<b>14,1</b>	<b>22,9</b>
Patstāvīgas sporta nodarbības • Sporting without trainee					
1. vietā • 1st	5,4	6,1	7,3	4,1	2,1
2. vietā • 2nd	6,8	9,8	4,5	7,4	-
3. vietā • 3rd	8,4	7,9	10,9	7,4	6,3
<b>Kopā • Total</b>	<b>20,6</b>	<b>23,8</b>	<b>22,7</b>	<b>18,9</b>	<b>8,4</b>
Pastaigas dabā • Walks, outdoor activities					
1. vietā • 1st	5,6	2,4	6,4	8,3	8,3
2. vietā • 2nd	9,3	10,4	6,4	11,6	6,3
3. vietā • 3rd	14,2	15,9	10,0	14,9	16,7
<b>Kopā • Total</b>	<b>29,1</b>	<b>28,7</b>	<b>13,8</b>	<b>34,8</b>	<b>31,3</b>

Saistībā ar profesiju atklājas pavisam nelielas atšķirības attiecībā uz pārējo vēlamo nodarbību izplatību, ko, iespējams, ietekmē strādājošo dzimuma un vecuma sastāvs: grāmatvežus, ekonomistus visvairāk interesē pastaigas, nodarbības trenāžieru zālē, arī teātris, ciemošanās un papildizglītība; arī dažāda ranga vadītāji un radošie darbinieki un mediķi labprāt biežāk pastaigātos, ciemotos, mācītos, viņi uzsvēruši nepietiekami biežu tikšanos ar draugiem; skolotājus, zinātniekus, banku un pakalpojumu sfēras darbiniekus, finansu – tirdzniecības speciālistus neapmierina līdzšinējais pastaigu, teātru un koncertu apmeklēšanas biežums, un viņi labprāt biežāk lasītu daiļliteratūru, „finansisti” arī vēlas biežākas nodarbības sporta zālē; skaitļotājus, inženierus līdztekus pastaigām, daiļliteratūrai un papildizglītībai vilina biežāka patstāvīga sportošana un tikšanās ar draugiem; līdzīgas domas ir arī ierēdņiem, tikai no viņiem ceturtdaļa sapņo par biežākiem treniņiem sporta zālē, bet biežākas tikšanās ar draugiem viņus īpaši nenodarbina; strādnieki vēlas biežākas pastaigas, ciemošanos, izrādes un koncertus, sportošana – patstāvīgi vai trenera uzraudzībā. Salīdzinoši retāk ir izteikta doma, ka biežāk gribētu pievērsties vaļaspriekam, muzicēt un apmeklēt deju sarīkojumus.

Vairāk līdzīgas nekā atšķirīgas brīvā laika vēlmes – biežuma ziņā – ir strādājošiem un tiem, kuri līdztekus darbam arī mācās.

Izplatītākās strādājošo nepiepildītās vēlēšanās ir: vīriešiem – ceļošana, pastaigas dabā ar praktisku ievirzi, papildus/interesu izglītība; sievietēm – ceļošana, papildus/interesu izglītība, teātra izrāžu un koncertu apmeklēšana.

Tiem vīriešiem, kuriem darba slodzi nākas apvienot ar studijām, izrādās, galvenā interese arī ir par ceļošanu un pastaigām, bet interese par papildizglītību ir tik pat izplatīta kā par sporta nodarbībām trenera vadībā. Sieviešu intereses šādā situācijā pamatā ir tādas pašas kā tām, kuras tikai strādā, tikai viņas izteikušas vēlmi biežāk pievērsties papildizglītībai.

Strādājošie iespēju gadījumā izvēlētos gan organizētas, gan patstāvīgas nodarbības. Vēlmēs iezīmējas vairāki virzieni, un var uzskatīt, ka to piepildījums strādājošo brīvo laiku veidotu gan fiziski aktīvāku, gan daudzveidīgāku intelektuālā ziņā, gan sekmētu profesionālo darbu.

44. tabula

**Strādājošo īpatsvars, kuri vēlas biežāk pievērsties dažādām brīvā laika aktivitātēm, saistībā ar profesiju, %**  
**Desired leisure activities by occupations, %**

Nodarbības • Activities	Profesiju grupas • Occupations										
	Grāmat-veži; eko-nomisti • Econo-mists; book-keepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Medi-ķi • Health profes-sionals	Skolo-tāji, zināt-nieki • Teaching profess.; resear-chers	Skait-lotāji, inže-nieri • Compu-ting profess.; engi-neers	Finan-su-irzdzn. speci-ālisti • Finan-ce and sales profess.	Ierēd-ņi • Civil ser-vants	Banku u.c. klerki • Ban-king and office clerks	Pakal-poju-mu snie-dzēji • Ser-vice wor-kers	Strād-nieki • Machi-ne opera-tors, drivers etc.	Studenti • Students
Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri • Sport's training	29,5	27,5	13,2	19,7	19,8	25,3	25,3	25,0	20,5	26,5	41,0
Apciemot radus un draugus citā pilsētā/pagastā • Visits in another districts	25,0	35,0	28,3	15,2	18,5	30,4	14,7	21,1	32,5	36,7	15,4
Lasīt daiļliteratūru • Reading fiction	20,5	17,5	15,1	28,8	27,2	25,3	22,1	17,1	7,2	14,3	7,7
Ceļot • Travel	70,5	62,5	62,3	53,0	56,8	65,8	67,4	59,2	65,1	53,1	87,2
Apmeklēt teātri, kino, koncertus u.tml. • Attendance of theatre, concert	25,0	25,0	43,4	45,5	17,3	38,0	43,2	46,1	33,7	24,5	35,9
Mācīties (papildizglītības veidos) • Education	25,0	30,0	37,7	25,8	34,6	22,8	36,8	31,6	39,8	18,4	20,5
Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai • Performing art	6,8	5,0	7,5	10,6	8,6	5,1	5,3	3,9	8,4	12,2	28,2
Tīkties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos • Socializing	13,6	22,5	15,1	18,2	24,7	16,5	12,6	14,5	13,3	16,3	2,6
Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.) • Sporting without trainee	22,7	25,0	26,4	16,7	25,9	13,9	22,1	19,7	21,7	24,5	23,1
Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbībai, kolekcionēšanai, foto, u. c.) • Hobby, handicrafts	4,5	10,0	5,7	15,2	7,4	3,8	3,2	10,5	7,2	6,1	2,6
Dejot, apmeklēt diskotēku • Dancing	9,1	-	-	12,1	8,6	7,6	6,3	10,5	15,5	6,1	7,7
Pastaigāties dabā (makšķerēt, peldēt, sēpot, ogot) • Walking, outdoor activities	38,6	32,5	32,1	28,8	45,7	40,5	35,8	34,2	31,3	49,0	25,6

### Šķēršļi, kas kavē biežāk pievērsties interesējošām brīvā laika nodarbībām

Galvenais šķērslis, kas vīriešiem kavē brīvajā laikā pietiekami bieži pievērsties sirdij tīkamām aktivitātēm, ir laika trūkums, sieviešu vidū izplatītāks ir viedoklis, ka viņām būtiskākais kavēklis ir naudas trūkums (45. tabula).

Laika trūkumu kā būtiskāko faktoru, kas viņiem ierobežo atpūtas nodarbību izvēli, uzsver visi vīrieši, tikai no 30 līdz 39 gadiem kā izplatītākais minēts naudas trūkums. Tomēr, sarindojojot trīs būtiskākos kavēkļus pēc to svarīguma viņu subjektīvajā uztverē, izrādās, ka visu vecuma grupu vīrieši laika trūkumu pirmajā vietā tomēr likuši nedaudz retāk nekā naudas nepietiekamību, kas biežāk ierindota pirmajā vietā. Laika pietrūkst gan tiem, kuriem ir tikai viena „slodze” – darbs, gan arī tiem, kuri vienlaicīgi strādā un studē.

Sievietes, atzīmējot trīs galvenos brīvā laika izmantošanas kavēkļus, līdzekļu trūkumu ir uzsvērušas kā pirmo svarīgāko. Laika trūkumu sievietes asāk sāk izjust pēc 50 gadiem. Strādājošās sievietes, kuras paralēli darbam arī studē, pirmajā vietā biežāk likušas laika trūkumu, bet tikai strādājošās – naudas trūkumu.

Galvenokārt laika, kā arī naudas trūkums brīvā laika izmantošanu atbilstoši interesēm ierobežo lielākai daļai strādājošo, neatkarīgi no profesijas, tikai banku darbinieki, pakalpojumu sfērā strādājošie un strādnieki biežāk kā kavēkli atzīmē tieši naudas trūkumu (46. tabula). Šis apstāklis visasāk ietekmē studentus – no viņiem gandrīz 90% uzskata, ka viņiem brīvā laika izmantošanu atbilstoši interesēm kavē ierobežotie naudas līdzekļi, 53,8% to ierindojuši pirmajā vietā, no strādniekiem – 51,0%.

Respondenti gribētu biežāk pievērsties tādām brīvā laika nodarbībām, kas prasa gan ievērojamus līdzekļus, gan laiku (ceļošana, teātra un kino izrāžu apmeklēšana, papildizglītība, pastaigas). Algotu darbu strādājošo mājsaimniecībās 2002. gadā vidējais ienākums mēnesī uz vienu mājsaimniecības locekli bija 87,09 lati [Mājsaimniecības ... 2003] – nesasniedz iztikas minimumu (...). Līdz ar to var uzskatīt, ka naudas trūkums kā šķērslis brīvā laika izmantošanai atbilstoši vēlmēm ir minēts pamatoti.

Līdzīgi arī laika trūkums ir uztverams kā objektīvs brīvā laika izmantošanas šķērslis: strādājošo brīvā laika apjoms 20. gs. 90.-tajos gados samazinājās – vīriešiem līdz 27,5 stundām un sievietēm – gandrīz līdz 22 stundām nedēļā [Eglīte ... 1999].

Nedaudz vairāk nekā 40% respondentu kā šķērslī brīvā laika izmantošanai saskaņā ar savām interesēm atzīmējuši nogurumu, pie kam vīriešu vidū to izjutošo īpatsvars ar gadiem pieaug, kamēr sieviešu vidū šāda likumsakarība nav vērojama. Tomēr nogurums sievietes skar vairāk: viņas biežāk atzīmējušas nogurumu kā traucējošu sajūtu, un biežāk arī nosauc kā šķērslī vēlamai brīvā laika pavadīšanai.

Nogurums kā vēlamo brīvā laika nodarbību kavēklis vienlīdz izplatīts visās profesijās nodarbināto vidū, salīdzinoši biežāk to minējuši skaitļotāji, inženieri, finansu – tirdzniecības speciālisti – tie, no kuriem vairāk nekā 90% izjūt nogurumu kā pašsajūtas traucējumu. Mazāk par to raizējas tikai grāmatveži, ekonomisti un pakalpojumu sfērā strādājošie (45. tabula). Atsauksmās uz nogurumu ir visnotaļ pamatota.

Par nogurumu kā brīvā laika izmantošanas šķērslī biežāk runā vīrieši, kuri tikai strādā, un sievietes, kuras vienlaicīgi vēl arī studē. Kavēkļus sarindojojt pēc svarīguma, pārsvarā gadījumu nogurums likts otrajā vietā, par pirmo svarīgāko to biežāk uzskata radošie darbinieki un vadītāji (12,5%), kā arī skaitļotāji un inženieri (14,8%).

Vairāk nekā ¼ vīriešu un sieviešu atzīst, ka biežāk nodarboties ar to, kas patīk, viņiem traucē neprasme organizēt savu laiku, ar to pārsvarā saskārušies strādājošie vecumā no 30 līdz 39 gadiem. Vīrieši laika organizācijas neprasmi minējuši biežāk nekā sievietes, un viņi to salīdzinoši biežāk ierindojuši pirmajā vietā; ar to vairāk jāreķinās tiem strādājošiem, kuri paralēli darbam arī studē (47. tabula). Līdz ar vecumu pieaug sieviešu īpatsvars, kuras atzīmējušas neprasmi organizēt savu laiku; tas sasauca ar laika trūkumu kā brīvā laika izmantošanas kavēkli. Laika organizācijas problēma salīdzinoši aktuālāka ir grāmatvežiem, ekonomistiem, arī studentiem.

Brīvdienų nesakritība ar dzīvesbiedru traucē brīvā laika izmantošanu vairāk nekā 1/5 strādājošo vecumā no 30 līdz 39 gadiem, un biežāk tiem, kuri tikai strādā. Tas ir vecums, kad lielai daļai strādājošo ir ģimene, ir audzināmi bērni (48. tabula), un arī brīvā laika organizācijas problēmas tad vairāk izjūtas. Šo kavēkli biežāk minējušas sievietes.

Jaunībā, izrādās, brīvā laika nodarbību izvēles biežumu vairāk nekā vēlākos gados ietekmē arī kompānijas trūkums, šī problēma skar arī 1/5 vīriešu vecumā pēc 50 gadiem: jaunībā vēl neprot atrast interešu biedrus, bet lielākā vecumā tādu vairs nav daudz.

Vīriešu un sieviešu viedoklis par šķēršļiem atšķiras saistībā ar to, vai viņi tikai strādā vai arī papildus darbam arī studē. Strādājošās sievietes (kuras nestudē) salīdzinājumā ar vīriešiem biežāk atsauca uz šādām grūtībām: brīvā laika nesakritība ar dzīvesbiedru, arī domstarpības par brīvā laika pavadīšanu, naudas trūkums, grūtības ar bērnu pieskatīšanu, vecums; savukārt vīrieši izteiktāk žēlojas par nogurumu, laika trūkumu un savu neprasmi to izmantot. Ja darbam pievienojas studijas (tas raksturīgi gados jaunākiem), gandrīz visus kavēkļus vīrieši izjūt asāk nekā sievietes, izņēmums ir – nogurums, vecums, brīvā laika nesakritība ar dzīvesbiedru: brīvā

laika nodarbības, to biežumu, vēlmes, arī kavēkļus ietekmē kopējā darba slodze, kuru veido darbs, mācības un mājsaimniecības pienākumi.

Strādājošie labprāt biežāk pievērstos gan pagaidām salīdzinoši maz izplatītām nodarbībām – regulāriem treniņiem, patstāvīgai sportošanai, gan arī līdz šim ļoti izplatītiem atpūtas veidiem – pastaigām, teātru, koncertu un kino apmeklējumiem. Mazāka interese tiek izrādīta par atpūtas veidiem ar radošu ievirzi – muzicēšanu, vaļaspriekiem. Sievietēm raksturīga interese par dejām (sarīkojumiem) līdz gadiem 40, kamēr vīriešiem tā strauji noplok pēc 30 gadiem.

Kavēkļi ir gan objektīvi, gan tīri subjektīvi, to uzskaitījums un izplatība pārliecinoši norāda uz neapmierinošiem materiāliem apstākļiem un lielo darba slodzi kā galvenajiem šķēršļiem brīvā laika interešu piepildīšanai. Dažu kavēkļu ietekmi var mazināt bez lieliem „kapitālieguldījumiem” laika un naudas izpausmē – tas attiecināms uz prasmi/neprasmi organizēt savu laiku, interešu biedru atrašanu. Uzmanība pievēršama arī interešu izkopšanai, kas var atvieglot nodarbību izvēli un to saskaņošanu ar reālajām iespējām.

45. tabula

**Brīvā laika vēlamo nodarbību kavēkļus atzīmējušo respondentu īpatsvars, %**  
**• The main obstacles to enjoy desired leisure activities, %**

Šķēršļi • Obstacles	Vidēji • Average	tai skaitā, vecumā • at age			
		<30	30-39	40-49	50+
<b>Vīrieši • Men</b>					
Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību • Maintaining child-care	8,3	5,3	18,9	3,9	-
Domstarpības ar dzīvesbiedri par atpūtas veidiem • Spouse's different choice	8,3	7,9	10,8	9,8	-
Brīvdienu un brīvā laika nesakrītība ar dzīvesbiedri • Spouse's diverse schedule	19,7	15,8	28,4	17,6	16,0
Naudas trūkums • Short of money	69,7	66,7	77,0	69,7	68,0
Nogurums • Tiredness	43,6	43,0	33,8	54,9	52,0
Kompānijas trūkums • No company	18,9	24,6	16,2	9,8	20,0
Paša neprasme organizēt savu laiku • Hardly manages time	27,3	28,1	32,4	23,5	16,0
Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība • Age, poor health, no abilities	5,3	4,4	2,7	7,8	12,0
Laika trūkums • Short of time	74,6	78,9	67,6	72,5	80,0
<b>Sievietes • Women</b>					
Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību • Maintaining child-care	10,4	8,5	20,9	5,8	4,2
Domstarpības ar dzīvesbiedri par atpūtas veidiem • Spouse's different choice	9,7	7,3	14,5	8,3	10,4
Brīvdienu un brīvā laika nesakrītība ar dzīvesbiedri • Spouse's diverse schedule	21,9	23,8	23,6	19,0	18,7
Naudas trūkums • Short of money	73,8	75,0	73,6	75,2	69,7
Nogurums • Tiredness	40,2	45,1	35,5	42,1	29,2
Kompānijas trūkums • No company	19,0	23,8	17,3	15,7	14,6
Paša neprasme organizēt savu laiku • Hardly manages time	26,0	26,2	30,0	22,3	25,0
Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība • Age, poor health, no abilities	7,4	2,4	1,8	14,0	20,8
Laika trūkums • Short of time	68,4	65,9	65,5	72,7	72,9

**Vēlamo brīvā laika nodarbību kavēkļu izplatība saistībā ar profesiju, %**  
**• The main obstacles to enjoy desired leisure activities by occupations, %**

Šķēršļi • Obstacles	Profesiju grupas • Occupations									
	Grāmatveži; ekonomisti • Economists; bookkeepers	Dažādu veidu radošie darb. un vad. • Senior offic., creative profess.	Mediķi • Health professionals	Skolotāji, zinātnieki • Teaching profess.; researchers	Skaitļotāji, inženieri • Computing profess.; engineers	Finansu-tirdzn. speciālisti • Finance and sales profess.	Ierēdņi • Civil servants	Banku u.c. klerki • Banking and office clerks	Pakalpojumu sniedzēji • Service workers	Strādnieki • Machine operators, drivers etc.
Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību • Maintaining child-care	6,8	12,5	9,4	7,6	11,1	6,3	7,4	18,4	8,2	
Domstarpības ar dzīvesbiedri par atpūtas veidiem • Spouse's different choice	13,6	7,5	3,8	7,6	1,1	8,9	5,3	18,4	12,0	8,2
Brīvdienu un brīvā laika nesakritība ar dzīvesbiedri • Spouse's diverse schedule	13,6	25,0	34,0	21,2	18,5	21,5	21,1	19,7	28,9	14,3
Naudas trūkums • Short of money	65,9	52,5	67,9	71,2	63,0	72,2	72,6	81,6	73,5	85,7
Nogurums • Tiredness	36,4	47,5	43,4	47,0	46,9	38,0	41,1	36,8	33,7	46,9
Kompānijas trūkums • No company	13,6	12,5	11,3	19,7	16,0	22,8	20,0	23,7	19,3	16,3
Paša neprasme organizēt savu laiku • Hardly manages time	36,4	17,5	28,3	27,3	34,6	24,1	26,3	19,7	24,1	20,4
Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība • Age, poor health, no abilities	11,4	12,5	5,7	6,1	6,2	10,1	4,2	6,6	1,2	8,2
Laika trūkums • Short of time	72,7	77,5	71,7	72,7	74,1	72,2	73,7	61,8	69,9	69,4

**Trīs būtiskākās brīvā laika vēlmju piepildījuma īstenošanas kavēkļus atzīmējušo respondentu īpatsvars, % (strādā un studē)**

**• Proportion of respondents – studying along with employment – mentioned 3 the main obstacles for desired activities, %**

Šķēršļi • Obstacles	Vīrieši • Men				Sievietes • Women			
	1.	2.	3.	Kopā • Total	1.	2.	3.	Kopā • Total
Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību • Maintaining child-care	2,9	2,9	-	5,7	3,4	0,6	1,1	5,1
Domstarpības ar dzīvesbiedri par atpūtas veidiem • Spouse's different choice	2,9	4,3	2,9	10,0	2,9	2,3	4,0	9,1
Brīvdienu un brīvā laika nesakritība ar dzīvesbiedri • Spouse's diverse schedule	2,9	7,1	2,9	12,9	6,3	5,7	6,9	18,9
Naudas trūkums • Short of money	35,7	14,3	22,9	72,9	33,1	23,4	14,9	71,4
Nogurums • Tiredness	7,1	25,7	7,1	40,0	8,6	17,7	18,9	45,1
Kompānijas trūkums • No company	5,7	8,6	5,7	20,0	0,6	7,4	7,4	15,4
Paša neprasme organizēt savu laiku • Hardly manages time	8,6	11,4	14,3	34,3	4,6	10,9	11,4	26,9
Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība • Age, poor health, no abilities	1,4	-	-	1,4	2,3	1,1	4,0	7,4
Laika trūkums • Short of time	31,4	20,0	28,6	80,0	36,6	24,0	16,6	77,1
Cits • Other	1,4	2,9	8,6	12,9	2,9	1,7	4,6	9,1

48. tabula

**Trīs būtiskākās brīvā laika vēlmju piepildījuma īstenošanas kavēkļus atzīmējušo respondentu īpatsvars, %**

**• Proportion of respondents – employed but not studying – mentioned 3 the main obstacles for desired activities, %**

Šķēršļi • Obstacles	Vīrieši • Men				Sievietes • Women			
	1.	2.	3.	Kopā • Total	1.	2.	3.	Kopā • Total
Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību • Maintaining child-care	3,6	2,0	3,2	8,7	4,6	2,4	3,1	10,1
Domstarpības ar dzīvesbiedri par atpūtas veidiem • Spouse's different choice	4,0	2,4	2,4	8,7	3,1	2,7	4,6	10,4
Brīvdienų un brīvā laika nesakrītība ar dzīvesbiedri • Spouse's diverse schedule	5,5	7,1	7,9	20,6	7,2	7,5	8,0	22,7
Naudas trūkums • Short of money	30,4	21,3	17,4	69,2	37,3	21,9	13,5	72,8
Nogurums • Tiredness	7,9	19,0	16,6	43,5	7,2	17,6	15,4	40,2
Kompānijas trūkums • No company	3,6	8,3	6,7	18,6	1,7	7,0	9,4	18,1
Paša neprasme organizēt savu laiku • Hardly manages time	10,3	7,9	9,1	27,3	3,4	10,8	10,8	25,1
Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība • Age, poor health, no abilities	1,2	2,0	1,6	4,7	1,9	1,9	3,9	7,7
Laika trūkums • Short of time	30,8	22,5	20,6	73,9	30,8	22,4	16,6	69,9
Cits • Other	2,4	2,0	4,7	9,1	1,9	1,2	3,9	7,0

49. tabula

**Respondentu sadalījums pēc ģimenes stāvokļa (ar ko dzīvo kopā), %**

**• Distribution of respondents by employment and composition of household, %**

Ar ko dzīvo kopā • Household	Studē un strādā • Employed students		Tikai strādā • Employed	
	vīrieši • men	sievietes • women	vīrieši • men	sievietes • women
Vienatnē • Alone	10,3	7,5	15,7	6,9
Ar bērniem • With children	0,4	11,8	-	12,6
Ar vecākiem vai vienu no tiem • With parent(s)	20,6	9,9	37,1	14,9
Ar dzīvesbiedru • With spouse	17,4	19,8	22,9	24,6
Ar dzīvesbiedru un bērniem • With spouse and children	39,9	35,9	10,0	27,4
Trīs paaudžu ģimenē • Three generation	7,1	10,4	7,1	8,0
Ar citiem tuviniekiem • Other relatives	4,3	4,1	7,1	5,1
Nav atbildes • No answer	-	0,7	-	0,6

### Secinājumi

Darba, atpūtas un veselības savstarpējā saistība un mijiedarbība veido strādājošo dzīves pilnskanību. Darba nedēļas garums, slodzes raksturs, brīvā laika nodarbību izvēle un to biežums saistās ar profesiju, un liela nozīme ir strādājošo dzimumam un vecumam, izglītībai, kas ietekmē profesijas izvēli.

Vairākums strādājošo viņiem svarīgos darba aspektus – labu peļņu, iespējas strādāt radoši, izpaust un pilnveidot sevi – nesaista ar augstu stāvokli sabiedrībā, kā arī salīdzinoši reti par ļoti svarīgu uzskata iespēju izvirzīties, veidot karjeru, tikai jaunāko paaudžu pārstāvjiem un īpaši tiem, kuri vienlaicīgi strādā un studē, salīdzinoši biežāk karjera šķiet ļoti svarīga.

Atšķirības vīriešu un sieviešu uzskatos par augsta sabiedriskā stāvokļa sasniegšanu un karjeras veidošanu iezīmē stereotipu noturīgumu sieviešu apziņā – par viņu iespējām un lomu sabiedrībā. Šāda nostāja var kavēt personības un līdz ar to visas sabiedrības attīstību.

Intensīvais, pārsvarā garīgi saspringtais darbs, kura veikšanā daudz tiek izmantoti modernie tehnikas līdzekļi, prasa atbilstošu, darba spējas atjaunojošu atpūtu. Fiziski aktīvo atpūtas nodarbību līdzšinējā izplatība un biežums nevar pilnībā kompensēt darba slodzes negatīvo ietekmi, kas izpaužas dažādās nepatīkamās sajūtās (izplatītākās – nogurums, enerģijas trūkums, sāpes plecu-kakla joslā, galvassāpes). Tās uzskatāmas par iespējamiem veselības stāvokļa pasliktināšanās simptomiem. Kopumā strādājošies savu veselības stāvokli pārsvarā vērtē pozitīvi – kā apmierinošu un labu, bet nepietiekamā fiziskā aktivitāte un tāda kaitīga ieraduma, kā smēķēšanas izplatība ar laiku var radīt veselības problēmas.

Kā satraucošs vērtējams fakts, ka nogurumu, enerģijas trūkumu visbiežāk izjūt gados jauni darbinieki – līdz 30 gadiem, un uzmanība pievēršama arī tam, ka smēķēšana ir jaunu sieviešu aizraušanās. Sievietes savu veselību vērtē zemāk nekā vīrieši savu. Zemais brīvajā laikā fiziskās aktivitātēs iesaistījušos sieviešu īpatsvars un šo nodarbību epizodiskums, kā arī sieviešu salīdzinoši retāk izteiktā vēlme šādās nodarbībās iesaistīties biežāk ļauj izteikt pieņēmumu, ka sieviešu veselību apdraud viņu zemā fiziskā aktivitāte, ka sievietēm būtu ļoti ieteicams veselības uzlabošanas/saglabāšanas nolūkā regulāri pievērsties fiziskajai kultūrai, kaut vai pastaigām dabā.

Lai gan brīvā laika nodarbības sabiedrībā ir daudzveidīgas, tomēr pārlieku maz strādājošo savu brīvo laiku piepilda ar nodarbībām, kas prasa radošu pieeju, aktīvu līdzdarbību (muzicēšana, cita veida pašdarbība, vaļasprieki), un tas apdraud tautas kultūras pārmantojamību.

Iepriecinoši, ka strādājošie brīvo laiku ziedo papildizglītībai, un arī vēlas pievērsties tai biežāk nekā līdz šim. Acīmredzot tā ir dzīves diktēta nepieciešamība: izglītība ietekmē darba iespējas. Savukārt izglītības līmeņa paaugstināšanās ar laiku var izraisīt darba nedēļas pagarināšanos, kas radīs nepieciešamību biežāk nodarboties ar sportu un fizikultūru – vai nu trenera vadībā (kā vēlas jaunie) vai patstāvīgi, kaut vai pastaigu laikā (kas ir gados vecāku cilvēku iecere), lai uzturētu fizisko formu un līdz ar to veselību.

Fiziskā aktivitāte turpmāk var būt apdraudēta: līdz ar labklājības pieaugumu paredzams, ka palielināsies automašīnu izmantošana – gan saistībā ar darbu, gan ārpus tā. Jārēķinās arī ar datoru lietotāju skaita un datoram ziedotā laika pieaugumu darbā un brīvajā laikā. Dators kļūst par nopietnu brīvā laika nodarbību konkurentu. Vajadzība pēc kustību nodarbībām brīvajā laikā nemazināsies, drīzāk pieaugs, bet šī vajadzība strādājošiem vispirms ir jāapzinās. Aktīvo atpūtu apdraud arī lielais laika izlietojums televīzijas raidījumiem.

Strādājošie atzīst, ka pietiekami bieži pievērsties tīkamām nodarbībām, to skaitā arī sportam un fiziskajai kultūrai, līdztekus naudas trūkumam kavē laika trūkums un tā organizācijas iemaņu nepietiekamība. Prasme rīkoties ar savu laiku var kļūt par īpaši nozīmīgu veselības, dzīvesprieka, darbaspēju saglabāšanas faktoru.

### Avoti

Profesiju apsekojuma rezultāti Latvijā 2001. g. oktobrī. LR CSP, Rīga, 2002: 45.-50. lpp.

Eglīte P., Zariņa I.B., Cīce A.M., Markausa I.M., Pavlina I., Ivbulis B., Gņedovska I. Laiks darbam un atpūtai pēcatmodas gados Latvijā. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem / Nr. 4. Rīga: LZA Ekonomikas institūts, 1999, 12 lpp.

Eglīte P., Markausa I.M., Zariņa I.B., Gņedovska I., Ivbulis B. Vaļas vēlmes un to īstenojums. Prostitūcija Latvijā XX un XXI gadsimtu mijā. Rīga: BO SIA LZA Ekonomikas institūts, 2002, 126 lpp.

Mājsaimniecības budžets 2002. LR CSP, Rīga, 2003. – 100 lpp.

Māris Brants

## Aktīvā mūža garumu ietekmējošie faktori Latvijā

## Ievads

XX gadsimta laikā pasaulē ļoti būtiski pieaudzis cilvēku vidējais mūža ilgums. Savukārt tas, ka gados veco cilvēku īpatsvars sabiedrībā pieaug, tika konstatēts jau XIX gadsimta otrajā pusē, bet dažās valstīs – par XVIII gadsimta beigās. Šai parādībai ir daudz cēloņu, kurus vienā vārdā varētu raksturot kā progresu. Nevajadzētu gan uzskatīt, ka mūsdienās ievērojami pieaudzis maksimālais mūža garums – nav ticamu datu, kas apliecinātu, ka cilvēku skaits, kuri dzīvo ilgāk par 100 gadiem, būtu ievērojami mainījies. [Хрисанфова...1999:99]. Taču būtiski pieaudzis cilvēku skaits, kas nodzīvo līdz 60, 70 vai 80 gadiem. Un kas ir vēl nozīmīgāk – pieaudzis ne tikai viņu skaits, bet īpatsvars sabiedrībā, tādējādi padarot mūža ilguma pieaugumu par sabiedriski nozīmīgu parādību.

1. tabula

 Novecošanās indikatori ES dalībvalstīs  
 • Indicators of ageing in EU member

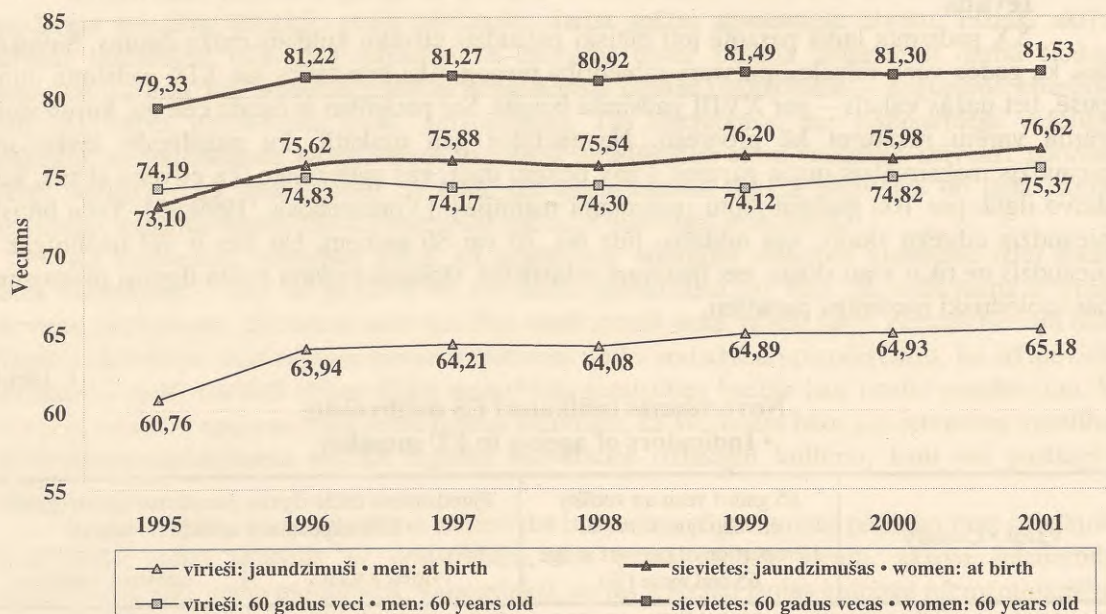
Valsts • Country	65 gadus vecu un vecāku cilvēku īpatsvars (%) • Proportion of persons at age 65 and more (%)	Paredzamais mūža ilgums jaundzimušajiem (gados) • Life expectancy at birth (in years)	
		vīrieši • men	sievietes • women
Itālija	19	77	83
Grieķija	19	76	81
Zviedrija	17	78	82
Spānija	17	76	83
Vācija	17	75	81
Beļģija	17	75	81
Francija	16	76	83
Austrija	16	76	82
Lielbritānija	16	75	80
Portugāle	16	74	80
Igaunija	16	65	76
Somija	15	75	82
Dānija	15	75	79
Ungārija	15	68	76
<b>Latvija</b>	<b>15</b>	<b>65</b>	<b>76</b>
Nīderlande	14	76	81
Luksemburga	14	75	81
Slovēnija	14	72	80
Čehija	14	72	78
Lietuva	14	66	77
Malta	13	74	80
Polija	13	70	78
Īrija	11	75	80
Kipra	11	75	80
Slovākija	11	70	78

[Population...2003]

Jau minētais progress, protams, nav gājis secen arī Latvijai, lai arī pie mums mūža ilgums ir viens no zemākajiem starp Eiropas Savienības dalībvalstīm (1. tabula). 1. attēls uzskatāmi demonstrē, ka sagaidāmais mūža garums pēdējo gadu laikā Latvijā kopumā pieaudzis. Līdz ar to saprotams, ka gados veco cilvēku problēmas gūst arvien lielāku aktualitāti arī Latvijā. Galu galā veco cilvēku īpatsvara ziņā Latvijā rādītāji ir līdzīgi kā Eiropas vidējie (1. tabula). Pie tam nekas neliecina, ka sabiedrības novecošanās tendencei būtu saskatāms gals.

1. attēls

Sagaidāmā mūža garuma izmaiņas Latvijā laika posmā no 1995.-2001. g.  
 • Changes in expected life length in Latvia from 1995 till 2001



[Latvijas demogrāfijas...2002: 21]

2. tabula

Vidējais laika izlietojums 60 gadus veciem un vecākiem nodarbinātajiem 1996. gadā  
 Latvijā • Average time use of employed persons at age 60 and more in 1996 in Latvia

	Vīrieši • Male	Sievietes • Female
Gulēšana • Sleep and related activities	33,5%	32,3%
Peļņas darbs • Paid work	25,8%	27,1%
Mājas aprūpe • Household and family care	11,1%	17,7%
TV un video • TV and video	7,9%	6,2%
Ēšana, dzeršana • Eating, drinking	5,8%	5,8%
Ķermeņa kopšana • Body care	3,7%	3,0%
Pasīvā atpūta • Resting – time-out	3,0%	1,2%
Sabiedriskā un reliģiskā darbība • Civic and religious activities	0,2%	0,4%
Lasīšana • Reading	2,9%	2,4%
Saiešanās • Socializing	2,3%	1,2%
Sporta, fizikultūras nodarbības • Sports and physical activities	1,1%	0,6%
Radio un mūzika • Radio and music	0,7%	0,3%
Izklaide un kultūras baudīšana • Entertainment and culture	0,4%	0,3%
Vaļasprieks un spēles • Hobbies and games	0,4%	0,2%
Cits • Other	1,3%	1,1%

[pārrēķināts pēc Latvijas iedzīvotāju...1998:78-81]

Šai rakstā pievērsīšos jautājumiem, kas cieši saistīti ar cilvēka aktīvā mūža ilguma pieaugumu: tam, kā (cik aktīvi) cilvēki savas vecumdienas pavada. Ne tikai pašiem gados vecajiem, bet arī visai sabiedrībai ir izdevīgi, lai cilvēku aktīvais mūža ilgums būtu pēc iespējas lielāks: pašiem cilvēkiem tas dod iespēju aktīvi dzīvot, ne tikai eksistēt, savukārt sabiedrībai tiek sniegts tiešs ekonomisks labums – cilvēki ilgāku laiku pavada darba tirgū un maksā nodokļus, cilvēki ilgāk spēj palīdzēt saviem ekonomiski aktīvajiem (un tādējādi nevaļīgajiem) bērniem mājas dzīvē, bērnu pieskatīšanā un tamlīdzīgi, galu galā cilvēki vienkārši mazāk tērē naudas medicīnas aprūpei, tāpēc iespējams to novirzīt citiem mērķiem.

### Pētījuma raksturojums

To vai citu aktivitāšu izplatību kvantitatīvi visvienkāršāk noskaidrot, izmantojot laika budžeta pētījumus. Pēdējo šāda rakstura pētījumu LZA Ekonomikas institūts 1996. gadā veica kopā ar Centrālo statistikas pārvaldi, un nav gaidāms, ka situācija šobrīd būtu kardināli atšķirīga. Piemēram, 60 gadus vecu un vecāku nodarbinātu cilvēku laika sadalījums parādīts 2. tabulā.

Kā divus nozīmīgākos pēdējo gadu pētījumus, kas skar gadus veco cilvēku dzīvesveidu, jāmin LU Demogrāfijas centra izdoto darbu „Mūža otrā puse Latvijā” [Zvidriņš...1998] un pēc LR Labklājības ministrijas pasūtījuma Baltijas Datu nama 1999. gadā veikto pensionāru dzīves apstākļu pētījumu (nav publicēts). Mūs interesējošajiem jautājumiem Demogrāfijas centra pētījums nepieskaras, savukārt Baltijas Datu nama pētījums atsevišķus no tiem apskata tikai virspusēji (pamatā ekonomiskā griezumā).

Līdz ar to 2002. gadā LZA Ekonomikas institūts veica aptauju, kuras mērķis bija padziļināti noskaidrot, cik nozīmīgi cilvēku vidū ir tādi aktīvā mūža garumu veicinoši faktori kā darbs, fiziskās nodarbības, ģimenes dzīve, sociālās aktivitātes. Aptauja tika veikta kā pilotprojekts tālākajam darbam, kurā tā apjomu varētu ievērojami paplašināt un veikt nepieciešamās korekcijas.

Pilotprojektā tika aptaujāti 136 cilvēki vecumā no 54 līdz 92 gadiem. Veikto izlasi ne pēc tās apjoma (novirzes no iegūtajiem rādītājiem ar 95% varbūtību var sasniegt 8,6%), ne pēc izmantotās metodes (sniega bumbas princips), ne izlases proporcionālā sadalījuma nevar uzskatīt par attiecīgo vecuma grupu reprezentējošu sabiedrībā kopumā. Tāds arī nebija pētījuma mērķis. Tomēr, neskatoties uz reprezentativitātes problēmām, arī pašas aptaujātās grupas rezultāti varētu būt pietiekami interesanti.

3. tabula

#### Respondentu sadalījums sociāli demogrāfiskajās kategorijās • Split of respondents by social-demographic categories

Dzimums • Sex:	vīrieši • male	50
	sievietes • female	86
Vecums • Age:	54-59	28
	60-62	29
	63-65	28
	66-69	26
	70-92	25
Izglītība • Education:	pamata (t.sk. nepabeigta) • basic (including incomplete)	22
	vidējā • secondary	19
	vidējā speciālā • secondary professional	37
	augstākā • higher	58
Dzīvesvieta • Residency:	Rīga	44
	citas pilsētas • other urban areas	40
	lauki • rural areas	52
Nodarbinātība • Employment:	strādājošie • employed	67
	nestrādājošie • not employed	69

3. tabulā raksturots aptaujāto cilvēku kopums pēc sociāli demogrāfiskajiem rādītājiem. Veicot izlasi, netika mēģināts reproducēt sabiedrībā kopumā pastāvošo struktūru. Aptaujātie galvenokārt latvieši, tomēr precīza proporcija nav nosakāma, jo jautājums par etnisko piederību anketā netika iekļauts, uzskatot, ka aktīvā mūža pavadīšanas ziņā nepastāv būtiskas atšķirības. Ievērojami biežāk (61%) kā citas vecumu grupas tika aptaujāta visvairāk interesējošā – sešdesmitgadnieki (jeb 60-69 gadus vecie). Par būtisku tika uzskatīta vēlme salīdzināt roku un fiziskā darba strādniekus, tāpēc neproporcionāli daudz respondentu izlasē ir ar augstāko izglītību (43%). Vēl būtiska pētījuma veicējiem šķita nodarbinātība, tāpēc aptuveni puse no respondentiem ir strādājoši, bet otra puse – nestrādājoši.

Ņemot vērā mazo izlases apjomu, grūtības tos attiecināt uz visu ģenerālo kopumu, kā arī to, ka nebija vēlmes panākt proporcionālu pārstāvniecību pēc visiem sociāli demogrāfiskajiem kritērijiem, datu svēršana izmantota netika.

### Nodarbinātības loma

Aktivitātes teorija, kura sociālajā gerontoloģijā parādījās XX gadsimta 50. gados, postulēja, ka vairums cilvēku novecojot cenšas maksimāli ilgi palikt pie savām pusmūža aktivitātēm, dzīves stila, vērtībām [Hendricks...1977:111].

Neapšaubāmi viena no šīm aktivitātēm (iespējams, pati būtiskākā) ir darbs. Līdz ar to arī mūsu pētījumā nodarbinātības jautājumi ieņēma visai būtisku vietu. Mēģināsim saprast, kā mūsu respondenti uztver pensionēšanos un ar to saistītās parādības.

4. tabula

**Strādājošo un nestrādājošo veselības pašvērtējums (respondentu skaits un rindu procenti) • Health self-evaluation of empl. and not employed (number of respondents and row perc.)**

		strādājošie • employed	nestrādājošie • not employed
Veselības pašvērtējums • Self-evaluation of health:	labā • good	20 (74%)	7 (26%)
	apmierinoša • satisfactory	42 (56%)	33 (44%)
	slikta • bad	4 (12%)	29 (88%)

Darbs un veselības pašvērtējums respondentu gadījumā ir savstarpēji stipri korelatīvas parādības – tas atspoguļots 4. tabulā, kurā redzam, ka strādājošie cilvēki biežāk savu veselību vērtē kā labu vai apmierinošu. Protams, minētās korelācijas pastāvēšana tiešā veidā neko neliecina par tās virzienu. Veselais saprāts liek domāt, ka strādā tie cilvēki, kas labāk jūtas (augstāks veselības pašvērtējums), tomēr noteikti pastāv arī kāda nebūt atgriezeniskā saite – labāk jūtas strādājošie vienkārši tāpēc, ka viņi strādā (lai arī, protams, te būtu jāpievērš uzmanība darba raksturam).

Tomēr dati liecina arī par to, ka visai ievērojamas respondentu daļas (41% no tiem, kas atbildēja uz jautājumu par to) apziņā būtiska nozīme ir oficiālajiem pensionēšanās gadiem, respektīvi, viņi uzskata, ka aktīvais darba mūžs jābeidz līdz ar šī formālā pensijas vecuma sasniegšanu (ja skatāmies pensionēšanās motivāciju nepublicētajā Baltijas Datu nama 1999. gada pētījumā, tad tur 54,9% norāda uz to, ka pensijā vēlējušies doties paši, vienīgi šai gadījumā nav sniegta informācija par pensionēšanās vecumu). Tai pat laikā būtiskāka daļa (51%) no mūsu respondentiem vēlētos darbu atstāt ievērojami vēlāk. Skatot šo mainīgo krustojumā ar pensijas saņemšanu (5. tabula), redzam visai interesantu ainu – vairums no tiem, kas pensiju nesaņem (tie, protams, ir gados jaunākie respondenti, pie tam absolūtais vairums no viņiem – strādājoši) vēlētos savu darba mūžu beigt līdz ar pensijas vecuma sasniegšanu, daži pat priekšlaicīgi, kamēr pensijas saņēmēju vidū dominē vēlme darba dzīvi beigt iespējami vēlāk.

Priekšlaicīgi savu darba dzīvi beigt, kā redzams 5. tabulā, visbiežāk vēlas cilvēki bez profesijas – par to liecina šīs vēlmes nozīmīgums tieši to respondentu vidū, kuriem ir vidējā izglītība, kamēr cilvēki ar augstāko izglītību un vidējo speciālo izglītību visbiežāk vēlētos strādāt, cik vien ilgi iespējams.

Nodarbinātība kopumā ir svarīgāka vīriešiem nekā sievietēm – viņi daudz biežāk ir gatavi strādāt iespējami ilgāk. Tā gan nav jauna tendence – fakts, ka vīriešus pensionēšanās psiholoģiski skar ievērojami lielākā mērā, gerontoloģijā zināms jau sen. Arī mūsu pētījumā, vizuāli novērtējot tabulu, šādu sakarību pamanām (gan bez atšķirībām priekšlaicīgas pensionēšanās gadījumā), tomēr tā nav statistiski nozīmīga.

Ja mēģinām atklāt likumsakarības saistībā ar veselības un ienākumu pašvērtējumu, jāsaprot, ka tas ir visai problemātiski – tieši cilvēki ar biežām materiālajām grūtībām vēlas atstāt darbu priekšlaicīgi, pie tam lielākā daļa no viņiem savu veselības stāvokli vērtē kā apmierinošu. Loģiski, ka cilvēki, kas savu veselību vērtē kā labu, vēlas strādāt iespējami ilgāk, taču daudz

grūtāk skaidrot to, kāpēc cilvēki, kas savu veselību vērtē kā sliktu, biežāk kā tie, kas to vērtē kā apmierinošu, vēlas strādāt iespējami ilgāk. Šeit, protams, var būt runa gan par to, ka mēs skatām pašvērtējumu, gan par to, ka veselībai un materiālajam stāvoklim ir visai maz kopīga ar patiku pret darbu (gan savu konkrēto, gan darbu vispār), gan daudz par daudz ko citu. Katrā ziņā šai gadījumā nelielais respondentu skaits, kas trīsdimensionālos griezumus izšķīstu pilnībā, neļauj sniegt viennozīmīgas atbildes.

Skaidrāk likumsakarības pamanāmas, ja apskatām vēlmi atstāt darbu saistībā ar ārsta diagnosticētu slimību vai invaliditātes esamību. Šai gadījumā (5. tabula) skaidri redzams, ka darbu ātrāk atstāt vēlas cilvēki, kuriem ir konstatētas veselības problēmas.

5. tabula

**Kādā vecumā jūs pats atstātu darbu? (respondentu skaits un rindu procenti)**

• At what age would you leave the job yourself?  
(number of respondents and row percentages)

		priekšlaicīgi • before the pension age	sasniedzot pensijas vecumu • at the pension age	iespējami vēlāk • as late as possible
Pensija: • Pension:	nesaņem pensiju • not receiving pension	3 (15%)	12 (60%)	5 (25%)
	pensionāri • pensioners	3 (3%)	38 (39%)	57 (58%)
Izglītība: • Education:	pamata (t.sk. nepabeigta) • basic (incl. incomplete)	0 (0%)	10 (56%)	8 (44%)
	vidējā • secondary	5 (31%)	6 (38%)	5 (31%)
	vidējā speciālā • secondary professional	1 (3%)	12 (34%)	22 (63%)
	augstākā • higher	0 (0%)	22 (45%)	27 (55%)
Dzimums • Sex:	vīrieši • male	2 (5%)	15 (35%)	26 (60%)
	sievietes • female	4 (5%)	35 (47%)	36 (48%)
Veselības pašvērtējums • Self-evaluation of health:	laba • good	0 (0%)	7 (30%)	16 (70%)
	apmierinoša • satisfactory	4 (6%)	31 (48%)	30 (46%)
	slikta • bad	2 (7%)	11 (38%)	16 (55%)
Diagnosticētas kaites un invaliditāte • Diagnosed diseases and invalidity:	ir • does exist	3 (6%)	24 (48%)	23 (46%)
	nav • does not exist	4 (3%)	26 (38%)	39 (57%)
Materiālā stāvokļa pašvērtējums • Selfeval. of material situation:	bez grūtībām • no difficulties	0 (0%)	8 (67%)	4 (33%)
	var iztikt • can manage	0 (0%)	26 (40%)	39 (60%)
	biežas grūtības • frequent difficulties	6 (15%)	16 (39%)	19 (46%)

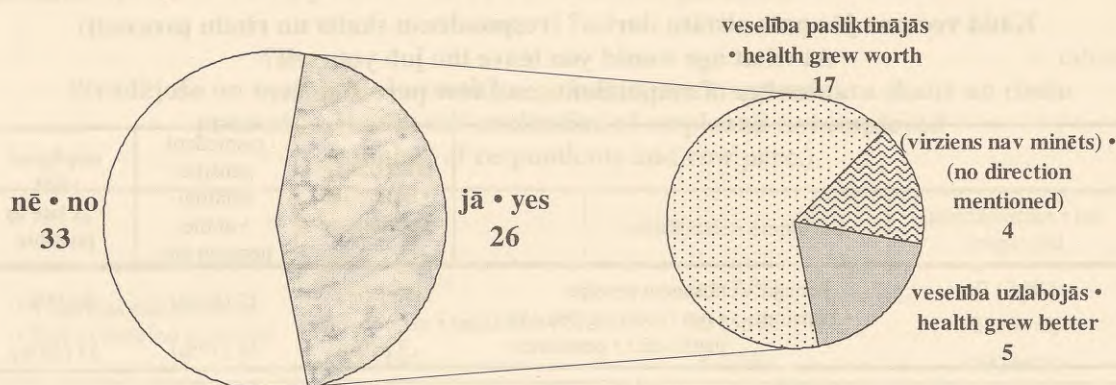
Bez 5. tabulā atspoguļotajiem griezumjiem pētījuma analizē tika meklētas sakarības arī starp mainīgo „kad pats atstātu darbu” un pēdējās darbavietas sniegtajām radošajām iespējām, fizisko slodzi, garīgo sasprindzinājumu, atbildību, iespējām papildināties profesijā, darba apstākļiem, darbavietas attālumu no mājas, kā arī attiecībām ar priekšniecību, taču reāli hipotēzi par nejaušu datu sadalījumu nevarēja noliegt tikai gadījumā ar attālumu no mājas – tie respondenti, kas šo attālumu atzina par nelielu, vēlējas darbu pamest vēlāk un otrādi. Visos pārējos gadījumos atšķirības neizturēja  $\chi^2$  pārbaudi.

Respondentiem, kuri vairs nestrādā, tika uzdots jautājums par pārmaiņām veselībā pēc aiziešanas no darba. Atbildēs, kuras atspoguļotas 2. attēlā, redzam, ka, lai arī vairums respondentu būtiskas pārmaiņas nesajuta, tomēr ievērojama daļa uz tādām norāda – vairums veselības pasliktināšanās virzienā. Mēģinājumi atrast kādas likumsakarības starp minētajām

pārmaiņām un fizisko slodzi pēdējā darbavietā rezultātus nedeva. Tāpat arī hipotēze, ka respondenti pārpratuši jautājuma būtību un apraksta pārmaiņas veselībā, kas bija kā cēlonis aiziešanai no darba, neapstiprinājās – krustojums ar veselības pasliktināšanos kā cēloni darba pamešanai sakarības neuzrāda.

2. attēls

**Vai pēc aiziešanas no darba parādījās kādas pārmaiņas veselībā?  
(respondentu skaits) • Did there any changes in the health appeared  
after leaving the job? (number of respondents)**



Pastāv uzskats, ka tieši vīrieši sāpīgāk izjūt aiziešanu no darba un tas negatīvāk atsaucas uz viņu veselību. Šāda hipotēze, apskatot pētījuma datus, tiek apgāzta pilnībā – vīrieši pat biežāk nekā sievietes norāda uz pārmaiņu neesamību, savukārt tieši sievietes – uz veselības pasliktināšanos (šī korelācija, kas pretēja hipotētiski sagaidāmajai gan nav statistiski būtiska, visdrīzāk atšķirību nav).

Ļoti nebūtiskas nobīdes iespējams konstatēt, ja salīdzinām minētās pārmaiņas ar vecumu, kādā respondenti atstājuši darbu – gados jaunāki respondenti nedaudz biežāk sajutuši veselības pasliktināšanos pēc darba pamešanas. Taču arī šai gadījumā atšķirībām var būt nejaušs raksturs.

Visai paradoksālu saistību varam konstatēt, ja jautājumu apskatām atkarībā no darba sniegtajām radošajām iespējām – negatīvas pārmaiņas veselībā biežāk sajutuši tie, kuriem darbs nav bijis radošs. Lai arī šai gadījumā  $\chi^2$  pārbaude norāda, ka datu sadalījums varētu nebūt nejaušs ( $P = 0,046$ ), tomēr jāņem vērā, ka no 69 nestrādājošajiem respondentiem uz abiem apskatītajiem jautājumiem atbildes bija snieguši tikai 29.

Savstarpēji krustojot mainīgos „darba apstākļu novērtējums” un „fiziskās slodzes novērtējums”, redzam (6. tabula), ka pamatā kā „labi” darba apstākļi tiek vērtēti tādi, kur fiziskā slodze ir maza. Līdz ar to saprotams, ka nebūt ne visiem (arī tādiem, kuriem veselība nav slikta) paildzināt darba mūžu ir labākais aktīva mūža pagarināšanas veids.

6. tabula

**Kāda bija fiziskā slodze jūsu pēdējā darbavietā? (respondentu skaits un rindu procenti)  
• What was the physical load at your last work? (number of resp. and row percentages)**

		maza • small	vidēja • average	liela • large
Pēdējas darbavietas darba apstākļi • Conditions of work at the last job:	slikti • bad	3 (17%)	0 (0%)	15 (83%)
	vidēji • average	14 (36%)	7 (18%)	18 (46%)
	labi • good	11 (48%)	5 (22%)	7 (30%)

Tomēr izdevās konstatēt korelāciju starp to, kā respondenti novērtē radošās iespējas darbavietā un savu veselību. 7. tabulā redzams, ka starp labu veselības novērtējumu un radošajām iespējām ir visai cieša saistība. To, kas šeit ir cēlonis, bet kas sekas, protams, var minēt vienīgi spekulatīvi, tomēr varētu šķist, ka cēlonis tā vai citādi varētu būt saistīts ar to, ka šādās darbavietās ir zema fiziskā slodze, taču apskatot veselības vērtējuma krustojumu ar fiziskās slodzes vērtējumu, lai arī saistību redzam, tā ( $\chi^2$  pārbaude) izrādās iespējama mazākā būtiskuma līmenī nekā krustojumam ar radošajām iespējām (veselības vērtējuma krustojumam ar radošajām iespējām  $P = 0,000006$ , bet krustojumam ar fizisko slodzi  $P = 0,05$ ). Tādējādi jāsecina, ka visdrīzāk radošās iespējas pašas par sevi (ne tikai pārmērīgas fiziskas slodzes neesamība) respondentu vērtējumā atstāj pozitīvu iespaidu uz veselību (protams, vienmēr pastāvēs atgriezeniskās saites un neskaitāmi citi ietekmējošie faktori, tomēr šai gadījumā veselais saprāts liek nosliekties par labu minētajam uzskatam).

7. tabula

**Veselības pašvērtējums (respondentu skaits un rindu procenti)**  
**• Self-evaluation of health (number of respondents and row percentages)**

		labā • good	apmierinoša • satisfactory	slikta • bad
Radošās iespējas pēdējā darbavietā • Creative potential at the last work:	nebija • there was not	0 (0%)	12 (52%)	11 (48%)
	bija • there was	18 (33%)	32 (58%)	5 (9%)
Fiziskā slodze pēdējā darbavietā • Physical load At the last work:	maza • small	4 (14%)	17 (57%)	8 (28%)
	vidēja • average	5 (42%)	7 (58%)	0 (0%)
	liela • large	7 (12%)	30 (54%)	19 (34%)

**Fiziskās nodarbības**

Varētu sacīt, ka fiziskās aktivitātes savā ziņā tas pats aktīvais mūžs vien ir. Veidojas zināms apburtais loks – fiziskās aktivitātes vairāk vai mazāk apzināti notiek tā vārdā, lai varētu veikt aktivitātes (protams, ne jau tikai fiziskās). Un, kā jau minēts raksta sākumā šāda situācija (respektīvi, šāds apburtais loks) ir izdevīgs gan pašam indivīdam, gan apkārtējai sabiedrībai.

Līdz ar to viens no pētījuma mērķiem bija noskaidrot fizisko aktivitāšu izplatību mūsu respondentu vidū. Respondentiem tika piedāvāts izvērtēt biežumu, kādā viņi veic sekojošas aktivitātes: pastaigas (stundu vai ilgāk), ogošanu, sēņošanu, makšķerēšanu, vingrošanu, soļošanu, skriešanu, slēpošanu, peldēšanu. Bez tam bija iespēja arī minēt citas aktivitātes.

8. tabulā redzams, cik no respondentiem izvēlējās katru minēto aktivitāti. Bez anketā sniegtajām aktivitātēm vēl respondenti minēja fizisku darbu (28 %), braukšanu ar velosipēdu (4 %), medības (3 %), ceļojumus (2 %), kā arī virkni citu aktivitāšu (katras gadījumā pa vienam respondentam).

8. tabula

**Fiziskās aktivitātes pēdējā gada laikā (respondentu skaits, kas to veic un rindu procenti)**  
**• Physical activities during the last year (number of resp. performing it and row perc.)**

	Respondenti • Respondents
pastaigas (stundu un ilgāk) • taking a walk (an hour or more)	94 (69%)
ogošana, sēņošana • picking berries, mushrooms	69 (51%)
makšķerēšana • fishing	16 (12%)
vingrošana • gymnastics	26 (19%)
soļošana, skriešana, slēpošana • walking, running, skiing	20 (15%)
peldēšana • swimming	36 (27%)

Katras piedāvātās aktivitātes gadījumā respondentiem bija iespēja izvērtēt, cik bieži (gandrīz katru dienu, ik nedēļu, ik mēnesi, dažas reizes gadā, neregulāri) viņi ar to nodarbojas. Mēs šeit neapskatīsim katru no tām atsevišķi, jo tas neatbilst pētījuma mērķiem; mums būtiskāk ir tas, cik bieži respondentiem vispār ir fiziskas aktivitātes.

Līdz ar to tika izveidots apkopojošs mainīgais, kurā atspoguļojās lielākais aktivitāšu veikšanas biežums (piemēram, ja respondents atzīmēja, ka viņš ik mēnesi peld, bet pastaigājas gandrīz katru dienu, tad šai apkopojošajā mainīgajā tika fiksēts, ka viņam ir fiziskas aktivitātes gandrīz katru dienu). Bez tam, lai arī daudzi respondenti bija atzīmējuši, ka viņu fiziskās aktivitātes ir fizisks darbs, tas visbiežāk saistījās ar neapmaksātu fizisku darbu. Taču, ņemot vērā, ka arī apmaksāts fizisks darbs ir ļoti regulāra fiziska aktivitāte, visos gadījumos, kad respondenti bija atbildējuši, ka strādā, kā arī savas darbavietas fizisko slodzi vērtējuši kā „ļoti lielu”, „lielu”, „vidēju/normālu” vai arī fiksējuši, ka tāda ir, bet nevērtējuši, viņu fizisko aktivitāšu biežums tika pārkodēts uz „gandrīz katru dienu”. Rezultāts atspoguļots 9. tabulā.

9. tabula

**Fizisko aktivitāšu biežums (respondentu skaits un kolonnu procenti)**  
**• Frequency of physical activities (number of respondents and column percentages)**

	Respondenti • Respondents
gandrīz katru dienu • almost every day	63 (46%)
ik nedēļu • every week	17 (13%)
ik mēnesi • every month	2 (2%)
dažas reizes gadā • several times per year	10 (7%)
neregulāri • incidentally	7 (5%)
ir aktivitātes, bet biežums nav vērtēts • there are activities but the frequency is not evaluated	32 (24%)
nav atbildes • no answer	5 (4%)

Par 9. tabulas rezultātiem lauku iedzīvotāju gadījumā gan jāizturas nedaudz skeptiski. Tā kā anketā nebija tieša jautājuma par darba biežumu piemājas saimniecībā, gadījās situācijas, kad respondenti nefiksēja, ka gandrīz katru dienu tur veic fizisku darbu, taču no anketām praktiski nebija iespējams precīzi identificēt šos gadījumus. Par to, ka problēma šai gadījumā pastāv, liecina 10. tabula, kur tieši lauku iedzīvotāji ir kategorija, kas fiziskās aktivitātes veic retāk par citiem, taču, zinot dzīvesveidu laukos, tas nešķiet ticami. Tādējādi jāsaprot, ka reālā situācija visdrīzāk ir tāda, ka fiziskās aktivitātes tiek veiktas biežāk, nekā tas atspoguļots 9. tabulā (protams, pieņemot, ka respondenti, atbildot uz šiem jautājumiem, rakstījuši taisnību).

Lai pārāk nesadrumstalotu rezultātus, mūsu jaunizveidotais mainīgais, kas fiksē fizisko aktivitāšu biežumu tālākās analīzes gadījumā tika vienkāršots, iekļaujot atbildi „dažas reizes gadā” atbildē „neregulāri”, bet atbildes „ik nedēļu” un „ik mēnesi” apvienojot kā „dažas reizes mēnesī”.

10. tabulā redzam, ka dzimums nav noteicošais faktors fizisko aktivitāšu gadījumā – gan vīrieši, gan sievietes tās veic vienlīdz bieži. Arī pa vecumu grupām būtiskas atšķirības nav konstatējamas, lai arī, vērojot tabulu, šķiet, ka aktivitātes vecākajā grupā ir mazākas. Ja arī tā būtu, tas ir vienīgi dabiski un daudz jaunas informācijas nesniedz.

Atšķirības varam konstatēt pēc dzīvesvietas, taču visdrīzāk tās ir pētījuma kļūdas rezultāts (sk. augstākminēto skaidrojumu), lai arī, protams, nevar noliegt, piemēram, situāciju, kad šī kļūda var kombinēties ar objektīviem rezultātiem. Tomēr tas paliek vienīgi minējumu līmenī, jo mūsu rīcībā nav objektīvu datu, lai to pārbaudītu.

Statistiski būtiskas atšķirības konstatējamas arī izglītības gadījumā, tomēr, iedziļinoties datu sadalījumā, var secināt, ka visdrīzāk šīs atšķirības ir sekundāras, jo noteicošais faktors paliek dzīvesvieta (augstākā izglītība biežāk sastopama pilsētās, vidējā speciālā – laukos), bet, ja tā, tad, ņemot vērā iepriekš apskatīto kļūdu, jāsecina, ka diez vai varam droši apgalvot, ka cilvēki ar vidējo speciālo izglītību veic mazāk fizisko aktivitāšu, nekā cilvēki ar augstāko. Lai gan, protams, nevar noliegt to, ka, tikko runa ir par brīvā laika fiziskajām aktivitātēm, tad to noteikti vairāk ir gan pilsētniekiem, gan cilvēkiem ar augstāko izglītību, taču tas tomēr galvenokārt ir tāpēc, ka nepieciešams kompensēt ar darbu saistīto fizisko aktivitāšu trūkumu

(cilvēks, kurš atgriezies pēc smaga fiziska darba izvēlas pasīvo atpūtu, bet cilvēks, kas atgriezies pēc darba, kur fizisko aktivitāšu pamaz, izvēlas aktīvo).

Apskatot atšķirības pēc nodarbinātības, redzam, ka tādas ir – nodarbinātie daudz biežāk veic fiziskās aktivitātes. Taču, tās izvērtējot, protams, jāņem vērā arī, ka viens no pārkodējumiem mainīgajā izdarīts tieši, ņemot vērā nodarbinātību (fiziskā darba strādnieki pārkodēti kā tādi, kam ir fiziskas aktivitātes katru dienu).

10. tabula

**Fizisko aktivitāšu biežums (respondentu skaits un rindu procenti)**
**• Frequency of physical activities (number of respondents and row percentages)**

		gandrīz katru dienu • almost every day	dažas reizes mēnesī • several times per month	neregu- lāri • incid- entally	ir aktīv., bet biež. nav vērt. • there are activ. but the freq. is not evaluated	nav atbildes • no answer
Nodarbinātība • Employment:	nestrādājošie • not employed	23 (33%)	8 (12%)	14 (20%)	19 (59%)	5 (7%)
	strādājošie • employed	40 (60%)	11 (16%)	3 (5%)	13 (41%)	0 (0%)
Izglītība • Education:	pamata (t.sk.nepab.) • basic (incl.incompl.)	11 (50%)	2 (9%)	3 (14%)	6 (27%)	0 (0%)
	vidējā • secondary	7 (37%)	2 (11%)	2 (11%)	7 (37%)	1 (5%)
	vidējā speciālā • secondary profes.	17 (46%)	3 (8%)	9 (24%)	4 (11%)	4 (11%)
	augstākā • higher	28 (48%)	12 (21%)	3 (5%)	15 (26%)	0 (0%)
Dzimums • Sex:	vīrieši • male	23 (46%)	5 (10%)	6 (12%)	13 (26%)	3 (6%)
	sievietes • female	40 (47%)	14 (16%)	11 (13%)	19 (22%)	2 (2%)
Vecumu grupas • Age groups:	54-62	28 (49%)	10 (18%)	6 (11%)	11 (19%)	2 (4%)
	63-69	26 (48%)	6 (11%)	6 (11%)	15 (28%)	1 (2%)
	70-92	9 (36%)	3 (12%)	5 (20%)	6 (24%)	2 (8%)
Dzīvesvieta • Residency:	Rīga	23 (52%)	11 (25%)	4 (9%)	6 (14%)	0 (0%)
	citas pilsētas • other urban areas	21 (53%)	4 (10%)	3 (8%)	11 (28%)	1 (3%)
	lauki • rural areas	19 (37%)	4 (8%)	10 (19%)	15 (29%)	4 (8%)
Mater.stāv. pašvērtēj. • Self-eval. of material situation:	biežas grūtības • frequent difficulties	15 (34%)	8 (18%)	11 (25%)	6 (14%)	4 (9%)
	var iztikt • can manage	41 (53%)	8 (10%)	6 (8%)	23 (30%)	0 (0%)
	bez grūtībām • no difficulties	7 (50%)	3 (21%)	0 (0%)	3 (21%)	1 (7%)

Tika pārbaudītas arī iespējamās korelācijas ar diagnosticētu kaišu un invaliditātes esamību, kā arī ar veselības pašvērtējumu. Pirmajā gadījumā netika konstatētas pilnīgi nekādas sakarības (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,999$ ), bet otrajā tās nebija pietiekami būtiskas, lai arī tuvu būtiskām (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,061$ ) – to virziens loģisks – vairāk fizisko aktivitāšu bija cilvēkiem, kuri savu veselību vērtēja kā labu vai apmierinošu.

Būtiskas atšķirības (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,004$ ) var novērot, ja vēro fizisko aktivitāšu biežumu atkarībā no materiālā stāvokļa pašvērtējuma. 10. tabulā skaidri redzams, ka, ja cilvēks

bieži sajūt materiālās grūtības, tad arī fiziskās aktivitātes viņš veic retāk. Tomēr arī šeit sakarība var būt sekundāra, jo materiāli zemāk nodrošināti ir lauku iedzīvotāji.

Respondentiem bija iespēja norādīt arī iemeslus, kas viņus attur no tām vai citām fiziskajām aktivitātēm. Rezultāti redzami 11. tabulā. Pirmie pieci no tur minētajiem iemesliem bija sniegti anketā, pārējos respondenti norādīja paši (atspoguļoti tie, kurus norādīja vairāk kā viens respondents).

11. tabula

**Kas attur no fiziskajām aktivitātēm (respondentu skaits)**  
**• Factors preventing from physical activities (number of respondents)**

	Respondenti • Respondents
veselība • health	30
naudas trūkums • lack of money	24
laika trūkums • lack of time	23
neuzņēmība • lack of enterprise	17
kompānijas trūkums • lack of company	1
nejūt nepieciešamību, negrib • do not feel necessity, do not want	12
slinkums • laziness	3

Apkopojot šai nodaļā konstatēto, jāsaprot, ka kopumā (vismaz tādā mērā, kādā varam ticēt savu respondentu atbildēm) fiziskās aktivitātes gados veco cilvēku vidū ir visai bieža parādība, no tām biežākās – pastaigas un fiziskas darbs. Fiziskās aktivitātes retāk konstatējamās to cilvēku vidū, kuri bieži sajūt materiālās grūtības – to apstiprina gan tiešs jautājums (11. tabula), gan arī netieša pārbaude, krustojot mainīgos (10. tabula). Tāpat fiziskās aktivitātes ir retākas nestrādājošo vidū (nodarbinātība un materiālā nodrošinātība gan neapšaubāmi ir saistītas parādības).

Kā iemeslus, kas attur no fiziskajām aktivitātēm cilvēki bez objektīvām veselības problēmām norāda arī uz neuzņēmību, slinkumu, to, ka viņi nejūt nepieciešamību. Kopumā šādas atbildes sniegušu respondentu ir 30 (*jeb 22%*), taču 2 no viņiem norādījuši, ka strādā apmaksātu fizisku darbu, savukārt 14 kā savu dzīvesvietu norādījuši laukus (kas nozīmē, ka vismaz daļa no šiem cilvēkiem „nejūt nepieciešamību” pēc fiziskām brīvā laika aktivitātēm, jo viņiem pietiek fizisku aktivitāšu, kas saistās ar apmaksātu vai neapmaksātu darbu). Tādējādi faktiskais respondentu īpatsvars, kas principā un tīši ignorē fiziskas aktivitātes (vai vismaz atzīstas tajā) ir visai niecīgs.

### Kultūras un sabiedriskās aktivitātes

Kultūras un sabiedriskās aktivitātes neapšaubāmi ir ļoti būtiskas, lai cilvēks justos nepieciešams arī sava mūža otrajā pusē, īpaši pēc tam, kad notikusi pensionēšanās, kas neizbēgami izraisa virknes sociālo kontaktu pārtraukšanu. Protams, sociālās aktivitātes zināmā mērā izriet no fiziskajām, jo to sociālo aktivitāšu klāsts, kuras būtu pieejamas cilvēkiem ar nozīmīgiem kustību traucējumiem, ir ļoti ierobežots.

Mērot kultūras aktivitāšu biežumu, respondentiem tika jautāts, cik bieži viņi apmeklē kino, teātri, koncertus, izstādes, muzejus, bibliotēkas, sporta sarīkojumus, dodas izbraukumos, ekskursijās vai ciemos (ārpus savas pilsētas, pagasta). Atbilžu rezultāti tika apkopoti vienā mainīgajā līdzīgi kā fizisko aktivitāšu gadījumā (sk. komentārus pirms 9. tabulas). Rezultāti sniegti 12. tabulā.

Redzam, ka gandrīz puse respondentu vismaz vienas aktivitātes gadījumā izvēlējušies atbildi „dažas reizes gadā”. 28% tomēr ir sabiedriski aktīvāki, bet pārējie vai nu nav norādījuši biežumu vai vispār uz jautājumu nav atbildējuši.

Nākamajā tabulā atspoguļotas aktivitātes, kuras respondenti atzīmējuši (šai gadījumā neņemot vērā biežumu). Iecienītākā aktivitāte acīmredzami ir došanās ciemos (ko gan visai nosacīti var nosaukt par kultūras aktivitāti tādā pat nozīmē kā pārējās). No pārējām priekšroka dota teātriem, koncertiem, izstādēm, muzejiem, izbraukumiem, ekskursijām.

12. tabula

**Kultūras aktivitāšu biežums (respondentu skaits un kolonnu procenti)**  
**• Frequency of cultural activities (number of respondents and column percentages)**

	Respondenti • Respondents
ik nedēļu • every week	9 (7%)
dažas reizes mēnesī • several times per month	29 (21%)
dažas reizes gadā • several times per year	66 (49%)
ir aktivitātes, bet biežums nav vērtēts • there are activities but the frequency is not evaluated	19 (14%)
nav atbildes • no answer	13 (10%)

13. tabula

**Kultūras aktivitātes pēdējā gada laikā (resp. skaits, kas to apmeklē un rindu procenti)**  
**• Cultural activities during the last year (number of resp. attending it and row percentage)**

	Respondenti • Respondents
kino • cinema	24 (18%)
teātris, koncerti • theatre, concerts	76 (56%)
izstādes, muzeji • exhibitions, museums	51 (38%)
bibliotēka • library	35 (26%)
izbraukumi, ekskursijas • trips, excursions	48 (35%)
sporta sarīkojumi • sporting competitions	19 (14%)
ciemos (ārpus savas pilsētas, pagasta) • being on a visit (outside the town, village)	94 (69%)

Runājot par iemesliem, kas attur no kultūras aktivitātēm (14. tabula), jāsaprot, ka ievērojama daļa (46%) sūdzas par naudas trūkumu, pārējiem iemesliem paliekot tālu nopakaļ. Arī no tiem 13 respondentiem, kas nav minējuši kultūras aktivitātes kā savas dzīves sastāvdaļu pēdējā gada laikā, vairums (10) kā iemeslu norādījuši naudas trūkumu. Kā otru nozīmīgāko iemeslu kultūras pasākumu neapmeklēšanai šie cilvēki (6 respondenti) norādījuši veselības problēmas. Pārējie iemesli šai gadījumā stipri atpaliek.

14. tabula

**Kas attur no kultūras aktivitātēm (respondentu skaits)**  
**• Factors preventing from cultural activities (number of respondents)**

	Respondenti • Respondents
naudas trūkums • lack of money	62
intereses trūkums • lack of interest	36
laika trūkums • lack of time	32
veselība • health	31
attālums • distance	27
bailes vēlu atgriezties • fear to come home late at night	14

Sabiedriskās aktivitātes, salīdzinot ar kultūras aktivitātēm, ir ievērojami retāka parādība. Tās minējuši tikai 26 respondenti. No anketā piedāvātajām aktivitātēm (15. tabula) 10% respondentu atzīmēja, ka ir kādā sabiedriskā organizācijā, bet pārējās atbildes izvēlējās vēl ievērojami mazāks respondentu skaits. Bez piedāvātajām aktivitātēm tika minētas arī citas (katru nosauca pa vienam respondentam): draudze, koris, arodbiedrība, vēlēšanu komisija. Visi 13 respondenti, kas neminēja, ka piedalās kultūras aktivitātēs, nav norādījuši arī, ka viņi piedalītos sabiedriskajās aktivitātēs.

Savukārt apskatot jau pieminēto 13 respondentu atbildes par viņu fiziskajām aktivitātēm, jāsaprot, ka likumsakarības konstatēt pagūti – 3 no šiem cilvēkiem fiziskās aktivitātes veic pat gandrīz katru dienu, bet tikai citi 3 tās nav atzīmējuši gluži tāpat kā kultūras aktivitātes.

15. tabula

**Sabiedriskās aktivitātes (respondentu skaits)**  
**• Social activities (number of respondents)**

	Respondenti • Respondents
partiju biedri • member of parties	2
sabiedr. organizāciju biedri • members of nongovernmental org.	14
klubu biedri • members of clubs	5
apmeklē pulciņus • attending hobby groups	3
apmeklē mācību grupas • attending educational groups	3

16. tabula

**Kultūras aktivitāšu biežums (respondentu skaits un rindu procenti)**  
**• Frequency of cultural activities (number of respondents and row percentages)**

		ik nedēļju • every week	dažas reizes mēnesī • several times per month	dažas reizes gadā • several times per year	ir aktīv., bet biež. nav vērt. • there are activ. but the freq. is not evaluated	nav atbildes • no answer
Nodarbinātība • Employment:	nestrādājošie • not employed	1 (1%)	10 (15%)	36 (52%)	10 (15%)	12 (17%)
	strādājošie • employed	8 (12%)	19 (28%)	30 (45%)	9 (13%)	1 (2%)
Izglītība • Education:	pamata (t.sk.nepab.) •basic (incl.incompl.)	0 (0%)	3 (14%)	11 (50%)	3 (14%)	5 (23%)
	vidējā • secondary	0 (0%)	3 (16%)	10 (53%)	4 (21%)	2 (11%)
	vidējā speciālā • secondary profes.	1 (3%)	7 (19%)	17 (46%)	7 (19%)	5 (14%)
	augstākā • higher	8 (14%)	16 (28%)	28 (48%)	5 (9%)	1 (2%)
Dzimums • Sex:	vīrieši • male	2 (4%)	9 (18%)	25 (50%)	9 (18%)	5 (10%)
	sievietes • female	7 (8%)	20 (23%)	48 (13%)	10 (12%)	8 (9%)
Vecumu grupas • Age groups:	54-62	7 (12%)	12 (21%)	30 (53%)	6 (11%)	2 (4%)
	63-69	0 (0%)	15 (28%)	25 (46%)	10 (19%)	4 (7%)
	70-92	2 (8%)	2 (8%)	11 (44%)	3 (12%)	7 (28%)
Dzīvesvieta • Residency:	Rīga	6 (14%)	9 (21%)	25 (57%)	2 (5%)	2 (5%)
	citas pilsētas • other urban areas	3 (8%)	13 (33%)	10 (25%)	11 (28%)	3 (8%)
	lauki • rural areas	0 (0%)	7 (14%)	31 (60%)	6 (12%)	8 (15%)
Diagnosticē-tas kaites un invaliditāte • Diagnosed diseases and invalidity:	ir • does exist	3 (5%)	9 (16%)	34 (59%)	5 (9%)	7 (12%)
	nav • does not exist	6 (8%)	20 (26%)	32 (41%)	14 (18%)	6 (8%)
Mater.stāv. pašvērtēj. • Self-eval. of material situation:	biežas grūtības • frequent difficulties	1 (2%)	4 (9%)	26 (59%)	7 (16%)	6 (14%)
	var iztikt • can manage	6 (8%)	21 (27%)	33 (42%)	12 (15%)	6 (8%)
	bez grūtībām • no difficulties	2 (14%)	4 (29%)	7 (50%)	0 (0%)	1 (7%)

Skatot kultūras aktivitāšu biežumu sadalījumā pēc virknes sociāli demogrāfisko rādītāju (16. tabula), jākonstatē, ka iespējams atrast vairākas sakarības. Tā ievērojami biežāk kultūras aktivitātēs iesaistīti strādājošie (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,001$ ). Hipotētiski tas varētu būt saistīts

gan ar viņu vecumu (un paralēli arī ar veselības stāvokli), gan ar labāku materiālo nodrošinājumu. Krustojot atbildes par kultūras aktivitāšu biežumu ar vecumu hipotēze apstiprinās – kultūras aktivitātēs patiešām biežāk iesaistījušies gados jaunākie respondenti (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,004$ ). Taču, ja mēģinām saskatīt sakarības krustojumos ar materiālā stāvokļa pašvērtējumu un diagnosticētu kaišu vai invaliditātes esamību, jāatzīst, ka skaidri saredzamas neatrodam. Materiālā stāvokļa pašvērtējuma gadījumā gan vizuāli varam vērtēt, ka biežāk kultūras aktivitātēs iesaistās cilvēki, kas savu materiālo stāvokli vērtē augstāk, tomēr  $\chi^2$  pārbaude ( $P = 0,144$ ) mums neļauj būt par to pārliecinātiem. Protams, nedrīkstam aizmirst jau pieminētās respondentu norādes, ka galvenais iemesls kultūras aktivitāšu neapmeklēšanai ir naudas grūtības. Līdzīga situācija veidojas, ja skatām krustojumu ar diagnosticētu kaišu vai invaliditātes esamību – vizuāli novērojam, ka tiem, kam šo kaišu vai invaliditātes nav, kultūras aktivitātes ir biežākas, tomēr  $\chi^2$  pārbaude ( $P = 0,148$ ) to apgalvot neļauj.

17. tabula

**Respondentu ģimenes (respondentu skaits un rindu procenti)**  
**• Families of respondents (number of respondents and row percentages)**

		dzīvo vieni • living alone	dzīvo kopā ar dzīvesbiedru • living together with spouse	dzīvo kopā ar dzīvesbiedru un citiem • living together with spouse and others	dzīvo kopā ar citiem • living together with others
Kultūras pasākumu apmeklēšana • Attending cultural events:	ik nedēļu • every week	3 (33%)	3 (33%)	2 (22%)	1 (11%)
	dažas reizes mēnesī • several times per month	8 (28%)	9 (31%)	6 (21%)	6 (21%)
	dažas reizes gadā • several times per year	9 (14%)	18 (27%)	23 (35%)	16 (24%)
	ir aktivitātes, bet biežums nav vērtēts • there are activ. but the freq. is not evaluated	7 (37%)	7 (37%)	4 (21%)	1 (5%)
	nav atbildes • no answer	4 (31%)	4 (31%)	3 (23%)	2 (15%)
Nodarbinātība • Employment:	nestrādājošie • not employed	18 (26%)	21 (30%)	17 (25%)	13 (19%)
	strādājošie • employed	13 (19%)	20 (30%)	21 (31%)	13 (19%)
Izglītība • Education:	pamata (t.sk.nepab.) • basic (incl.incompl.)	8 (36%)	5 (23%)	5 (23%)	4 (18%)
	vidējā • secondary	7 (37%)	5 (27%)	3 (16%)	4 (21%)
	vidējā speciālā • secondary profes.	8 (22%)	11 (30%)	11 (30%)	7 (19%)
	augstākā • higher	8 (14%)	20 (35%)	19 (33%)	11 (19%)
Dzimums • Sex:	vīrieši • male	4 (8%)	24 (48%)	17 (34%)	5 (10%)
	sievietes • female	27 (31%)	17 (20%)	21 (24%)	21 (24%)
Vecumu grupas • Age groups:	54-62	8 (14%)	15 (26%)	21 (37%)	13 (23%)
	63-69	12 (22%)	20 (37%)	14 (26%)	8 (15%)
	70-92	11 (44%)	6 (24%)	3 (12%)	5 (20%)
Dzīvesvieta • Residency:	Rīga	8 (18%)	7 (16%)	17 (37%)	12 (27%)
	citas pilsētas • other urban areas	6 (15%)	18 (45%)	7 (18%)	9 (23%)
	lauki • rural areas	33 (0%)	31 (14%)	27 (60%)	10 (60%)
Mater.stāv. pašvērtēj. • Selfeval. of material situation:	biežas grūtības • frequent difficulties var iztikt • can manage	12 (27%)	9 (21%)	11 (25%)	12 (27%)
	bez grūtībām • no difficulties	18 (23%)	28 (36%)	21 (27%)	11 (14%)
		1 (7%)	4 (29%)	6 (43%)	3 (21%)

Apskatot kultūras aktivitātes salīdzinājumā ar dzimumu, tāpat vizuāli vērojam nobīdi, kas norāda uz biežākām aktivitātēm sievietes vidū, taču arī šoreiz  $\chi^2$  pārbaude ( $P = 0,699$ ) norāda, ka tai visdrīzāk ir nejaušs raksturs.

Citādi ir tad, ja skatām krustojumus ar izglītību un dzīvesvietu. Ir skaidra saistība starp izglītības līmeni un kultūras pasākumu apmeklēšanas biežumu (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,049$ ) jau iepriekš prognozējamā virzienā, respektīvi, jo augstāks izglītības līmenis, jo biežāka kultūras pasākumu apmeklēšana. Dzīvesvietas gadījumā (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,0004$ ) tāpat redzam visai loģisku saistību – visbiežāk kultūras pasākumus apmeklē rīdžinieki, retāk citu pilsētu iedzīvotāji, bet vēl retāk – laucinieki.

### Ģimeniskās saites

Gados veciem cilvēkiem bieži ir raksturīgi, ka viņu sociālie kontakti sašaurinās līdz ģimenei. Dažreiz sabiedriskās un kultūras aktivitātes un ģimeniskās saites šai vecumā mēdz uzskatīt par sava veida alternatīvām – viena trūkumu mēdz kompensēt otrs un otrādi.

Mēģinot pārbaudīt, vai šeit iespējams atrast likumsakarības (17. tabula), nācās secināt, ka, lai arī, vizuāli vērojot datus, šķiet, ka cilvēkiem, kuri dzīvo vieni, biežāk raksturīgas kultūras aktivitātes,  $\chi^2$  pārbaude ( $P = 0,518$ ) to nepastiprina.

Sīkāks respondentu ģimenes saišu atspoguļojums sniegts 18. tabulā.

Redzam, ka vairāk par pusi (58%) respondentu dzīvo kopā ar dzīvesbiedru, 23% – vieni, bet atlikušie 19% dzīvo kopā ar citiem cilvēkiem (ne dzīvesbiedru). Šis sadalījums uzskatāmi parāda, kāda ir dzīvesbiedra loma – tad, ja tā nav, respondenti biežāk dzīvo vieni, nekā kopā ar citiem cilvēkiem.

Apskatot respondentu ģimenes krustojumā ar nodarbinātību (17. tabula), likumsakarības neatrodami. Līdzīga situācija ir krustojumā ar izglītību (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,519$ ), lai arī vizuāli šķiet, ka pastāv tendence kopā ar dzīvesbiedru biežāk dzīvot cilvēkiem ar augstāko un vidējo speciālo izglītību. Tāpat arī materiālais nodrošinājums likumsakarības neparāda.

Taču nozīmīgas atšķirības redzam krustojumos ar dzimumu, vecumu un dzīvesvietu. Pirmajos divos gadījumos jāsaka, ka atšķirības ataino vispārzināmas demogrāfiskās tendences – jo cilvēks vecāks, viņam lielāka iespēja dzīvot vienam. Savukārt jo jaunāks, jo bez dzīvesbiedra lielāka iespēja, ka jādzīvo kopā ar vēl kādu (visdrīzāk pieaugušu bērnu). Tāpat nav jaunums, ka sievietes daudz biežāk dzīvo vienas, jo viņu dzīves ilgums ir garāks.

Sarežģītākas ir likumsakarības (pie  $\chi^2$  pārbaudes  $P = 0,009$ ), ko varam vērot ģimenes tipa krustojumā ar dzīvesvietu. Laukos redzam lielu to cilvēku īpatsvaru, kuri dzīvo vieni. Citās pilsētās dominē laulāti pāri. Savukārt Rīgā visbiežāk respondenti dzīvo vai nu ar dzīvesbiedru un citiem vai arī vienkārši ar citiem cilvēkiem. Šeit skaidrojumi varētu būt visai loģiski, lai arī, iespējams, ne iepriekš prognozējami: atsevišķi dzīvojošie cilvēki laukos norāda uz jaunās paaudzes urbanizāciju, savukārt tas, ka Rīgā respondenti biežāk dzīvo kopā ar citiem cilvēkiem (ne tikai dzīvesbiedru) – uz dzīvojamās platības augstākajām izmaksām Rīgā.

18. tabula

### Respondentu ģimenes saites (respondentu skaits un rindu procenti) • Family ties of the respondents (number of respondents and row percentages)

Respondents dzīvo • Respondent lives:	Respondenti • Respondents
viens • alone	31 (23%)
kopā ar dzīvesbiedru • together with a spouse	79 (58%)
kopā ar neprecētu bērnu • together with an unmarried child	31 (23%)
kopā ar bērna ģimeni • together with a family of child	24 (18%)
kopā ar mazbērniem • together with grandchildren	18 (13%)
kopā ar citu tuvinieku • together with another relative	7 (5%)
kopā ar draugu vai draudzeni • together with a friend	4 (3%)
kopā ar paziņu vai ģim. • togeth. with an acquaintance or a tenant	1 (1%)

## Secinājumi

Rezultāti šai rakstā tika aprakstīti četrās sadaļās: nodarbinātība, fiziskās nodarbības, kultūras un sabiedriskās aktivitātes, kā arī ģimeniskās saites. Atbilstoši arī izanalizēsim galvenos secinājumus katrā no sadaļām.

Analizējot datus par nodarbinātības lomu aktīvā mūža pagarināšanā, tika konstatēts, ka, ja respondents strādā, viņa veselības pašvērtējums ir augstāks. Tāpat tas ir augstāks, ja respondenta bijušā vai esošā nodarbošanās saistīta ar radošu darbu (arī mazu fizisko slodzi, bet šeit korelācija ir mazāk izteikta). Kā 'labi' darba apstākļi principā tiek vērtēti tādi, kur ir mazāka fiziskā slodze. Veselības pasliktināšanos biežāk pēc darba atstāšanas izjutuši cilvēki, kam šis darbs nav bijis radošs.

Pensijā vairums respondentu vēlas doties tad, kad pienāk oficiālais pensionēšanās termiņš. Agrāk pensionēties ir noskaņoti cilvēki bez profesijas un tādi, kam ir materiālas grūtības, cilvēki ar diagnosticētām slimībām vai invalīdi. Uz agrāku pensionēšanos norāda arī cilvēki, kas vēl strādā, savukārt tie, kas jau ir pensijā, atbild, ka vēlētos strādāt iespējami ilgāk. Vēlāk pensionēties vēlas vīrieši un cilvēki, kam darbs ir tuvu mājām. Tam, ka vīrieši smagāk izjūt pensionēšanos, pierādījumi pētījuma gaitā netika gūti.

Respondenti norāda uz visai biežām fiziskajām aktivitātēm (46% gandrīz katru dienu), tomēr šie rādītāji visdrīzāk ir pazemināti, jo pētījumā nebija atbilstoša jautājuma, ar ko mērīt ikdienas fiziskās aktivitātes laukus. Tika konstatēta virkne korelāciju starp fizisko aktivitāšu biežumu un citiem faktoriem, tomēr visos šais gadījumos tās varēja ietekmēt kļūme ar lauku respondentiem, tāpēc šīs sakarības nav drošas.

Kā biežākos iemeslus, kāpēc cilvēki nenodarbojas ar fiziskajām aktivitātēm (vai nedara to biežāk), respondenti nosauc veselību, laika un naudas trūkumu, neuzņēmību, nevēlēšanos. Pēdējais no šiem iemesliem (formulēts arī kā 'nejūt nepieciešamību') gan nereti saistīts ar gadījumiem, kad cilvēki strādā fizisku darbu.

Kultūras aktivitātēs respondenti piedalās ievērojami retāk par fiziskajām – visbiežāk tiek norādīts uz 'dažām reizēm gadā'. Kā iemesls, kāpēc šīs aktivitātes izpaliek, ievērojami biežāk par citiem iemesliem tiek minēts naudas trūkums. Nākamais būtiskākais iemesls – veselības problēmas – ievērojami atpaliek. Kultūras aktivitātes biežākas ir nodarbinātajiem, bet drīzāk gan pamatiemesls ir vecums – strādājošie ir jaunāki. Bez tam kultūras aktivitātes ir biežākas cilvēkiem ar augstāku izglītību un pilsētniekiem. Savukārt sabiedriskās aktivitātes ir vēl retākas par kultūras aktivitātēm.

Svarīgas ir ģimenes saites – ja respondentiem nav dzīvesbiedra, viņi biežāk dzīvo vieni kā kopā ar citiem cilvēkiem. Biežāk vieni dzīvo gados vecie cilvēki un sievietes, kas ir vispārzināmas demogrāfiskas tendences. Biežāk vieni dzīvo arī laucinieki, kas raksturo urbanizācijas tendences. Rīgā respondenti biežāk dzīvo kopā ar citiem cilvēkiem, ko visdrīzāk var skaidrot ar zināmu saspiestību, dzīvojot galvaspilsētā.

## Avoti:

Hendricks J., Davis Hendricks C. *Aging in Mass Society: Myths and Realities*. Cambridge (Massachusetts), Winthrop Publishers, 1977.

Latvijas demogrāfijas gadagrāmata 2002. Rīga, LR Centrālā statistikas pārvalde, 2002.

Latvijas iedzīvotāju laika izlietojums. Rīga, LR Centrālā statistikas pārvalde, LZA Ekonomikas institūts, 1998.

Population & Societies, № 392, 2003.

Zvidriņš Pēteris (red.). *Mūža otrā puse Latvijā*. Rīga, LU Demogrāfijas centrs, 1998.

Хрисанфова Е. *Основы геронтологии*. Москва, Владос, 1999.

## Darbību izvēles īpatnības dažādās vecāko ļaužu grupās

### Ievads

Viena no nepārprotamām cilvēces attīstības izpausmēm ir cilvēku vidējā mūža ilguma palielināšanās: daudzās Eiropas valstīs jaundzimušo paredzamā mūža garums tuvojas 80 gadiem (sk. šai izdevumā Māra Branta raksta 1. tabulā). Tātad arvien lielāka daļa cilvēku pārsniedz minēto vecumu. Vienlaikus ir būtiski mainījies atšķirīgo mūža posmu garums un to samērs. Vēl pirms gadsimta bērnu dalība pašu vai citu zemnieku saimniecību darbos sākās jau pirms skolas un cik vien veselība ļāva – vismaz pieskatot mazbērnus, turpinājās līdz pat mūža pēdējām dienām. Skolas laiks vēl pagājušā gadsimta 30. gados Latvijā vairākiem nepārsniedza sešus gadus, bet tagad – visbiežāk tas ilgst 12 vai pat 16 gadus. Savukārt tiesības uz pensiju, kādas pirms Otrā pasaules kara Latvijā baudīja tikai valsts iestādēs nodarbinātie, padomju laikā iestājās jau 60, sievietēm pat 55 gadu vecumā, vairumā citu Eiropas valstu – ar 60-65 gadiem. Līdz ar to darba mūža garums mūsdienās ilgst vien 40-45 gadus, bet viss kopējā dzīves ilguma pieaugums ir pagarinājis tā saucamo pelnītās atpūtas posmu. Latvijā 60 gadu vecumu sasniegušiem vīriešiem tas sasniedz 15 un sievietēm 22 gadus, kas tuvojas pusei no darba mūža. Šāds darbā un pensijā vadāmo mūža posmu samērs izraisa ne vien ekonomiskas grūtības cilvēka cienīgas iztikas nodrošināšanā vecāko paaudžu pārstāvjiem, bet daļai šo cilvēku arī zaudētu dzīves kvalitāti. Lai pēdējā būtu gana augsta, cilvēkam jāizjūt, ka viņš vai viņa darbība ir citiem vai vismaz kādam vajadzīga, ka viņš vai viņa nav nevienam par slogu. Tas nozīmē būt veselīem, saņemt iztikai pietiekamus ienākumus, nodoties iemīļotām darbībām, tikties ar sev tīkamiem cilvēkiem kā ģimenes lokā, tā ārpus tā.

Lai tas īstenotos, ir jāpieliek zināmas pūles gan katram pašam, gan visai sabiedrībai. Pēdējai ir laiks mainīt attieksmi pret vecākiem ļaudīm tikai kā darba nespējīgiem, novecojušu uzskatu un zinību pārstāvjiem, ārstēšanas un aprūpes *objektiem*. Ar gadiem cilvēka darbotiespējas gan neizbēgami mazinās un varbūtība saslimt pieaug, bet tas nepiemeklē visus vienā vecumā, turklāt ar garīgu un fizisku rosību šīs norises var vājināt un attālināt. Tāpēc lietderīgāk būtu uzskatīt vecāko paaudžu pārstāvjus par darbīgiem *subjektiem* un meklēt iespējas pilnībā izmantot viņu saglabātās darbaspējas, uzkrāto pieredzi, pārmantojamās kultūras bagātības un dzīves gudrību. Tā visu paaudžu pārstāvji būtu ieguvēji no vecājo sociālā kapitāla un tiktu pārvarētas bailes no vientulības un atstumtības vecumā.

Šādā pieejā sakņojas ANO atbalstīta kustība par aktīvo novecošanu, kam veltītas jau 2 pasaules asamblejas – 1982. un 2002. gadā un viņu piedāvātās rīcības stratēģijas.

Aktīvās novecošanas veicināšana Latvijā kā jebkura cita mērķtiecīga darbība sākas ar esošās situācijas izzināšanu, cik trešās paaudzes pārstāvji paši ir gatavi aktīvām vecumdienām.

### Pieejamā informācija un pētījuma metodika

Dažādu paaudžu aktivitātes atšķirības tai vai citā dzīves jomā ir atspoguļotas gan statistikā, gan atsevišķu izlasesveida aptauju rezultātos:

- 2000. gada tautskaites datus līdztekus ziņām par katras paaudzes īpatsvaru iedzīvotāju sastāvā un vīriešu un sieviešu samēru katrā no paaudzēm atrodams arī pēdējo sadalījums pēc juridiskā ģimenes stāvokļa, izglītības līmeņa un iztikas līdzekļiem, kas atspoguļo viņu nodarbinātības līmeni [Latvijas 2000. g. ... 2002; Eglīte ... 2003];
- 1999. gada CSP veiktajā Dzīves apstākļu izpētē NORBALT II raksturots atšķirīgu vecumgrupu pārstāvju sadalījums pa saimes tipiem, pensijas vecuma un jaunāku cilvēku veselības un materiālās labklājības pašvērtējuma, viņu rīcībā esošiem ilglietošanas priekšmetiem un veselības nostiprināšanas nolūkā veiktiem pasākumiem [Dzīves apstākļu ... 1999];
- Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījumā, 2000. gadā salīdzināti daži 55-64 un jaunāku cilvēku saslīmtības un kustību nodarbību biežuma rādītāji [Pudule ... 2001: 33., 36., 37.].

Minēto un citu pētījumu rezultāti liecina, ka pirmspensijas un pensijas vecumā krasi samazinās cilvēku ekonomiskā aktivitāte: 50-54 gadu vecumā ārpus mājas strādā 62-63% abu dzimumu pārstāvju, 55-59 gadu vecumā vairs tikai 54% vīriešu un 26% sieviešu, bet 60-64 gadu grupā – 16% vīriešu un nepilni 9% sieviešu (1. tab.). Masveida pensionēšanās līdz ar pensijas vecuma sasniegšanu daļēji saistīta ar darba tirgus prasībām galvenokārt pēc kvalificētiem darbiniekiem un salīdzinoši mazāku izglītotāko ļaužu īpatsvaru vecāko paaudžu vidū. Dabiski, ka vienlaikus pazeminās pensijā izgājušo caurmēra ienākumu līmenis un savas labklājības pašvērtējums, kā arī cerības uz tās uzlabošanos turpmākajos 5 gados (2. tab.). Raksturīgi, ka savas labklājības un tās paredzamo pārmaiņu vērtējums pensionāriem ir nelabvēlīgāks nekā tas izpaužas sadalījumā pēc ienākumu līmeņa. Tas liecina gan par varbūtējiem papildus izdevumiem pensionāru pakalpojumu apmaksai, gan rēķināšanos ar savu nespēju no jauna iesaistīties peļņas darbā un gūt papildus ienākumus turpmākajā dzīves posmā.

1. tabula

Dažāda vecuma vīriešu un sieviešu sadalījums pēc galvenā iztikas līdzekļu avota Latvijā,  
% no viņu skaita vecumgrupā, 2000. g.

• Latvia's population by main sources of livelihood, age and sex, 2000, %

Dzimum- un vecumgrupas • Groups by sex and age	Ekono- miskās aktivitātes • Economic activities	Pensija • Pension	Pabalsti, stipendijas un cita veida finansiālā palīdzība • Benefits, stipends	Citu personu vai iestāžu apgādībā • Mainte- nance of other persons	Cits iztikas līdzekļu avots, t.sk., strādā bez darba līguma • Other, including occasional work	No visiem – nodarbi- nātie • Total employed
<b>Vīrieši • Men</b>	<b>38,0</b>	<b>17,8</b>	<b>4,1</b>	<b>32,9</b>	<b>6,8</b>	<b>44,8</b>
no tiem vecumā: • of them:						
40-44	68,0	4,2	4,6	10,3	12,2	80,2
45-49	65,4	6,5	4,7	10,3	12,4	77,8
50-54	62,4	10,1	4,9	10,0	12,0	74,3
55-59	54,3	20,5	4,3	9,7	10,6	64,8
60-64	15,9	82,0	0,4	1,2	0,4	16,4
65-69	6,2	92,6	0,2	1,0	0,1	6,3
70-74	2,2	96,7	0,1	0,9	0,0	2,2
75+	0,5	98,1	0,1	1,2	0,0	0,6
<b>Sievietes • Women</b>	<b>31,9</b>	<b>30,3</b>	<b>6,4</b>	<b>28,2</b>	<b>2,9</b>	<b>34,9</b>
no tām vecumā: • of them:						
40-44	70,8	2,4	7,8	12,3	6,2	77,0
45-49	69,0	4,3	6,2	12,6	7,3	76,4
50-54	63,7	9,8	5,3	13,0	7,6	71,3
55-59	26,4	70,3	1,0	1,5	0,7	27,1
60-64	8,8	90,3	0,1	0,6	0,1	8,9
65-69	3,3	95,8	0,1	0,7	0,1	3,3
70-74	0,9	98,0	0,1	0,9	0,0	1,0
75+	0,2	97,9	0,2	1,7	0,0	0,2

**Avots:**

Latvijas 2000. gada tautas skaitīšanas rezultāti. Rīga: LR Centrālā statistikas pārvalde • Results of ... 2002: 215-216 pp.

Tāds viedoklis sakņojas pašu novērojumos un citās aptaujās atspoguļotajā faktā, ka jau pēc 30 gadu vecuma sasniegšanas arvien vairāk samazinās cilvēku īpatsvars, kas savu veselības stāvokli atzīst par labu (no 58% 25-34 gadus līdz 19% 55-64 gadus veciem vīriešiem un no 54% līdz 20% sievietēm), un kam nav konstatētas izplatītākās hroniskās saslimšanas (no 80% 25-34 gadu vecumā līdz 57% 55-64 gadu vecumā vīriešiem un no 67% līdz 44% minēto vecumgrupu sievietēm) [Pudule ... 2001: 32., 36.].

Tās pašas aptaujas datus par veselības ieradumiem var izsekot, ka līdzīga vecuma cilvēkiem, kas ir nodarbināti ārpus mājas vai ar augstāku izglītības līmeni, minētie veselības stāvokļa rādītāji ir labāki. Taču nav skaidrs, vai viņi pensionējušies veselības traucējumu dēļ, vai otrādi – t.s. pelnītā atpūta ar atbilstošu dzīvesveida maiņu novedusi pie veselības pasliktināšanās. Šis jautājums ir visai būtisks apstākļos, kad iedzīvotāju sastāva novecošanās dēļ tiek pakāpeniski palielināts pensijas vecums. tāpat publicētajos datos nevar izsekot, vai izglītotāko cilvēku samērā labāko veselību sekmējis viņu relatīvi augstākais nodarbinātības līmenis [Darbaspēks ... 2000: 22, 23] vai aktīvāka dažādu veselības uzturēšanas paņēmieni izmantošana, iespējams arī abi nosacījumi kopā, labvēlīgi ietekmējot viens otru.

2. tabula

**Dažāda vecuma vieninieku un pāru sadalījums pēc ienākumu līmeņa (kvintilēm)  
un savas pārticības vērtējuma**

**• Distribution of persons living alone and couples by level of income and  
self-evaluation of welfare**

	Vieninieki • Living alone		Pāri bez bērniem • Couples	
	pensijas vecumā • pension	darbspējas vecumā • working	pensijas vecumā • pension	darbspējas vecumā • working
<b>Kvintiles • Quintiles</b>				
1. (zemākā) • lowest	1,0	14,2	3,5	15,8
2.	21,8	13,3	17,6	15,6
3.	45,9	14,5	40,4	11,4
4.	27,9	12,6	25,9	20,9
5. (augstākā) • highest	3,3	45,3	12,5	36,5
<b>Ekonomiskās situācijas pašvērtējums</b>				
<b>• Self-evaluation of welfare</b>				
esam nabadzīgi • we are poor	20,1	16,1	6,9	9,6
uz nabadzības sliekšņa • on the verge of poverty	46,3	29,2	36,8	31,8
ne bagāti, ne nabagi • neither rich nor poor	31,0	47,0	52,6	49,1
ne bagāti, bet dzīvo labi • manage to live well	2,2	7,7	3,7	9,5
esam starp turīgiem • among the welloffs	0,4	-	-	-
<b>Turpmākaajos 5 gados</b>				
<b>• Looking into welfare 5 years later</b>				
labāka • better	16,6	37,7	17,4	33,8
tāda pati • the same	44,8	25,7	40,6	27,4
sliktāka • worse	38,6	36,5	42,0	38,8

**Avots: • Source:**

NORBALT II (Dzīves apstākļi Latvijā 1999. g.) nepublicētie dati

• Unpublished data of survey NORBALT II – 1999

Mūsu veiktā pētījuma mērķis bija papildināt jau iegūto informāciju par būtiskākām jaunāko un vecāko paaudžu nodarbinātības, veselības un dzīves apstākļu atšķirībām ar vairāk un mazāk izglīto to jau pensionējušos un vēl strādājošo vecāko ļaužu salīdzinājumu pēc viņu dzīvesveida un attieksmes pret dažāda veida darbībām, ienākumu gūšanas veidiem un sociālo kontaktu dažādības. Šai nolūkā tika izmantota formalizēta intervija ar 45 pamatjautājumiem (sk. „Aktīvā mūža garums” pielikumā). Atbilstoši pētījuma mērķim aptauja veikta pirmspensijas un samērā agrīna pensijas vecuma ietvaros, kādā vēl pastāv reālas nodarbinātības iespējas, - ar retiem izņēmumiem no 55 līdz 75 gadiem. Tāpat, interesējoties galvenokārt par cilvēku pašu izvēlētajām darbībām viņiem pieejamos dzīves apstākļos, pētījamo kopumā nav iekļauti slēgta tipa iestādēs mītošie.

Aptaujāto kopuma veidošanā rēķinājāmie ar augstāko un vispārējo vai speciālo vidējo izglītību ieguvušo nelielo īpatsvaru vecāko paaudžu pārstāvju vidū (3.tab.) un tā gaidāmo palielināšanos, vairāk izglītotām paaudzēm sasniedzot lielāku gadu skaitu. Pēdējais noteica interesi par vairāk un mazāk izglīto to ļaužu rīcības un viedokļu varbūtējām īpatnībām; savukārt

augstāk izglītoto nelielā pārstāvība patreizējo pensionāru vidū – nepieciešamību veidot aptaujāto kopumu ne proporcionāli vecāko ļaužu sastāvam, bet ar tādu aprēķinu, lai katrā raksturīgā grupā būtu daudz maz līdzīgs un individuālo īpatnību nivelēšanai pietiekams intervēto skaits: ap 10 cilvēkiem katrā. Šī iemesla dēļ analizē nav izmantoti visu saņemto atbilžu kopēji vai vidēji raksturojumi, bet dažādu grupu raksturīgo viedokļu un rīcības veida izvēles salīdzinājums. Salīdzināšanai tika izvēlētas iespējami viendabīgas grupas pēc vairāku – domājami nozīmīgu personas pazīmju kombinācijas: dzimuma, vecumgrupas un nodarbinātības ārpus mājas vai ne un, cik iespējams - izglītības līmeņa.

Aptaujātie komplektēti pēc nejaušā – t.s. sniega pikas paņēmiena, apzinot izvēlētā vecuma kolēģus, kaimiņus, viņu radus, paziņu paziņas, nejauši sastaptus cilvēkus Rīgā, citās pilsētās un laukos. Sprotamu iemeslu dēļ bija zināmas grūtības sastapt un intervēt vēlamo skaitu nenodarbināto pirmspensijas vecumā (4. tab.). Tādēļ atsevišķu aktivitātes veidu analizē mazākās – pēc 4 minēto pazīmju kombinācijas viendabīgās grupas – tika apvienotas ar kādu citu pēc 3 pazīmēm līdzīgu, bet pēc 1 pazīmes (izglītības, vecuma vai nodarbinātības) atšķirīgu grupu.

3. tabula

**Latvijas iedzīvotāju izglītības līmenis grupās pēc dzimuma un vecuma, 2000. gadā, %**  
**• Educational level of population of Latvia by sex and age in 2000, %**

Izglītības līmenis • Educational level	Kopā* • Total	tai skaitā • of them						
		15-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70+
<b>Vīrieši • Men</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>
tai skaitā ar izglītību: • of them by education:								
augstāko • higher	12,4	0,0	9,0	13,8	16,9	15,8	15,4	12,7
vidējo speciālo, nepabeigtu augstāko • secondary special, undergraduates	18,7	1,8	19,3	25,4	23,4	19,5	18,0	14,5
vispārējo vidējo • secondary comprehensive	32,4	15,2	41,6	49,0	40,9	28,2	15,0	12,8
pamatskolas, nepilnu vidējo • basic	29,2	65,1	27,0	10,8	17,6	32,2	36,4	37,3
sākumskolas • primary	5,8	17,0	2,4	0,5	0,8	3,5	12,1	16,1
mazāku par 4 klasēm • less than 4 grades	0,9	0,4	0,2	0,1	0,1	0,4	2,3	5,0
bez izglītības • without any neprot lasīt un rakstīt • illiterate	0,4 0,2	0,2 0,3	0,3 0,2	0,2 0,2	0,2 0,1	0,3 0,1	0,6 0,2	1,3 0,3
<b>Sievietes • Women</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>
tai skaitā ar izglītību: • of them by education:								
augstāko • higher	15,1	0,0	15,3	22,6	23,0	17,2	13,0	7,6
vidējo speciālo, nepabeigtu augstāko • secondary special, undergraduates	21,4	1,7	21,9	31,5	30,4	25,1	20,0	10,2
vispārējo vidējo • secondary comprehensive	30,1	21,5	45,7	40,0	36,1	30,8	18,2	14,6
pamatskolas, nepilnu vidējo • basic	24,3	64,5	15,8	5,3	9,8	23,6	33,4	37,0
sākumskolas • primary	6,0	11,8	0,8	0,3	0,4	2,5	10,8	17,6
mazāku par 4 klasēm • less than 4 grades	2,0	0,2	0,1	0,1	0,1	0,4	3,4	8,7
bez izglītības • without any neprot lasīt un rakstīt • illiterate	0,8 0,3	0,1 0,2	0,2 0,2	0,1 0,1	0,1 0,1	0,2 0,2	0,9 0,3	3,4 0,9

**Avoti: • Sources:**

Latvijas 2000. gada tautas skaitīšanas rezultāti. Rīga: LR Centrālā statistikas pārvalde, 2002: 188.-189.

• Results of ... 1992: 177-179

\* aprēķināts bez izglītības līmeni nenorādījušiem • calculated without not indicated

Tiecoties iegūt katrā pēc vairākām būtiskām pazīmēm viendabīgā grupā to raksturojumam nepieciešamo cilvēku skaitu, kopējais ziņu sniedzēju skaits pārsniedza 130. To vidū, kā jau šai vecumā mēdz būt, sieviešu izrādījās vairāk nekā vīriešu, bet nodarbināto viņu vidū mazāk nekā starp vīriešiem (sk. 4. tab.).

Aptaujas lapas atkarībā no ziņu sniedzēju vēlēšanās aizpildītas, viņus intervējot vai pašiem rakstiski atbildot uz jautājumiem. Abos gadījumos nācās piedzīvot, ka liela daļa Latvijas iedzīvotāju ir visai skopi uz vārdiem. Iespējams, to izraisīja uzdoto jautājumu saturs, kas atbildētājiem varēja izrādīties neinteresants vai dažos gadījumos – nepatīkams.

4. tabula

**Aptaujāto kopuma sadalījums pēc pamatpazīmēm, 2002**  
**• Distribution of interviewed by basic params, 2002**

Vecums, izglītība • Age, education	Vīrieši • Men		Sievietes • Women	
	strādā • employed	nestrādā • retired	strādā • employed	nestrādā • retired
>60, t.sk. ar izglītību • of them with education				
pamata • basic	-	-	-	1
vidējo • secondary	2	2	8	1
augstāko • higher	4	-	9	1
60-64, t.sk. ar izglītību • of them with education				
pamata • basic	-	2	-	2
vidējo • secondary	3	4	4	7
augstāko • higher	9	2	11	2
65+, t.sk. ar izglītību • of them with education				
pamata • basic	3	3	1	7
vidējo • secondary	2	3	2	15
augstāko • higher	8	3	2	8
Kopā • Total	31	19	37	44

### Dažādo grupu pārstāvju apstākļi, rīcība un vērtējumi

Vecums, dzimums un nodarbinātība par vecāko ļaužu raksturīgāko grupu pamatpazīmēm viņu dzīvesveida izpētē izvēlēti gan tādēļ, ka statistikā ir atrodams cilvēku skaits katrā no šīm grupām un tā pārmaiņas laika gaitā, gan to vispārzināmās ietekmes dēļ. Līdz šim Latvijā ar likumu noteiktais pensijas vecums abiem dzimumiem bija un vēl ir atšķirīgs, kas neizbēgami ietekmē faktisko pensionēšanās vecumu un arī iespējas atrast jaunu darba vietu pirmspensijas vecumā. Savukārt peļņas darbā pavadītās stundas būtiski ierobežo dalību sadzīves darbos un vairāk vai mazāk laikietilpīgu atpūtas nodarbinātību izvēli, tāpat kā pensijā izgājušiem to parasti ierobežo arī šais apstākļos sarukušais ienākumu līmenis.

Lai cik nozīmīgi, minētie ir tikai daži no cilvēka rīcību ietekmējošiem nosacījumiem. Liela loma ir arī ģimenes un sadzīves apstākļiem, veiktā vai vēl veicamā profesionālā darba raksturam un it īpaši cilvēka personībai – viņa veselībai, izglītībai, ieradumiem, rakstura īpatnībām un tā saucamajam sociālajam kapitālam, t.i., paņiņu lokam, to dažādībai, tikšanās raksturam un biežumam, savstarpējai sadarbībai [Barbieri ... 2003: 681-702]. Tāpēc katras, pēc iepriekš minētajām pamatpazīmēm izdalītās grupas ietvaros vērojami gan vairāk vai mazāk līdzīgi, gan stipri atšķirīgi rīcības veidi un viedokļi. Pētījuma ietvaros centīsimies izziņāt, kuras cilvēka iezīmes ir būtiskākas viņa darbīgumam un veselības saglabāšanai: vecums un dzimums vai attieksme pret dzīvi.

*Pirmspensijas vecuma vīrieši.* Vecumā līdz 60 gadiem vairums vīru vēl strādā, atskaitot invaliditātes dēļ priekšlaicīgi pensionējušos un nozares reformas dēļ bez darba palikušos laukos, kur brīvu darba vietu izvēle, īpaši noteiktā profesijā, irniecīga. Visi nodarbinātie intervijās pauda apmierinātību ar sava darba raksturu un tā apstākļiem, bet daži būtu gribējuši labākas

attiecības ar vadību un lielāku algu. Pensionēties vairākums gribētu likumā paredzētajā vecumā, mazākā daļa – iespējami vēlāk, un gandrīz visi par galveno darba pārtraukšanas apsvērumu minēja varbūtējo veselības pasliktināšanos. Tika pausts arī viedoklis, ka labprāt pensionētos līdz ar nepieciešamās vecuma robežas sasniegšanu, ja pensija būtu gana liela. Tātad pretējā gadījumā būtu gatavi turpināt darbu bez īpašas vēlēšanās to darīt. Tieši šie vīri piederēja tiem, kas savu materiālo nodrošinājumu bija vērtējuši kā labu vai vidēju un varbūt tieši tāpēc negribētu to zaudēt, saņemot nelielu pensiju. Likumsakarīgi, ka viszemāk savu dzīves līmeni vērtējuši dažādu iemeslu dēļ darbu jau atstājušie, kaut arī viņiem ir savi ienākumu avoti arī bez pensijas: dažiem dārzs, meža pārdošana, citiem gadījuma darbi atbilstoši profesijai, bērnu atbalsts.

Izglītības līmenis šai vecumgrupā ne attieksmi pret pensionēšanos, ne ienākumu līmeni kaut cik jūtami neietekmē. Zināmā mērā profesija gan: visaugstāko vērtējumu savai labklājībai devis automehāniķis ar vidējo izglītību, bet neviens no šīs vecumgrupas intervētajiem ar augstāko izglītību. Taču arī šis vispārtikušākais vīrs atzinis, ka nevar atļauties pietiekami daudz izdot kārotiem izbraukumiem. Vairāk līdzekļu izbraukumiem būtu gribējuši arī vairākums citu aptaujāto un papildus tam daži arī grāmatām, presei, sadzīves priekšmetiem (veļas mašīnai, gāzes plītij, vannas istabas iekārtai) un drēbēm. Puse no aplūkojamās grupas intervētajiem minējuši līdzekļu trūkumu arī kā šķērslī biežākiem kultūras pasākumu apmeklējumiem.

Gandrīz visi nodarbinātie pirmspensijas vecuma vīri, dzīvodami mājokļos ar visām ērtībām, spējuši regulāri veikt komunālos maksājumus un arī atbalstīt mazbērnu. Nestrādājošiem šai intervēto grupā, dzīvojot laukos, visu apmaksājamo ērtību nav, taču mājokļi būtu remontējami, un to kavē veikt viņu zemais ienākumu līmenis ar bieži izjūtamā naudas trūkumu. Vairākumam kā Rīgā, tā pārējās pilsētās un laukos, ir savs dārzs, bet tikai puse no to īpašniekiem izmanto iespēju audzēt dārzenus patēriņam. Pēdējo vidū nebūt nav tikai paši nabadzīgākie, un tas liecina, ka dārza izmantošanas veida izvēli noteic dažādi apsvērumi – ne vien vajadzība un cerība ietaupīt, bet arī patika strādāt dārzā, ticība pašaudzētā labākai kvalitātei, rūpes par veselību – gan veicot dārza darbus, gan baudot gaisu un atpūtu dārzā.

Visiem aplūkojamās grupas vīriem ir bijuši bērni, bet tikai puse no viņiem dzīvo kopā divu vai trīs paaudžu saimēs – daži vienatnē, daži divatā ar sievu. Visi spējīgi tikt galā ar sadzīves darbiem pašu un ģimenes spēkiem, visi pa reizei palīdz tādos arī kaimiņiem vai bērnu ģimenēm. Bērni un citi radi mēdz veidot arī pusmūža vīru saziņas loku, bet tikšanos un sarunu biežums ir visai atšķirīgs – citam nedēļa, citam mēnesis, retāk vai pēc vajadzības. Visi tiekas arī ar draugiem, darba vai interešu biedriem, retāk – kaimiņiem, pie kam pēdējais raksturīgāks mazāk izglītotiem. Tas varētu liecināt par izglītotāko lielāku izvēlīgumu paziņu loka veidošanā, par noteicošo izvirzot tikšanos un domu apmaiņas saturu un mazāk rēķinoties ar nepieciešamību pārvarēt lielākus attālumus tiešai saskarsmei. Tikai viens no visiem šīs grupas atbildējušajiem aktīvi darbojas sabiedriskā organizācijā.

Dažādas kultūras iestādes – teātri, koncertus, retāk kino un sporta pasākumus pēdējā gada laikā apmeklējuši visi pirmspensijas vecuma nodarbinātie vīrieši, izņemot vienu, taču – tikai dažas reizes gadā. Par šķērslī biežākam kultūras patēriņam minēta gan nevaļa, gan intereses trūkums par sporta sacīkstēm un kino, gan naudas trūkums; pēdējo minējuši arī abi ārpus mājas nestrādājošie. Visi pirmspensijas vecuma aptaujātie nosaukuši arī kādus vaļaspriekus, kas katram atšķiras vairāk nekā dažādie kultūras patēriņa veidi. Vairāki, bet ne visi augstāko izglītību ieguvušie aizraujas ar lasīšanu, citi ar makšķerēšanu, sēņošanu, pa kādam – fotografēšanu, kāršu spēli, sportu, autobraukšanu.

Papildus intervēto vairākuma veselīgajiem vaļaspriekiem, gandrīz visi viņi dažādas kustību nodarbības piekopj arī ar apziņu, ka tas tiek darīts tieši veselības labā. Šai nolūkā papildus jau minētajām darbībām citi veic lauku darbus, regulāri vingro, peldas un pastaigājas, vēl citi dzer zāļu tējas, kā arī atmetuši smēķēšanu. Tiesa gan, to izdarījuši 3 no 4 vīriem, kam kopš 36-48 gadu vecuma piemīt kāda ārsta diagnosticēta kaite. Pavisam tādas piemeklējušas pusi aptaujāto pirmspensijas vecuma vīriešu, to vidū diviem piešķirta invaliditāte. Taču tikai viens no viņiem šī iemesla dēļ pensionējies un vēl pēc tam jutis tālāku veselības pasliktināšanos. Pārējie savu veselību vērtējuši kā apmierinošu vai mazliet retāk – labu.

Pusei no aplūkojamās grupas vīriem ir suns vai kaķis un laukos pat abi. Pilsētās šo dzīvnieku turētāji atzinuši viņus par prieka, sirdsmiera un maiguma avotu. Tātad draudzīgā saskarsme ar tiem palīdz uzlabot gan veselību, gan dzīves kvalitāti kopumā.

*Agrīnā pensijas vecuma nodarbinātie vīrieši.* Šai 60-64 gadus veco grupā pārstāvēti vīri ar dažādām izglītības pakāpēm, tostarp augstāko izglītību ieguvušie, kas štatu samazināšanas vai nesamērīgi zemas darba samaksas dēļ pārgājuši darbā, kas neprasa augstāko kvalifikāciju. Tas gan mazinājis apmierinātību ar darbu, tomēr praktiski visi šīs grupas pārstāvji, jau saņemdami pensiju, izteikuši vēlēšanos atstāt darbu iespējami vēlāk, kamēr vien saglabājas veselība un darbaspējas. Visbiežāk par darba dzīves turpināšanas iemeslu minēts pensijas apjoms, kas ir ievērojami mazāks par saņemamo algu vai – retāk – līdzīgs tai, tā, ka izdevīgāk saņemt abas. Daži priecīgi, ne vien par ienākumiem, bet arī iespēju strādāt savā profesijā, īpaši ja tā ir radoša, labos apstākļos un ar patīkamiem darba biedriem. Savā saimniecībā strādājošs zemnieks izteicies vienkārši: „Ko ta' darīs, ja nestrādās”. Tikai vienam no 12 darba devējs bija licis manīt, ka būtu laiks atstāt darbu.

Papildus darba samaksai un pensijai vairākums šīs vecumgrupas vīriešu piepelnās ar gadījuma darbiem – muzicēšanu, remontiem, papildus darbiem profesijā, par honorāru, ar dārza produkciju un dzīvokļa izīrēšanu vai pieņem atbalstu no bērniem. Kopā tas atļāvis vairākumam vērtēt savu materiālo nodrošinājumu kā apmierinošu vai labu un tikai zemnieks savā saimniecībā nonācis parādos.

Pateicoties vairākiem ienākumu avotiem gandrīz visiem bijis pa spēkam regulāri norēķināties par komunāliem pakalpojumiem un arī atbalstīt mazbērnus, kam tādi ir. Tomēr reti kuram pietiek līdzekļu visam kārotajam. Visbiežāk to pietrūcis izbraukumiem, grāmatām, kultūras pasākumiem, dažiem – bagātīgākam uzturam, drēbēm, saimniecībā vajadzīgai mašīnai. Līdzekļu nepietiekamība nav bijusi tik liela, lai pilnībā liegtu iespēju dažas reizes gadā vai pat mēnesī apmeklēt kādu koncertu, teātra izrādi, izstādi vai aizbraukt ciemos. Daži vīri, kā ar augstāko tā vidējo izglītību izmantojuši bibliotēku vai internetu. Vairāk baudīt kultūru vienam otram kavējusi nevaļa, citiem – nekas, tātad viņu varbūt ne pārāk attīstītās vajadzības šai jomā izdevies apmierināt.

Vaļas prieki 60 gadus tikko pārsniegušiem nodarbinātajiem vīriem vairāk saistītas ar dabu nekā garīgām darbībām: tikai viens aizrāvēis ar filatēliju un fotogrāfiju, vēl viens ar lasīšanu un mūziku, bet vairums – ar ceļošanu, sportošanu, makšķerēšanu, peldēšanu, slēpošanu, dārza darbiem, auto. Tie nedaudzie, kam nav izteikta vaļasprieka, tomēr peld vai regulāri pastaigājas, makšķerē, vingro vai skrien – citi vairāk prieka pēc, citi – speciāli veselības labā. Vēl šai pēdējā nolūkā 3 vīri atmetuši smēķēšanu un viņu vidū ir tie divi, kam vienīgajiem aplūkojamajā grupā piemīt ārsta diagnosticētas vainas – hipertoniya un sirds slimība. Kopumā agrīnajā pensijas vecumā profesionālo darbu turpinošo vidū tādu izrādījās mazāka daļa nekā pirmspensijas vecumā, kuriem vēl nav īstas izvēles – doties t.s. pelnītajā atpūtā vai vēl ne. Atbilstoši tam 60 gadu vecumu jau pārsniegušie ārpus mājas nodarbinātie vīri savu veselību gandrīz vienlīdz bieži vērtējuši kā apmierinošu un labu vai pat ļoti labu un tikai viens ar jau 40 gadu vecumā iegūtu sirds kaiti – kā sliktu.

Praktiski visi agrīnā pensijas vecumā vēl nodarbinātie vīrieši dzīvo ģimenē – vai nu tikai ar sievu vai ar to un neprecētiem bērniem (viens, divi vai trīs bērni bijuši visiem intervētajiem). Citi palīgi sadzīves darbos nav bijuši nepieciešami. Gluži otrādi – intervētie palīdz radiem, draudzes locekļiem, savas organizācijas biedriem, kaimiņiem, aptuveni 1/3 pie gadījuma pieskata mazbērnus, bet tie vēl nav visiem.

Gandrīz visi šīs grupas intervētie dzīvo mājokļos ar visām ērtībām. Kādam 1/3 tas būtu remontējams, taču tikai puse no remontējamo mājokļu saimniekiem atzinuši, ka bieži dzīvo naudas grūtībās.

Dārzu visi pilsētnieki, kam tāds ir, izmanto atpūtai un tikai daži – arī patēriņam, laukos – galvenokārt patēriņam un tikai viens atzīmējis, ka arī košumam. Toties suņiem un kaķiem kā visi laucinieki tā pilsētnieki, kam tādi ir, veltījuši atzinīgus vērtējumus: cilvēku draugi, uzlabo pašsajūtu, „mīļojam”, „sniedz neapraķstāmu un vārdos neizsakāmu prieku”.

Saziņas loks aplūkojamās grupas atsevišķiem pārstāvjiem ir visai atšķirīgs: dažiem tikai bērni un mazbērni, viens pat atzinis, ka no citiem izvairās, citiem – kaut arī bērni ir, tikai interešu biedri, un arī ar tiem tiekas telefoniski vai pa elektronisko pastu un ne pārāk bieži; vēl citiem – gan bērni un radi, gan darba biedri un draugi, turklāt tikšanās ar pēdējiem dažkārt mēdz būt pat biežāka nekā ar ģimenes locekļiem. Šīs atšķirības nesaistās ne ar dzīves vietu, ne izglītības līmeni, bet acīmredzot – paša raksturu. Vairumā gadījumu intervētie, kas tiekas tikai

ar bērniem un mazbērniem, nav saistījušies arī nekādās sabiedriskās organizācijās. Savukārt katrs otrais pilsētnieks darbojas sporta organizācijā, draudzē vai pulciņā, kas daļai saistās ar viņu profesiju, daļai – ne.

*Ārpus mājas nenodarbinātie 60-64 gadus vecie vīrieši* pensionējušies lielākoties ne pašu vēlēšanās dēļ, bet galvenokārt darbavietas likvidācijas dēļ pāris gadus pirms oficiālā pensijas vecuma sasniegšanas, kas dažiem bijusi saistīta arī ar darba devēja attieksmi – reorganizētajā uzņēmumā pieņemti jaunāki darbinieki. Vēl kāds nav varējis atrast darbu jaunajā dzīves vietā, respektīvi, atgriežoties dzimtajās mājās, cits palicis bez darba alkoholisma un tā izraisītās darbaspēju mazināšanās dēļ. Raksturīgi, ka šai grupā izrādījās samērā mazāk rīdzinieku un vīru ar augstāko izglītību, kam darbā iekārtošanās iespējas mēdz būt labākas. Paši būtu vēlējušies atstāt darbu ne ātrāk par oficiālo vecumu, katrs otrais – iespējami vēlāk, t.i., cik atļautu veselība.

Priekšlaicīgās pensionēšanās dēļ pensija visiem mazāka par iepriekšējo algu – kam par 1/3, kam 8-9 reizes. To papildina kam vēl strādājošās sievas alga, kam piemājas saimniecība vai gadījuma darbi: dzīvokļu, auto vai elektroaparātūras remonts. Tāpēc likumsakarīgi, ka atšķirībā no tās pašas vecumgrupas nodarbinātajiem, vairākums nestrādājošo atzinuši, ka ne vienmēr spēj nokārtot komunālos maksājumus un bieži izjūt naudas grūtības, viens – arī dzīvi parādos, cits atzīmējis, ka „nevar atļauties parādus, jo nav zināms, kā atdot”. Viens rīdzinieks, kura sieva vēl saņem algu atzinis, ka visa diezgan – tātad šī alga gana liela vai arī prasības visai pieticīgas. Ne velti, starp kārotām lietām, kam pietrūkst līdzekļu, šis vīrs minējis ne vien visās intervēto grupās visbiežāk nosauktos izbraukumus, bet arī drēbes. Iegādāt drēbes būtu gribējuši vairāki šīs grupas intervētie, viens otrs arī bagātīgāku uzturu, grāmatas, presi, labus instrumentus, veļas mašīnu, pabeigt tēva māju, iespēju apmeklēt kultūras pasākumus.

Visai ierobežoto ienākumu un ne pārāk lielā gadu skaita dēļ vairāki šīs grupas vīri meklē jaunu darba vietu – citi atbilstoši profesijai, cits – jebkuru. Likumsakarīgi, ka vēlēšanos atsākt apmaksātu darbu pauduši vīri, kas savu veselību vērtē kā apmierinošu. Tomēr caurmērā 60-64 gadus vecie nestrādājošie savu veselību vērtējuši zemāk – apmēram 1/3 arī kā sliktu – nekā vēl nodarbinātie. Pēdējo vidū neviens nesūdzējās par sliktu veselību, bet vairāki to vērtēja pat par labu. Vairs nestrādājošo vidū samērā vairāk ir arī cilvēku ar spēka gados iegūtām hroniskām kaitām un jau pēc pensionēšanās veselības pasliktināšanos piedzīvojušie. Pēdējie nekādas īpašas darbības veselības uzturēšanai gan neveic, kamēr tie, kas slimībās iedzīvojušies agrāk, lieto zāles, īpašu diētu vai izvairās no smaga darba. Tikai viens šīs grupas pārstāvis regulāri soļo un citādi izkustas, vēl daži gan piekopi dažādas kustību nodarbības atbilstoši gadalaikam, bet dara to neregulāri. To starpā tikai viens par nepietiekama kustīguma iemeslu atzinis uzņēmības trūkumu un otrs – neuzskata par vajadzīgu, citi to saista ar naudas un vietas trūkumu (laukos!) un nevaļu.

Naudas trūkumu vairākums minējuši arī par visai retu kultūras apmeklējumu un ciemošanās iemeslu, tikai viens – pat ar augstāko izglītību par tādu atzinis intereses trūkumu. Toties daļai vīru ir katram savs un pārsvarā individuāls vaļasprieks: koka virpošana, auto, radiobūve, makšķerēšana un medības. Tikai viens no vīriem darbojas sabiedriskā organizācijā, un viņu saziņas lokā tikai katrs otrais bez bērniem un radiem minējis arī draugus un/vai kaimiņus. Gandrīz visi arī palīdzējuši radiem vai kaimiņiem saimniecības darbos – galvenokārt remontā. Pašiem palīdzība sadzīves darbos vēl nav bijusi nepieciešama: visi dzīvo ar sievu vai draudzeni, daži arī ar bērniem, taču pēdējo skaits nevienam nepārsniedz divus, un tas vidēji bijis mazāks nekā šī vecuma nodarbinātajiem. Aptaujas rezultāti gan nedod pamatu spriest, vai tā būtu viņiem arī citās jomās piemītošas samērā mazākas uzņēmības izpausme vai kādu apstākļu sagādīšanās. Dārza izlietojums un attieksme pret dzīvniekiem neatšķiras no citās grupās vērojamā: laukos dārzs un mājdzīvnieki kalpo galvenokārt praktiskām vajadzībām, bet arī priekam, un lauku suns ir draugs; Rīgā suns „izved pašu pastaigāties”, vēl citam labu garastāvokli gādā žurka.

*Nodarbinātie vīrieši pēc 65 gadiem* lielākoties turpina darbu agrākajā arodā un darbavietā: par skolotājiem, pasniedzēju, žurnālistu, inženieri ražošanā, šoferi, gāzētāju, sētnieku, naktssargu. Vairākums savu darbu vērtē kā saspringtu, atbildīgu, daļa – ar augstāko izglītību – arī par radošu. Vairums minējuši nenormētu darba laiku, labus apstākļus un labas attiecības ar darba biedriem un vadību. Vienīgi 74 gadus vecam inženierim darba devējs līcis manīt, ka labprāt atbrīvotos no vecākiem darbiniekiem. Viens no 13 atstājis darbu profesijā tai

laikā valdības ieviesto ierobežojumu dēļ strādājošiem pensionāriem saņemt arī pilnu pensiju, bet vēlāk sācis strādāt par simbolisku samaksu sabiedriskā organizācijā.

Gandrīz visi aktīvo vecumu pārsniegušie vīri izteica apmierinājumu ar savu darbu – iespēju radoši strādāt, likt lietā savu pieredzi un profesionālās zināšanas, būt cilvēku vidū un neatkarīgam. Šis vērtējums acīmredzot ir pamatā intervēto vēlmei iespējami vēlāk atstāt darbu. Savukārt neapmierinātība izteikta par valsts attieksmi pret izglītību un kultūru, ko nākas just, strādājot šais nozarēs. Vismaz vienam tikai 65 gadus vecam tas radījis šaubas par viņa darba jēgu un domas drīzumā to pārtraukt. Citi to darītu galvenokārt veselības un darbaspēju gaidāmās pazemināšanās dēļ, jo ekonomiski izdevīgāk viņuprāt ir darbu turpināt iespējami ilgāk.

Pensija gandrīz visiem ir mazāka vai vienāda ar darba samaksu. Taču saņemot kā vienu tā otru un dažiem arī papildus ienākumus no īpašuma, dzīvokļa izīrēšanas, dārza produkcijas un gadījuma darbiem, praktiski visi atzinuši, ka materiāli var iztikt, ja prot saimniekot. Tikai viens vienkārša darba veicējs novērtējis savu materiālo stāvokli zemāk – ar biežām naudas grūtībām. Viņam vienīgajam arī bijušas grūtības norēķināties par komunālajiem pakalpojumiem.

Aplūkojamajā vecāko vīru grupā vairs ne visi dzīvo ģimenē. Tikai diviem no 13 vispār nav bijuši bērni un, iespējams, arī sievas. Vēl diviem bērni gan bijuši, bet aptaujas laikā tie dzīvoja vienatnē – vai nu kā atraitņi vai šķīrušies. Bērnu skaits tikai augstāk izglītotiem caurmērā sasniedzis vidēji 2, kamēr pārējiem – par ¼ mazāk. Līdzīga atšķirība, pat pieskaitot divus pamatzglītību ieguvušo tēvu audžubērnus, vērojama visā aptaujāto kopumā. Šai reizē gan netika jautāts par tā cēloņiem, bet citos pētījumos cilvēki ar augstāko izglītību ir atzinuši par vēlamu savās ģimenēs nedaudz lielāku bērnu skaitu nekā pārējie [Zariņa ... 1995; Zvidriņš (red.) ... 1999 u.c.]. Tātad vismaz vecākajā paaudzē rīcības atšķirības atbilst vēlmēs izteiktajām.

Visi, kam ir bērni, mēdz ar tiem sazināties – citi ik nedēļu, citi – ik mēnesi un pat retāk nekā ar mazbērniem, viens – „telefona apmaksas robežās”. Nevienam no šīs grupas intervētajiem saziņas loks neaprobežojas ar ģimenes locekļiem, tiek minēti arī kaimiņi, radi, draugi, darbabiedri un interešu biedri, turklāt nevienam – tikai viena nosauktā veida paziņas. Vairāk atšķiras tikšanos biežums: cits biežāk ar radiem, cits – draugiem. Sadzīves darbus visbiežāk veic sieva – „dara visu, kas labai sievai jādara”; un nav tādu raksturojumu, kādi parādījās jaunākās grupās: „visu darām kopīgi, kas katra spēkos”. Domājams, ka tā ir vecuma izpausme – vai nu senākam ģimenes modelim atbilstoši uzskati vai sieva, būdama līdzīgā vecumā, ir jau pensijā un (pa)spēj tikt galā ar mājas rūpēm bez vienīgā palikušā pelnītāja dalības.

Dažiem remontā un malkas sagādē palīdzējuši kaimiņi, citi – dzīvodami vienatnē, tikuši ar visu galā paši. Kā ģimenes cilvēkiem, tā vieniniekiem gadījies palīdzēt arī radiem, kaimiņiem, organizācijas biedriem un draudzes locekļiem. Tikai daži pieskatījuši mazbērnus – domājams, ka daudziem tie jau pārsnieguši vecumu, kad tas vēl vajadzīgs.

Neviens no 65 gadu vecumu pārsniegušiem nodarbinātajiem nav savu veselību vērtējuši zemāk par apmierinošu, vairāki pat par labu un tikai trim no 13 kopš 50, 55 un 70 gadu vecuma ir diagnosticētas hroniskas kaites (diabēts, sirds aritmija, akmeņi urīnpūslī). Šie 3 un vēl daži rūpēs par veselību mēdz konsultēties ar ārstu, viens – arī dziednieku, cits turpretī „turas pa gabalu no dakteriem”. Veselības labā viens nesmēķē, divi atmetuši un visi tā vai citādi izmanto kustību iespējas: fiziski strādā pie mājas celtniecības vai dārzā, ik dienas pastaigājas vai vingro, soļo, sēņo, peldas sērfo, slēpo, makšķerē. Puse no viņiem atzinusi kustību nepietiekamību, minot par tās iemesliem neuzņēmību, kompānijas vai laika trūkumu, bet divi ar ārsta atzītām vainām – (ne)veselību. Citiem piekoptie kustību nodarbību un sporta veidi kā makšķerēšana, sērfošana, slēpošana, sēņošana, medības kļuvuši par vaļasprieku, vēl citi aizraujas ar kulināriju, fotografēšanu un aparātu kolekcionešanu, dārzkopību, lasīšanu. Pēdējo par vaļasprieku minējuši tikai pāris vīru ar augstāko izglītību, citādi vaļasprieku nodarbību izvēle un biežums vairāk un mazāk skolotiem šī vecuma intervētajiem neatšķiras.

Neliela starpība atkarībā no izglītības iezīmējas vienīgi kultūras patēriņā un sabiedriskā darbībā. Tikai vīriem ar pamatzglītību tā aprobežojas ar izbraukumiem ciemos. Citi – kaut arī ne visi mēdz doties izbraukumos, apmeklēt koncertus un izrādes, kino un sporta sarīkojumus, izstādes, bibliotēku. Biežāk nekā tiek darīts, vīriem kā ar augstāko tā vidējo izglītību, to kavē nevaļa, naudas trūkums, zems mākslinieciskais līmenis, iespēja gūt informāciju no TV un interneta, laukos dzīvojošam foto mīļotājam – attālums.

Sabiedriskās organizācijās darbojas tikai augstāko izglītību guvušie – puse no viņiem iesaistījušies vai ievēlēti amatos mednieku klubā, dārzkopības kooperatīvā, vēlēšanu komisijā, profesionālās apvienībās. Pagaidām var tikai minēt, vai izglītība sekmējusi daudzveidīgas intereses vai lielāku iekšējo vajadzību būt cilvēkos, likt lietā savas iemaņas vai tā ir tikai sagādīšanās. Šai intervēto grupā, piemēram, nedaudz atšķiras arī dārzu lietojums augstāk izglītotiem un pārējiem to īpašniekiem. Pirmie visi kā viens to lieto gan atpūtai, gan produkcijas patēriņam un daži arī košumam, otrie – tikai patēriņam. Toties attiecībās pret dzīvniekiem tādu atšķirību nav: visi to turētāji neatkarīgi no izglītības gūst no viņiem „protams, prieku”, „lielu prieku” un „pozitīvas emocijas”. Starp citu, divi no šāda prieka guvējiem ir to 3 aplūkojamās grupas pārstāvju vidū, kas savu veselību vērtējuši kā labu, t.i., labāku kā pārējiem.

*Ārpus mājas nestrādājošie vīri vecumā pēc 65 gadiem* peļņas darbu atstājuši dažādu iemeslu dēļ: pēc uzņēmuma likvidācijas, pavājinoties veselībai un darbaspējām 65, 66 un 69 gadu vecumā, šoferis un naktssargs – mazas izpeļņas dēļ, cūkkopis laukos – lai palīdzētu bērniem saimniekot, elektrovilciena mašīnists 61 gada vecumā – pēc darba devēja vēlēšanās, 69 gadus sasniedzis augstskolas pasniedzējs – attāluma dēļ līdz darbavietai (no Baltezera uz Rēzekni), kā arī lai atpūstos un varētu nodoties vaļaspriekam: pastaigām dabā. Ar iepriekšējo darbu vairāk bijuši apmierināti visaugstāk izglītotie, kam tas bija radošs un labā kolektīvā, kā arī vidējās kvalifikācijas speciālisti. Turpretī strādnieki ar pamatizglītību atzīmējuši dažus mazāk patīkamus darba apstākļus: būvgaldnieks darbu aukstumā un mitrumā, kā arī 10 stundu darba dienu, cūkkopis – darbu bez brīvdienām, naktssargs – pārbaudes nakts laikā par darba režīmu, šoferis – nenormēto darba laiku. Taču nevienam no viņiem šie apstākļi nav bijuši par iemeslu ne darba maiņai ne tā atstāšanai. Tie, kas darbu pārtraukuši uzņēmuma likvidācijas, darba devēja vēlmes vai mazās izpeļņas dēļ, labprāt būtu aizgājuši no darba vēlāk. Viens no augstāko izglītību ieguvušajiem 70 gadu vecumā vēl meklē jaunu darbu atbilstoši profesijai: ekonomista.

Visi, izņemot bijušo naktssargu, novērtējuši pensiju kā 50% un pat 5x mazāku par iepriekšējo darba samaksu. Tādēļ saprotams, ka sava materiālā stāvokļa vērtējumā 1/3, neraugoties uz papildu ienākumiem no meža pārdošanas, dārza produkciju un bērnu atbalstu, minējuši biežas naudas grūtības. Tomēr tikai bijušais būvgaldnieks, pat dzīvojot laukos nespēj regulāri nokārtot komunālos maksājumus. Vairums pārējo atzinuši, ka ar naudu var iztikt, prātīgi saimniekojot, un tikai viens inženieris, piepeļnīdamies ar gadījuma darbiem, dzīvo bez lielām naudas problēmām. Puse mazāk izglītoto vīru piepeļnās ar remontiem, viens no viņiem laukos – aparat ar savu zirgu mazdārziņus citiem.

Atbilstoši atšķirīgajam labklājības līmenim tiem, kas vērtējuši to augstāk ir mazāk kārotā, kam pietrūkst naudas. Vislabāk pārtikušajam ar augstāko izglītību kārotos vairāk izdot izbraukumiem; tik pat izglītotajam, kas „var iztikt” – arī izbraukumiem, grāmatām, presei un kultūras pasākumiem; tik pat pārtikušiem ar vidējo un pamatizglītību – kārumiem, vienam arī zirglietām, otram – traktoram, vēl citam presei un uzturam. „Normāli paēst un nomaksāt īri” vēlētos vistrūcīgākais; uzturam, mēbelēm un sadzīves tehnikai otrs līdzīga turības līmeņa, bet izbraukumiem, grāmatām, presei un sadzīves tehnikai – trūcīgākais no augstāk izglītotajiem.

Darba zaudējums un materiālā nodrošinājuma pasliktināšanās līdz biežām naudas grūtībām bijušajam dzelzceļa mašīnistam izraisījis veselības pasliktināšanos. Viņš un vairākums citu galvenokārt fiziskā darba veicēju savu veselību novērtējuši kā sliktu, daži no bijušajiem strādniekiem – kā apmierinošu. Savukārt neviens no augstākās kvalifikācijas darbiniekiem nav savu veselību vērtējuši zemāk kā par apmierinošu, kaut arī divi no trim jau kopš 47 un 55 gadu vecuma cieš no ārsta diagnosticētām vainām: sirds slimības un trombozes. Pēdējam no viņiem pēc pensionēšanās veselības stāvoklis uzlabojies. Tikai šie divi veselības dēļ lieto zāles, bet bijušais būvgaldnieks ar gadu desmitiem sāpošām kājām un dzīvodams parādos šī pēdējā iemesla dēļ neārstējas. Viens no pārējiem atmetis smēķēšanu, cits – vispār nesmēķē, daži – ar šādu nolūku „izkustas”, tostarp laukos „kājo no viena darba uz otru”.

Pilnīgi visi šīs grupas pilsētnieki dodas ikdienas vai iknedēļas pastaigās, bet vasarās izmanto iespējas peldēties; laucinieki – tāpat visi, kaut arī ne tik regulāri – ogo un sēņo. Nepietiekamo kustību nodarbību biežumu un intensitāti daži aizbildina ar vājo veselību, daži ar naudas trūkumu, citi – domājams patiesāk – ar neuzņēmību un viens, kas darbojas bērnu zemnieku saimniecībā, vienkārši ar negribēšanu, jo pietiek kustību dienas darbos.

Atšķirības pēc izglītības līmeņa izpaužas arī kultūras iestāžu un dažādu pasākumu apmeklējumu biežumā. Augstāk izglītotie mēdz apmeklēt – kas kino un teātri, kas grāmatu prezentācijas, kas – dažādus sarīkojumus, izņemot sporta, kas viņam neinteresē; mazāk izglītotie galvenokārt dodas ciemos, gan tikai dažas reizes gadā, viens arī citos izbraukumos, viens – koncertus, bet divi – praktiski neko. Viens no viņiem vienkārši negrib, citiem trūkst vai nu naudas, vai laika, vai veselības.

Vaļasprieki nepiemīt visiem, bet gana daudzveidīgi: mazāk turīgākajiem – šahs, zolīte, lasīšana, informācijas gūšana no radio un TV5, samērā labāk pārtikušiem – grozu pīšana, zirgi, medības un makšķerēšana, pastaigas dabā.

Visiem aplūkojamās grupas vīriem ir bijuši 1-3 bērni un daļa dzīvo kopā ar kādu vēl neprecētu no tiem vai trīspaudžu ģimenē, daži dzīvo tikai ar sievu, viens – ar citiem tuviniekiem. Kopīgiem spēkiem un ar bērnu dalību neatkarīgi no dzīvošanas vienviet vai dalīti tiek veikti arī visi sadzīves darbi. Ar to ārpus mājas vairs nenodarbināto sadzīves raksturojums atšķiras no vēl strādājošiem, kas paši mājas darbus atstājuši galvenokārt sievu rūpēm. Paši šīs grupas vīri mēdz izpalīdzēt gan bērniem sadzīves darbos un daži arī mazbērnu pieskatīšanā, gan māsām un brāļiem, un laukos – kaimiņiem.

Dārzu laukos un vistrūcīgākais rīdiniēks izmanto galvenokārt patēriņam; daži Pierīgā dzīvojošie un vidēji pārtikušie, kam tāds ir – atpūtai un košumam. Par kompanjonu, draugu un prieka devēju papildus sarga un citām specifiskām funkcijām vērtēti ne vien suņi un kaķi, bet arī zirgs.

*Pirmspensijas vecuma nodarbinātās sievietes* lielākoties strādā profesijās, kurās tās darbojušās visu mūžu vai kopš pēdējās maiņas pirms 10-30 gadiem un to vidū tikai dažas – pirms 1-3 gadiem iestādes likvidēšanas vai sašaurināšanās dēļ. Veicamie darbu veidi – visai raksturīgi Latvijas sievietēm – vairākas skolotājas, augstskolas pasniedzēja, pētniece, TV menedžere, arī programmētāja, personāldaļas vadītāja, pārdevēja, medmāsa, arhivāre, sekretāre, sociālā aprūpētāja, pavāre, apkopēja, sētniece. Gandrīz visas augstāko izglītību ieguvušās un dažas arī ar vidējo raksturo savu darbu kā radošu, atbildīgu, garīgi saspringtu, bet izturamu, praktiski visas – atzina labu darba režīmu un apstākļus, normālas, neitrālas un „ciešamas” attiecības, dažām tuvu mājām, citām – pat 10 km. Vairākas vidēji izglītotās atzinušas savu darbu par fiziski smagu: viņu vidū medmāsa, sociālā aprūpētāja, pārdevēja, sētniece, apkopēja. Tomēr neviena tāpēc nesūdzas par vāju veselību, un tikai pārdevēja iemantojusi arodam raksturīgo hronisko kaiti – paplašinātas vēnas. Biežāk hronisko vainu – osteohondrozi – iemantojušas garīga, respektīvi, sēdoša darba veicējas, kas darbu kā fiziski smagu nav vērtējušas.

Fiziskā slodze, mazā alga un vienai (pavārei) arī garās darba stundas vairumam šīs vecumgrupas nodarbināto sieviešu ar vidējo izglītību izraisījušas neapmierinātību ar darbavietu. Savukārt medmāsa, neraugoties uz darba smagumu un tālumu – ir visnotaļ apmierināta, bet jau hronisko vainu ieguvusi pārdevēja priecīga, ka vispār ir darbs.

Augstskolu savulaik beigušās ar darbu ir vairāk apmierinātas, kaut arī vienai – maza alga, dažām citām nepatīk vadības stils, vēl kādai – „nekārtība lielās lietās”.

Iegūtās izglītības līmenis, kas būtiski ietekmē veicamā darba raksturu, iespaido arī iecerēto pensionēšanās vecumu. Vidēji izglītoto vidū vairākums būtu gatavas atstāt darbu, sasniedzot oficiālo pensijas vecumu vai pat priekšlaikus un tikai viena (sētniece) iespējami vēlāk. Sievietēm ar vidējo izglītību vēlēšanos samērā drīz pensionēties izraisa ne vien varbūtējā veselības pasliktināšanās un vēlme atpūsties, bet arī niecīgais nopelnītā apjoms, kura dēļ neatmaksājas turpināt darbu, kā arī pa kādai – iespēja vairāk nodoties vaļaspriekam (adīšanai) un pieskatīt mazbērnus.

Augstāko izglītību ieguvušo vidū gatavība pensionēties, sasniedzot likumā tam noteikto vecumu, ir samērā mazāk izplatīta un saistīta gandrīz tikai ar paredzamo darbaspēju mazināšanos un vēlmi atpūsties. Citas tos pašus motīvus min, gribēdamas pensionēties iespējami vēlāk un savu veselību nebūt nevērtēdamas augstāk par tām, kas labprāt pensionētos drīzāk. Atliek secināt, ka nākotnes nodomi nav tik stingri pamatoti, lai paļautos uz to noteiktu izpildi.

Darba alga ir vienīgais ienākumu avots tikai vienai no 17 aplūkojamās grupas pārstāvēm. Vecākās no viņām, kas paspējušas noformēt pensiju pirms oficiālā pensijas vecuma kārtējā palielinājuma, saņem arī pensiju, kas gan ir mazāka par algu; vairākas – gan tikai ar augstāko

izglītību – piepelnās ar gadījuma vai papilddarbiem galvenokārt savā profesijā, viena ar rokdarbiem, vienai arī ienākums no īpašuma. Savukārt mazāk izglītotās – biežāk iegūst dārza produkciju, pa kādai – saņem atbalstu no bērniem vai sociālo palīdzību. Tomēr ienākumu avotu daudzums nenodrošina labāku materiālo stāvokli. Būtiskāks šķiet darba samaksas lielums un katrā ģimenē atšķirīgais izdevumu apjoms. Caurmērā savas labklājības vērtējums ir zemāks vidējo izglītību guvušām – puse atzīst, ka var iztikt, puse – biežās naudas grūtībās; savukārt augstskolu beigušo vidū vairākums „var iztikt”, divas trīs reizes mazāka daļa pat dzīvo bez problēmām, un tikai viena nonākusi parādos. Tieša materiālā nodrošinājuma saistība ar ienākumu avotiem vai ģimenes sastāvu nav konstatējama. No labāk pārtikušajām vienai gan bērnu nav un otrai – tikai viens, taču citas ar vienu bērnu savu labklājību vērtējušas zemāk un arī kā dzīvi parādos.

Atbilstoši caurmērā augstākam labklājības vērtējumam intervētās ar augstāko izglītību gandrīz visas spēj regulāri norēķināties par komunālajiem pakalpojumiem, bet mazāk izglīto to vidū aptuveni 1/3 to nespēj. Vienai no viņām vienīgais bērns ir bez darba, citai – abi mācās.

Labklājības līmenis (pašu vērtējumā) gan iespaido kāroto papildus izdevumu daudzumu un dažādību, kam līdz šim nav pieticis līdzekļu. Tām divām, kas dzīvo „bez īpašām problēmām” pietrūcis līdzekļu tikai izbraukumiem, tām, kas „var iztikt” gribētos kam tikai grāmatas, kam vairākiem dažādiem mērķiem: izbraukumiem, preseī, grāmatām, kultūras pasākumiem, datoram, santehnikai, mikroviļņu krāsnij; naudas grūtībās nonākušām arī uzturam, drēbēm, kārumiem, veļas mašīnai, zāles plāvējam, gāzes plītij. Biežās naudas grūtības piedzīvojušās minējušas līdzekļu trūkumu arī par galveno iemeslu retākiem par gribēto kultūras iestāžu apmeklējumiem. Šai ziņā nav būtisku atšķirību ne pēc izglītības, ne salīdzinot ar citām aptaujāto grupām.

Veselības vērtējums nevienai no vēl nodarbinātajām 55-59 gadu vecumā nav zemāks par apmierinošu, aptuveni 1/4 pat labs. Tomēr vairākām ir diagnosticēta osteohondroze, citām pat vienlaikus ar reimatismu vai miomu; vēl pa kādai cieš no astmas, nervu sistēmas traucējumiem, paplašinātām vēnām. Regulāri konsultējas ar ārstu un lieto zāles tikai daļa no intervētajām ar hroniskajām kaitēm. Viena – parādos nonākusi apkopēja atzīst, ka „nav par ko” ārstēties. Citas lieto tautas līdzekļus, viena – metāla terapiju, vairākums izglītotāko izmanto iespējas dažādos veidos izkustēties. To vidū: iknedēļas vingrošana vai peldēšana, iknedēļas vai ik mēneša pastaigas, ogošana, sēņošana, tūrisms, izbraucieni ar divriteni, dalība lauku darbos tieši izkustēšanās nolūkā.

Vairāk vai mazāk regulāri pastaigās ar vai bez lietišķa guvuma mēdz doties visas. Tomēr vairākums atzīst šo darbību nepietiekamo biežumu. Vairākas to godīgi izskaidro ar neuzņēmību, viena – dzīvodama ģimenē – ar kompānijas trūkumu, cita – pārdevēja – ar nogurumu, bet visbiežāk ar naudas un laika trūkumu.

Kultūras pasākumus un izstādes vismaz dažas reizes gadā apmeklējušas visas, vairāk par 1/3 un galvenokārt izglītotākās izmanto bibliotēku. Daļa savas kultūras aktivitātes uzskata par pietiekami biežām, izglītotākās minējušas intereses trūkumu par sporta sarīkojumiem, paretam – arī kino; citas – īpaši vidēji izglītotās skaidro samērā retos apmeklējumus ar naudas trūkumu. Lielākajai daļai šīs grupas aptaujāto ir arī savs vaļasprieks – vidēji izglītotām visbiežāk tā ir adīšana, pa kādai – lasīšana un ēst gatavošana. Augstāk izglītojamajām vaļasprieku dažādība ir lielāka: koris, vairākām – tūrisms vai cita veida ceļošana, tostarp kājām pa Latviju, prāta spēles, lauku darbi priekam, lasīšana un rokdarbi. Ar vaļaspriekiem – rokdarbu pulciņā vienai saistīta arī sabiedriskā darbība, tomēr kopumā tādā piedalās tikai augstāk izglītotās, kaut arī ne visas. Atgādināsim, ka līdzīgas līdzdalības pakāpes atšķirības piemīt arī vīriešiem.

Kopā dzīvojošās saimes sastāvs pirmspensijas vecuma sievietēm izrādās visai daudzveidīgs. Tikai aptuveni pusei tās sastāvā ir vīrs vai dzīvesdraugs, dažām no viņām ir gan dzīvesbiedrs gan neprecēti bērni vai bērna ģimene, citām – tikai neprecēts bērns, kāda 1/4 dzīvo vienatnē. Bērnu skaits caurmērā ir mazāks nekā tās pašas paaudzes vīriešiem: tikai divām (turklāt ar augstāko izglītību) to bijis 3, aptuveni vienādi bieži pa diviem vai vienam, divām to nav bijis vispār. Vidējais bērnu skaits – mazāk par 1,5. Diemžēl bez kādiem palīgiem sadzīves darbus veic ne tikai vienatnē, bet arī daļa pilnā saimē dzīvojošo. Savukārt pašas gandrīz visas piepalīdz bērniem, citiem ģimenes locekļiem, draugiem un kaimiņiem, tostarp gandrīz 1/3 piedalās mazbērnu, viena – arī svešu bērnu pieskatīšanā. Bērni, mazbērni, citi radi un tuvinieki praktiski visām veido arī saziņas loka pamatsastāvu, kaut arī reti kurai to nepapildina

draugi un/vai interešu biedri, retai – arī kaimiņi, vienai – bijušie skolēni. Tikai vienai – bez dzīvesbiedra un bērniem – priekšplānā izvirzījušies draugi un interešu biedri. Tām, kas nedzīvo kopā ar ģimenes locekļiem, biežāka sazināšanās notiek telefoniski, tiekoties tikai reizi mēnesī vai pat – dažas gadā.

Aptuveni pusei – biežāk ar vidējo nekā augstāko izglītību un neatkarīgi no saimes sastāva ir savs dārzs, un to visbiežāk mēdz izmantot vairākām vajadzībām: kas atpūtai un produkcijas pārdošanai, kas atpūtai un košumam, kas pašu patēriņam un arī pārdošanai. Kaķi vai suni mēdz turēt ne tikai tās, kam ir dārzs, un tie veic ne vien savus dabas dotos uzdevumus, bet arī „noņem stresu, dod vielu jaukām sarunām ar citiem”, sagādā „prieģīgas rūpes”, „garīgu mieru, līdzsvaru”, suns Rīgā – „izkustēšanos, dienas režīmu, laipnību”. Tikai viena kaķa saimniece, atzīstot peļu izķeršanu, veltījusi tam ne visai atzinīgus vārdus: ”spalvas, šmuce un izdevumi svaigai gaļai”. Nav gan nācies lasīt, ka tāds labvēlīgu vērtējumu pārsvars būtu veltīts ģimenes locekļiem. Vai suņi un kaķi, nerunājot pretī, kompensētu cilvēku bieži vien radītos sarūgtinājumus?

*Pirms 60 gadu vecuma darbu atstājušās* to darījušas galvenokārt veselības pasliktināšanās dēļ līdz ar pensijas vecuma sasniegšanu. Bijusī angļu valodas pasniedzēja ar nožēlu par inteligenta kolektīva atstāšanu, pavāre – uzskatīdama savu smago darbu par vairāk piemērotu jauniem, cita pārtraukusi strādāt uzņēmuma likvidācijas dēļ, zaudējot darbu vairākus gadus pirms pensijas vecuma.

Visas šīs grupas aptaujātās cieš no diagnosticētām kaitēm – vairogdziedzera darbības vājināšanās, redzes traucējumiem un ginekoloģiskas saslimšanas. Vairākas uzskata, ka pēc aiziešanas pensijā vai vienkārši „ar vecumu” pašsajūta pasliktinājusies, tieši viņas arī savu veselību vērtējušas kā sliktu. Tāpēc arī jaunu darbu, neraugoties uz pensijas nelielo apmēru – „daudz mazāku par algu” – jaunu darbu viņas nemeklē. Materiālo labklājību kā īpašas problēmas neizraisošu vērtējusi tikai viena, kura saņem arī ienākumu no īpašuma un dzīvo kopā ar pelnošu meitu. Citām jāpiedzīvo biežas naudas grūtības, tāpēc viena, dzīvojot kopā ar vīru, bērnu un mazbērniem, vēl piepelnās ar citu bērnu pieskatīšanu. Tomēr norēķināties par komunālajiem pakalpojumiem ne vienmēr izdodas laikā. Ierobežoto ienākumu dēļ mazturīgajām to pietrūkst ne vien kādai grāmatai un preseī, bet arī uzturam un drēbēm, veļas mašīnas iegādei.

Aplūkojamās grupas aptaujātās dzīvo dažāda sastāva saimēs: ar māti un neprecētu bērnu, ar bērna ģimeni, ar vīru un bērna ģimeni. Kopīgiem spēkiem tiek veikti sadzīves darbi, ar mazbērniem kopīgi dzīvojošās palīdz tos pieskatīt. Pie mājas esošo dārzu turīgākās izmanto dabas baudīšanai un fiziskam darbam, mazāk turīgās – atpūtai un arī patēriņam. Savrupmājas dārzā Rīgā mītošais kaķis pretēji daudziem citiem sagādātā prieku vietā liek baidīties, ka kāds to nesabrauc.

Visas veselības traucējumu dēļ samērā agri apmaksāto darbu atstājušās lieto zāles, tējas, vitamīnus, dodas pastaigās. Turīgākā no viņām apmeklē arī vingrošanas nodarbības, pārējās izkustas mazāk, atrunājoties kā ar vājo veselību, tā naudas trūkumu. Viena tos pašus un vēl bailes minējusi kā retu teātra apmeklējumu, ekskursiju un ciemošanās iemeslu – tikai dažas reizes gadā. Visas – bez retām tikšanās reizēm ar radiem, turpina tikties ar bijušajiem darbabiedriem un draugiem. Vaļasprieki izrādās vairāk vai mazāk saistīti ar agrāko arodu: valodas pasniedzējai – dzeja un tulkošana, bijušai sardzei- dežurantei – adīšana un grāmatas.

*Agrīnā pensijas vecuma nodarbinātās sievietes* nav aizgājušas galvenokārt no garīga un augsti kvalificēta darba. Pašas to visbiežāk raksturo kā radošu, garīgi saspringtu – dažām pat pārāk, atbildīgu, ar iespējām papildināt zinības. Darba apstākļu raksturojumi ir daudzveidīgāki: citai tik tālu no mājas, kā nedēļu jādzīvo prom no tām, citai – pārāk tuvu, dažām patīkams kolektīvs, vairākām – „ne vienmēr raisa pozitīvas emocijas” vai jāizjūt „nemotivētas prasības”. Tomēr tāda veida grūtības nevienai no aptaujātajām nav radījušas vēlmi drīzumā atstāt darbu: gandrīz visas gribētu to darīt iespējami vēlāk, kamēr vēl to atļauj veselība un darbaspēju saglabāšanās. Arī vadība darbā nav devusi mājienu atbrīvot vietu jaunākiem darbiniekiem. Dažas tomēr būtu gatavas to darīt, lai pieskatītu gaidāmos mazbērņus, lai varētu veltīt vairāk laika sev un vaļaspriekam (grāmatām un makšķerēšanai), arī niecīgās algas dēļ, kas praktiski nepārsniedz pensijas apmēru. Šī kundze, dzīvodama ar vēl strādājošo vīru un māti, vienīgā atzinusi savu labklājību par labu, respektīvi, bez problēmām. Pārējām alga vairāk vai mazāk pensiju pārsniedz, bet ar savu labklājību tās visbiežāk „var iztikt”, tikai dažas bieži nonāk

naudas grūtībās. Gadās arī, ka cenšas „strādāt, cik varēs”, jo pensija paredzama ļoti maza. Tas acīmredzot veicina darba mūža pagarinājumu.

Sesdesmit gadus sasniegušajām tāpat kā gadus piecus jaunākajām saimes sastāvs mēdz būt daudzveidīgs. Vienas, ar vīru, ar māti, ar vīru un māti, ar vīru un bērnu, trīspaaudžu saimē. Raksturīgi, ka naudas grūtībās nonākušās visas dzīvo vienatnē – atsevišķi no bērniem un iespēju robežās palīdz mazbērniem, kaut arī ne vienmēr var laikā nokārtot komunālos maksājumus. Viņas arī pieder tām nedaudzajām, kas šai vecumgrupā piepelnās ar gadījuma darbiem – muzicēšanu un līgumdarbiem atbilstoši profesijai. Vidējo izglītību guvušās šādus darbus neveic, toties biežāk izmanto dārza produkciju pašu patēriņam.

Kā jau vēl apmaksāto darbu veikt spējīgas, sadzīves darbus veic pašu un saimes locekļu spēkiem un gandrīz visas palīdz arī bērniem, brāļa mazbērniem, radiem, organizācijas biedriem, tostarp vairākas arī pieskata mazbērnus, biežāk gan vidēji izglītotās.

Savu veselību tikai viena no agrīnā pensijas vecuma nodarbinātajām vērtējusi kā sliktu (arhivārei „kājas neklausā”). Vēl dažas citas ar apmierinošu veselības stāvokli cieš no sirds nepietiekamības (kopš jaunības), 50-55 gadu vecumā iegūtas sirds kaites, muguras un citām problēmām pēc 60 gadu vecumā piedzīvotas autoavārijas. Vairākas atzinušas savu veselību pat par labu, taču vairākums no viņām nebūt neizceļas ar lielāko kustību aktivitāti vai īpašām rūpēm par veselību. Tāpat kā atbilstošā vecuma vīrieši šai pētījumā un abu dzimumu aktīvā vecuma Latvijas iedzīvotāji citā aptaujā [Eglīte ... 1993: 11-18], cilvēki mēdz pievērsties veselīgam dzīvesveidam visbiežāk tikai pēc tam, kad veselība jau sašķobījies. Mūsu aptaujātās bez diagnosticētām kaitēm mēdz pastaigāties ik nedēļu, tikai brīvdienās, neregulāri, ceļā uz darbu, katru dienu, citas tikai dažas reizes mēnesī, vasarā biežāk. Papildus pastaigām tikai pa kādai augstāk izglītotai ik dienas vingro vai ik nedēļu peld, dažas vidēji izglītotas kustību labā strādā dārzā. Savu mazkustīgumu izskaidro ne vien ar veselību, neuzņēmību, attālumu, naudas trūkumu, bet arī „dzīves stilu” un neticību kustību lietderībai. Pa vienai orientēšanās sports, makšķerēšana un pat pirts kļuvusi par vaļasprieku, taču vairākumam tādi ir sievietēm biežāk sastopamie – grāmatas, mūzika, ceļošana, fotografēšana, puķu audzēšana, filmas.

Kultūras pasākumu – izrāžu, koncertu, kino apmeklējumu, izstāžu, bibliotēku un izbraukumu uzskaitījums gan ir daudzveidīgāks nekā kustību nodarbību dažādību, bet to apmeklējumi vairumam ir retāki par pastaigām: no 3 reizēm mēnesī līdz dažām gadā. Biežāk to darīt pēc pašu vārdiem tāpat kā citās grupās kavē naudas un laika trūkums, laukos – tālums, intereses trūkums par atsevišķiem pasākumu veidiem vai piedāvāto repertuāru. Arī kāroto, bet neīstenoto pirkumu uzskaitījums praktiski neatšķiras no citām grupām: visbiežāk izbraukumi, grāmatas, prese, jaunas drēbes; pa kādai – sadzīves piederumi: mēbeles, ledusskapis, auto. Tāpat ne ar ko neizceļas 60 gadu vecumu pārsniegušo nodarbināto sieviešu saziņas loks: visām to vidū ir bērni un citi radi, bet nevienai – tie vien, atšķirīgs katrai ir galvenokārt tikšanās biežums ar tiem vai citiem radiem un paziņām. Sabiedriskās organizācijās gan iesaistījušās nedaudzas, to starpā orientieristu, kā arī pensionāru klubā. Emocionālo saskarsmi daudzām kā vairāk tā mazāk sabiedriskām papildina „kontakti ar gudru un rotaļīgu dzīvnieku”. Suņi un kaķi sniedz „dzīves prieku un veselību”, „mīļumu un uzticību”, „noņem stresu”.

*Agrīnajā pensijas vecumā vairs nestrādājošās* ārpus mājas atstājušās apmaksāto darbu jau pirms 60 gadu sasniegšanas – atbilstoši agrāk likumā noteiktajām normām, dažas 50-54 gadus uzņēmuma likvidācijas dēļ vai štatu samazināšanas dēļ. To piedzīvot nācies galvenokārt lauciniecēm un mazpilsētniecēm. Iespējams tāpēc šai agri pensijā aizgājušo grupā rīdzinieču ir neproporcionāli ļoti maz.

Agri pensionējušos intervēto vidū ir dažādu kvalifikācijas līmeņu un profesiju pārstāves: pētniece, farmaceite, pasniedzēja, pasta nodaļas priekšniece, noliktavas pārzine, pārdevēja, pieņēmēja, pastniece, lopkope, strādniece. Pēdējās savu darbu vērtējušas par fiziski smagu, bet ne tāpēc viņas pārtraukušas strādāt. Kopumā gandrīz puse būtu gribējusi turpināt algas darbu ilgāk.

Vairākas izvēlējušās labāk saņemt pensiju nekā algu, kad netika atļauts arī oficiāli pelnīt, viena – pieskatīt mazbērnus. Vēl divas atsaucas uz veselības pasliktināšanos, kaut nekādu diagnosticētu hronisku vainu viņām nav. Vairākas citas gan ir atzīmējušas kaulu un locītavu sāpes, augstu asinsspiedienu un citas „vecuma vainas”, taču nesaista tās ne ar aiziešanu no

darba, ne iepriekšējā darba raksturu. Nevienai veselības stāvoklis netraucē strādāt dārzā, kāda nav tikai vienai šai aptaujāto grupā ...

Aptuveni puse no aplūkojamās grupas pensionārēm dzīvo ar vīru vai dzīvesbiedru, pa ¼ saimes sastāvā ir arī pa neprecētam bērnam vai dzīvo vienas. Saimniekošana vairāku cilvēku saimēs ir gan taupīgāka, gan nodrošina vairākus iztikas avotus: papildus savai arī dzīvesbiedra pensija, kopīga dārza, vai zemnieku saimniecības apsaimniekošana ne vien priekam, bet arī savam patēriņam un kam – arī pārdošanai. Dažas no laikus pensijā aizgājušajām piepelnās arī ar gadījuma darbiem – līgumdarbiem savā agrākajā profesijā, ziedu pārdošanu, kosmētikas līdzekļu izplatīšanu, savu bijušo darbabiedru aizvietošanu pastā. Neraugoties uz vairākiem ienākumu avotiem, šo pensionāru vidū nav nevienas, kas dzīvotu bez problēmām: vairākums „var iztikt”, dažas bieži piedzīvo naudas grūtības, viena – nonākusi parādos. Tomēr komunālos maksājumus arī tā spēj nokārtot, kamēr dažas ar samērā augstāku savas labklājības vērtējumu – ne vienmēr. Visām pensionārēm šai grupā, izņemot vienu, ir bijuši bērni – visbiežāk divi, dažām trīs. Taču mazbērņus atbalsta nebūt ne visas – citas nemaz, citas „dažreiz”, „mazliet”, „paretam”, „cik var”. Tas tomēr netraucē ar tiem tikties vai sazināties telefoniski ik dienas, ik nedēļas vai reizi mēnesī – atkarībā no abu pušu dzīvesvietas. Tikai vienai ir iespēja izmantot ar e-pastu, citai nav pat telefona. Tas gan nav par šķērslī visām, izņemot vienu, tikties ne tikai ar radiem, bet arī draugiem, kaimiņiem, darbabiedriem.

Tā kā agrīni pensionējušos grupā vairākums dzīvo laukos savā mājā, tikai dažām no viņām mājoklī ir visas ērtības. Tomēr vairākumam, dzīvojot ar vīru vai dzīvesbiedru, citi palīgi bez viņiem un bērniem sadzīves darbos nav bijuši nepieciešami. Savukārt pašas gandrīz visas ir palīdzējušas bērniem vai radiem, retāk kaimiņiem vai draudzes locekļiem sadzīves vai lauku darbos, gandrīz puse – pieskata mazbērņus.

Būdamas darbīgas, agrīnā vecuma pensionāres savu veselību vērtējušas augstāk nekā materiālo labklājību: divas par labu, piecas par apmierinošu, un četras par sliktu. Paradoksāli, bet viena no savu veselību par labu vērtējušām un vienīgā šai grupā, kas vingro un skrien, nepietiekamo kustību nodarbību biežumu izskaidro ar – neveselību, līdzīgi dažām citām, kas veselību vērtējušas par sliktu un pastaigājas labi ja reizi nedēļā. Cita ar hroniskām vecuma kaitēm un sliktu veselību – gan strādā lauku darbus, bet citādi izkustas maz, atsaucoties uz laika trūkumu. Tas tikai lieku reizi liecina par veselības un labklājības vērtējuma, kā arī savas rīcības pamatojuma subjektivitāti, kas liedz iespēju salīdzināt dažādu cilvēku stāvokli. Taču tieši subjektīvā pašsajūta ietekmē katra indivīda lēmumus un rīcību: lielāku vai mazāku uzņēmību, gatavību darboties un arī ar cerībām veikto darbību sekmes. Vairākums šīs grupas aptaujāto apzināti rūpējas par savu veselību, tostarp zemāk savu veselību vērtējušās lieto gan ārstu ieteiktās zāles, gan tautas līdzekļus – tējas, medu, ķiplokus: pēdējos mēdz lietot arī pensionāres ar apmierinošu un pat labu veselību un visas biežāk vai retāk pastaigājas, vienu pastaigā izved suns. Citu kustību nodarbību trūkumu izskaidro gan ar neuzņēmību, gan naudas vai laika trūkumu; viena, kas pēc pašas vārdiem nedara neko, nedara to tāpēc, ka „nav vēlšanās”.

Tos pašus apstākļus vairākums minējis par iemeslu samērā reti kultūras iestāžu apmeklējumiem: tikai puse 1-2 reizes gadā apmeklējusi teātri, izstādes, bibliotēku vai devušās izbraukumos. Laucinieces biežāk par kultūras iestāžu apmeklējumiem devušās ciemos, bet arī to biežumu ierobežo attālums; Rīgā – bailes vēlu atgriezties mājās. Domājams, to pašu iemeslu dēļ vaļasprieku dažādība ir neliela: grāmatas, adīšana, dārzs, tikai vienai arī filmu skatīšanās. Tāpat tikai viena rīdziniece iesaistījusies sabiedriskā darbībā (partijā). Tādējādi jāsecina, ka agrīnā pensionēšanās ir vairāk raksturīga laukos un apdzīvojuma tips arī visvairāk ietekmējis šīs aptaujāto kategorijas dzīvesveidu.

*Aktīvo vecumu (65 gadus) pārsniegušo nodarbināto sieviešu* aptaujas kopumā izrādījās maz, un visas – Rīgā. Garīgā darba veicējas (pētniece, skolas direktore) turpina darbu profesijā, vidējās kvalifikācijas speciālistes pēc pensijas vecuma sasniegšanas nomainījušas darbu uz vienkāršāku: auklīti bērnu dārzā, sardzi, apkopēju. Pēdējā gan atzīst savu darbu par fiziski smagu, bet labi atalgotu. Pārējās pretēji – apmierinātas ar darba raksturu, darba režīmu un kolektīvu, bet vēlētos labāku apmaksu. Taču arī esošā papildina ienākumus vienlīdz ar saņemamo pensiju vai (apkopējai) daudz vairāk un tādējādi rada vēlmi strādāt iespējami ilgāk: kamēr vien atļaus darbspējas un veselība. Neraugoties uz to, tikai viena materiāli dzīvo bez īpašām problēmām, vairākums – kā pietiekami, taupīgi saimniekojot, un tikai viena – ar naudas

grūtībām. Visām bijuši bērni (kam 1, kam 2 – kā jau Rīgā), bet 3 no piecām dzīvo vienatnē, viena – ar mazbērnu un tikai viena – ar bērna ģimeni. Sadzīves darbus pilnībā veic pašu vai ģimenes spēkiem, vienīgi visām dzīvokļi prasītu remontu, ko bez vīriešiem pašu saimē īstenot izrādās par dārgu. Vairākām pietrūkst līdzekļu izbraukumiem, arī veļas mazgājamai mašīnai. Tomēr augstāko un vidējo izglītību ieguvušās dažas reizes gadā vai pat mēnesī apmeklē teātri un kino, izstādes un bibliotēku. Vienīgi sākumskolu beigušajai par to visu nav lielas intereses, un viņa dod priekšroku radu apciemošanai. Divas darbojas ar profesiju saistītās sabiedriskās organizācijās.

Atbilstoši izglītības līmenim atšķiras arī vaļasprieki: augstāk izglītotajām – ceļošana un grāmatas, vidēji izglītojamām – izbraucieni, lasīšana, peldēšana, volejbols, adīšana; sākumskolas beidzējai – darbs dārzā.

Savu veselību jaunākās (līdz 67 gadiem) un izglītotākās vērtējušas par apmierinošu, kaut arī vienai no viņām jau kopš 42 gadiem diagnosticēta 12 pirkstu zarnas čūla un ateroskleroze. Vecākās – 69 un 72 gadu vecās, kas veic mazāk kvalificētus darbus, atzinušas veselību par sliktu; abām kopš 50 gadu vecuma ir ārsta atzītas vainas – vienai osteoporoze, otram muguras sāpes. Atbilstoši tam pēdējās lieto zāles un pēc ārsta norādījumiem vingro, papildus tam viena tur kaķi, kas ne vien „gaida mājās, bet vēl noņem stresu un galvassāpes”; veselākās – tikai izmanto iespējas izkustēties: vingro, peldas, sēņo un regulāri pastaigājas.

*Sešdesmit piecu – deviņu gadus vecās vairs nenodarbinātās* kopumā pārstāvētas vairāk no laukiem un mazākām pilsētām nekā Rīgas, kas netieši raksturo nodarbinātības iespēju atšķirības dažādās valsts teritorijas daļās. Savukārt intervēto sadalījums pa 3 izglītības līmeņiem ir raksturīgs visai sešdesmitgadnieču paaudzei: visvairāk ar vidējo, mazāk ar augstāko un vismazāk – ar pamatzglītību. Atstāto darba vietu raksturs bijis atbilstošs iegūtajam kvalifikācijas līmenim: pedagoģes, zinātniece, programmētāja to atzinušas par radošu, saspringtu, bet ne visas – par pietiekami atalgotu; zootehniķe, grāmatvede, telefoniste – par saspringtu un atbildīgu; pastniece, lopkopes, strādnieces – par fiziski smagu un arī atbildīgu. Tikai viena mainījusi darbu, sasniedzot pensijas vecumu, lai vieta būtu tuvāk mājām un cerībā, ka apkopējas darbs kaulus nelauzīs. Sprototams, ka fiziski smags darbs arī lopkopēm un citām strādniecēm nav bijis patīkams, taču viņas gandarītas par saņemto atalgojumu. Saņemamā pensija gandrīz visām ir nedaudz vai pat 5 reizes mazāka par iepriekš pelnīto.

Vairākums aizgājušas no darba pirms 60 gadu vecuma, divas pat 50 gadus un abas – pieskatīt mazbērnus. Vēl cita devusi priekšroku mazbērnu pieskatīšanai, bet jau sasniedzot tā laika oficiālo pensijas vecumu – 55 gadus. Pārējām šo rīcību noteikusi gan vēlme nezaudēt pensiju, kas tolaik nepienācās vēl strādājošām, gan kā pašu par sevi saprotamu, sasniedzot pensijas vecumu; arī veselība un vēlme atpūsties. Pēdējā gan vairāk raksturīga nostrādājušām vēl ilgi pēc 60 gadu vecuma sasniegšanas. Viena no viņām atstājusi zinātnisko darbu 63 gadu vecumā tikai štatu samazināšanas dēļ un meklē jaunu vietu savā profesijā.

Pensijā dzīvodamas, aptuveni 1/3 šīs grupas aptaujāto pēc pašu vērtējuma bieži izjūt naudas grūtības, pārējās – var iztikt. Neviena neuzskata, ka varētu dzīvot bez īpašām problēmām, kaut arī tikai divām pašas pensija ir vienīgais ienākumu avots. Pārējām ģimenes budžets papildinās no vīra pensijas, piemājas saimniecības vai dārza, bērnu vai citu tuvinieku atbalsta un arī sociālās palīdzības. Dažas piepelnās ar gadījuma darbiem: muzicēšanu, bērnu pieskatīšanu, rokdarbiem un suņu izvešanu (Rīgā). Šo gadījuma darbu veicējas par biežām naudas grūtībām nesūdzas, bet tādas piedzīvo vecāmāte, kam kopā ar vīru jāuztur 4 mazbērni, jo vienīgais bērns ir miris; tāpat trūcumā dzīvo pāri, kam viens no bērniem vēl mācās vai jāpieskata mazbērni, kas neizbēgami ierobežo kādas piepelnīšanās iespējas.

Pieticīgo ienākumu dēļ kāroto izdevumu uzskaitījumā bez arī citās grupās visbiežāk minētajiem (izbraukumiem, grāmatām, preses, bagātāka uztura, drēbēm un kultūras pasākumiem) samērā biežāk minēti sadzīves priekšmeti: veļas mazgājamā mašīna, putekļu sūcējs, ledusskapis, logu rāmji.

Iespējas regulāri norēķināties par komunāliem pakalpojumiem atkarīgas vairāk no mājokļa veida nekā labklājības vērtējuma: ne vienmēr spēj norēķināties, mitinoties vairākstāvu māju dzīvokļos ar visām ērtībām. Aptuveni pusei kā savrupmājas tā dzīvokļi būtu jāremontē, tostarp gandrīz visām, kas dzīvo naudas grūtībās. Visām šīs grupas aptaujātajām, izņemot vienu, ir bijuši bērni – gandrīz pusei 2, nedaudz retāk – 1, bet arī pa 3 un 4, tomēr mazāk par pusi no

mātēm dzīvo kopā ar kādu no bērniem vai viņu ģimeni, nedaudz retāk – divatā ar vīru vai vienatnē. Šķirti no bērniem dzīvojošām jaunākajām mēdz palīdzēt sadzīves darbos, nedaudz retāk pašas izpalīdz viņiem, viena otra – kā laukos tā pilsētā – arī kaimiņiem vai savas organizācijas biedriem.

Visām lauciniecēm un katrai otrai pilsētniecei ir dārzs, ko izmanto gan atpūtai, gan ģimenes patēriņam, un tikai viena rīdziniece – vienīgi bauda dabu.

Veselība biežāk vērtēta par apmierinošu nekā sliktu, pa vienai arī laba un ļoti slikta – reizē ar diabētu un sirds mazspēju. Laikam jau likumsakarīgi, ka vairākums – cita kopš pusmūža gadiem un pat jaunības retāk sākot ar 56-65 gadiem cieš no ārsta apstiprinātām kaitēm: osteohondrozes, artrozes, locītavu deformācijas, kuņģa čūlas, hipertonijs, astmas, kataraktas. Divām, kas strādājušas visai smagu fizisku darbu, pēc aiziešanas no darba veselība uzlabojusies, vairākām citām – ar vecumu pasliktinājusies.

Dažādo vainu piemeklētās mēdz apmeklēt ārstu, retāk – dziednieku un lietot zāles, vairākas to kombinē ar izkustēšanās iespējām un cenšas vairāk kustēt, pirms vēl kāda kaite piemetusies. Šādu nodarbību vidū tikai 1/3 ietver regulāru vingrošanu, soļošanu vai peldēšanu. Biežāk tās ir ikdienas vai neregulāras pastaigas, peldes dažas reizes vasarā, ogošana, sēņošana, darbs dārzā, vienai arī iknedēļas braucieni ar divriteni. Tikai viena visai pieticīgu kustīgumu izskaidro ar slinkumu, dažas citas – ar laika vai naudas trūkumu un veselību, dažām šķiet lieki daudzveidīgāk izkustēties.

Kultūras patēriņš tāpat kā citās grupās izglītotākajām ir daudzveidīgāks un biežāks, daudzām mazāk izglītotajām to aizvieto cemošanās, ko iespaido gan nabadzība, gan laukos tālums, vienai otrai – neatkarīgi no dzīvesvietas – bailes (vēlu atgriezties). Līdzīgi ar vaļaspriekiem: augstskolu beigušajām katrai nosaukts viens vai vairāki: visbiežāk lasīšana, pa kādai – klavier spēle, mūzikas klausīšanās, krustvārdu mīklu minēšana; vidēji izglītotajām kaut vairs ne katrai tādi ir lasīšana, teātris, aušana, kulinārija, šūšana u.c. rokdarbi; pamatskolu beigušajām – tikai adīšana.

Saziņas loks šīs grupas pensionārēm ir visai daudzveidīgs neatkarīgi no izglītības vai dzīvesvietas, bet tikšanos biežumu un veidu – vairāk iespaido saimes sastāvs un, protams, katras raksturs. Vairākumam – atbilstoši dzīvesvietai laukos vai mazpilsētās ir pa kādam vai pilns komplekts dažādu mājdzīvnieku, bet attieksme pret tiem ir vairāk lietišķa nekā emocionāla, taču arī laukos piemājas saimniecībā ar cūkām, zosīm un vistām kaķis mēdz būt tas, „par ko rūpēties un apmīļot”, citā ģimenē – mazbērnu priekam.

*Pensionāres vecumā pēc 70 gadiem vairs ļoti reti mēdz būt nodarbinātas, kaut arī dažas noturējušās apmaksātā darbā līdz 70, 73 un pat 80 gadiem. Turpretī viena atstājusi darbu jau 52 gadus, lai pieskatītu mazbērnu, vairākas citas 55-56 gadu vecumā – ar vēlmi atpūsties veselības dēļ. Kā var saprast pēc pensionēšanās iemesliem, gandrīz visas vēlāk darbu atstājušās un arī dažas veselības dēļ no tā aizgājušās būtu gribējušas to darīt vēl vēlāk, jo savu darbu mīlējušas un tajā – kam darba laiks, kam kolēģi – ir bijuši patīkami.*

Pensija visām – kā jau pirms 1996. gada darbu atstājušām – ir ievērojami mazāka par iepriekš saņemto algu. Vairākumam tā ir arī vienīgais ienākumu avots – reti kurai to papildina dārza produkcija, honorāri, vīra alga vai pensija un bērnu atbalsts. Tāpēc arī tikai viena visvecākā – ar atbilstoši lielāku pensiju uzskata, ka viņai visa diezgan; vēl vienai – dzīvojot laukos nav lielu problēmu, bet pārējām – īpaši laukos ir biežas naudas grūtības un pat parādi, vai tik pat bieži un galvenokārt pilsētnieces – var iztikt. Kāroto izdevumu uzskaitījums ne ar ko neatšķiras no kādus gadus jaunāko minētā.

Sasniegtajā 70 un vairāk gadu vecumā tikai 3 no 18 vēl dzīvo kopā ar vīru, bet 1/3 – ar citiem tuviniekiem vai vienatnē, kaut arī tikai vienai no visām nav bijuši bērni. Visbiežāk šīs paaudzes aptaujātās sievietes audzinājušas pa diviem bērniem, dažas arī pa 3 un 4, vidēji – 2,3. Tāpēc visām vajadzības gadījumā sadzīves darbos palīdz ģimenes locekļi, vienīgajai bez bērniem – brālis. Arī pašas gandrīz visas vēl palīdz vai nu ģimenes locekļiem vai kaimiņiem un organizācijas locekļiem. Vairākas, kam vēl ir mazi mazbērni, tos pieskata. Saziņas lokā tikai 2/3, respektīvi, retāk nekā jaunākām pieminēti draugi, darba vai interešu biedri.

Veselība vērtēta gan trim kā laba (ieskaitot visvecāko), gan vienai – kā ļoti slikta, bet pārsvarā vienādās daļās kā apmierinoša un slikta. Pēdējām visām ir kāda diagnosticēta vecumam raksturīga vaina jau no 35-60, vienai – psoriāze – pat no 11 gadiem. Pēc

pensionēšanās tikai vienai veselība uzlabojusies, bet citai – ar visumā apmierinošu veselību – parādījusies nomāktība. Veselības labā praktiski visas lieto zāles vai tautas līdzekļus, bet kustību nodarbību dažādība un biežums būtiski sarukuši, salīdzinot ar sešdesmitgadniecēm. Tikai viena vingro katru dienu un otra – neregulāri, tikai divas soļo vai pastaigājas katru dienu. Citas apmierinās ar ogošanu, sēņošanu, neregulārām pastaigām un darbu dārzā, taču tikai retā kustību nepietiekamībā vairo savu slinkumu un neuzņēmību. Mazinās arī kultūras patēriņš – 1/3 nav minēti nekādi apmeklējumi, citām pietiek ar dažām reizēm gadā ne vien naudas trūkuma, tāluma un neveselības dēļ, bet arī neieinteresētības dēļ. Toties gandrīz visām ir mājās pieejami vaļasprieki: literāra darbība, krustvārdu mīklas, lasīšana, rokdarbi, puķkopība, bet visvecākajai – skatīšanās pa logu. Arī mājdzīvnieku raksturojumā pausts vēl mazāk jūsmas nekā vecākajām sešdesmitgadniecēm, toties jauns labums no kaķa – „silda slimās kājas”.

Kopumā nākas secināt, ka visu veidu darbīguma mazināšanās un tās koncentrēšanās mājoklī un tā tuvumā spilgtāk vērojama pēc 70 gadu vecuma sasniegšanas nekā sešdesmit pieciem. Grūti gan izvērtēt, vai tas saistīts ar pašu mūža gadu varbūtēji izraisīto darbotiespēju mazināšanos, vai ietilgušo (5-20 gadu garumā) dzīvi bez mobilizējoša profesionālā darba un saskarsmes ar plašāku cilvēku loku. Ne velti paziņu daudzumu un piederību dažādām sociālām grupām ar atbilstošu jaunas informācijas bagātību, saskarsmes veidu un sadarbības iespēju daudzveidību dēvē par sociālo kapitālu.

Zināma loma varētu būt arī sabiedrībā izplatītam un daudziem pašiem piemītošam viedoklim par it kā visu vecāko cilvēku konservatīvismu un viņiem piederīgo dzīvesveidu. Tas sekmē viņu darbības sašaurināšanu.

Septiņdesmitgadniecēm un vecākām arvien vairāk zaudējot sociālo kapitālu, mazinās arī atšķirīgo izglītības līmeņu izpausmes viņu rīcībā. Tomēr visās grupās saglabājas individuālās nostājas, rīcības un vērtējumu īpatnības, kuru izpēte tālu pārsniedz mūsu pētījuma ietvarus.

### Secinājumi

Salīdzinot pirmspensijas un pensijas vecuma darbotiespējīgo Latvijas iedzīvotāju attieksmi pret apmaksātā darba turpināšanu, viņu rosību savu ienākumu papildināšanā, veselības uzturēšanā un citās darbības jomās, izrādījās, ka aktivitātes pakāpi un gatavību to turpināt vairāk ietekmē iegūtās izglītības līmenis un nodarbinātības iespējas lielpilsētā vai laukos nekā dzimums vai vecums: vismaz līdz 70 gadiem.

Jo augstāks iegūtās izglītības līmenis un radošāka profesija, jo lielāka aptaujāto daļa pauda vēlēšanos atstāt darbu iespējami vēlāk. To diktē ne tikai pensijas necīgais apjoms un vēlēšanās papildināt savus ienākumus, bet arī vēlme likt lietā savas darbaspējas līdz to izsīkumam, vienlaikus gūstot morālu gandarījumu un apmierinot savas sociālās vajadzības pēc cilvēciskiem kontaktiem.

Izglītotāko cilvēku vidū izplatīto gatavību turpināt savu darba mūžu vēl pēc 60 gadu sasniegšanas veicina gan viņu veicamā darba pārsvarā radošais raksturs un labie darba apstākļi, gan salīdzinājumā ar smaga fiziskā darba veicējiem labāks veselības stāvoklis. Tā kā ar katru nākamo paaudzi pensijas vecumu sasniegs arvien izglītotākas paaudzes, strādāt spējīgo un gribošo īpatsvars tajās palielināsies. Turklāt arī darba tirgū visdrīzāk vēl pieaugs pieprasījums pēc garīgā darba veicējiem, kā arī sociālās prasmes labi apguvušiem mazāk kvalificētās profesijās.

Visu šo sakarību kopums veicina ne vien izglītotāko pensionāru augstāku nodarbinātību, bet arī fizisko labsajūtu, kas palīdz vēl ilgāk uzturēt labu veselību (5. tab.). Daudzo pensijas vecumu sasniegušo vēlēšanās strādāt un viņu vēl saglabājušās darbaspējas var kompensēt aktīvā vecuma iedzīvotāju skaita paredzamo mazināšanos turpmākajos gadu desmitos [Zvidriņš ... 1994; Eglīte ... 2003] un atvieglot iedzīvotāju sastāva novecošanās dēļ gaidāmās problēmas pensionāru nodrošinājumā un aprūpē.

No otras puses jāreķinās, ka palielinoties mūža gadu skaitam, katrā paaudzē neizbēgami pieaug cilvēku īpatsvars ar dažādiem veselības traucējumiem. Daļai no tiem mēdz būt zaudētas darbaspējas. Tas ierobežo tālākās pensijas vecuma paaugstināšanas iespējas, kamēr to nav sasniegušas labākos apstākļos augušas un dzīvojušas paaudzes, kuru vidū gaidāms lielāks veselību un darbaspējas saglabājušo īpatsvars, nekā tas ir kara un pēckara gados augušo vai dzimušo paaudzēs. Līdz tam brīdim iespēja darbaspējas labāk saglabājušiem papildus pensijai

saņemt arī darba samaksu, varētu noderēt par rosinājumu dzīvot iespējami veselīgi, vismaz sākot ar to dzīves posmu, kad sāk iedomāt par savu nodrošinājumu un dzīvesveidu mūža otrā pusē.

5. tabula

**Veselības pašvērtējums aptaujāto grupās pēc dzimuma, vecuma, nodarbinātības un izglītības līmeņa, 2002**

**• Self-evaluation of health among interviewed, 2002**

Nodarbošanās • Employment Vecums • Age Izglītība • Education	Vīrieši ar veselību • Men with health			Kopā • Total	Sievietes ar veselību • Women with health			Kopā • Total
	labu • good	apmierinošu • satisfactory	sliktu • bad		labu • good	apmierinošu • satisfactory	sliktu • bad	
<b>Nodarbinātie • Employed</b>								
<b>&lt;60</b>								
augstākā • higher	1	3	-	4	3	6	-	9
vidējā, pamata • secondary, basic	1	1	-	2	1	7	-	8
<b>60-64</b>								
augstākā • higher	4	5	-	9	3	8	-	11
vidējā, pamata • secondary, basic	1	1	1	2	2	1	1	4
<b>65+</b>								
augstākā • higher	2	6	-	8	-	2	-	2
vidējā, pamata • secondary, basic	1	4	-	5	-	1	2	3
<b>Kopā • Total</b>								
augstākā • higher	7	14	-	21	6	16	-	22
vidējā, pamata • secondary, basic	3	7	-	10	3	9	3	15
<b>Sadalījums % • Share in %</b>								
augstākā • higher	32,3	66,7	-	100,0	27,3	72,7	-	100,0
vidējā, pamata • secondary, basic	30,0	70,0	-	100,0	20,0	60,0	20,0	100,0
<b>Nenodarbinātie • Retired</b>								
<b>&lt;60</b>								
augstākā • higher	-	-	-	-	1	-	-	1
vidējā, pamata • secondary, basic	-	1	1	2	-	-	2	2
<b>60-64</b>								
augstākā • higher	-	1	1	2	1	1	-	2
vidējā, pamata • secondary, basic	-	4	2	6	1	4	4	9
<b>65+</b>								
augstākā • higher	-	3	-	3	1	2	2	5
vidējā, pamata • secondary, basic	-	3	4	7	-	7	5	12
<b>70+</b>								
augstākā • higher	-	-	-	-	1	2	-	3
vidējā, pamata • secondary, basic	-	-	-	-	2	5	8	15
<b>Kopā • Total</b>								
augstākā • higher	-	4	1	5	4	5	2	11
vidējā, pamata • secondary, basic	-	8	7	15	3	16	19	38
<b>Sadalījums % • Share in %</b>								
augstākā • higher	-	80,0	20,0	100,0	36,3	45,4	18,3	100,0
vidējā, pamata • secondary, basic	-	66,7	33,3	100,0	7,9	42,1	50,0	100,0

Veiktajā aptaujā iegūtais vecāko ļaužu fiziskās un sociālās aktivitātes raksturojums liecina, ka viņi labi apzinās kustību nodarbību lietderību. Tomēr vairākiem to vidū nosauktas tikai pastaigas un arī tās – pārāk neregulāras, lai nopietni sekmētu veselības uzturēšanu. Mazkustīguma skaidrojums ar naudas un laika trūkumu nešķiet pietiekami pamatots, jo pastaigas un patstāvīga vingrošana mājās nekādus lielus izdevumus neprasa, bet pēc laika izlietojuma izpētes zināms, ka aptuveni 9/10 visu vecumu Latvijas iedzīvotāju pavada TV ekrāna priekšā tik garas stundas, ka tas tālu pārsniedz katram nepieciešamo informatīvo raidījumu un arī ikdienas pastaigu normālu ilgumu [Latvijas iedzīvotāju ... 1998].

Domājams, ka tieši TV pārraidēs rādītās un skaidrotās iespējas un pieredze, kā ar vienkāršiem un lētiem līdzekļiem uzturēt savu veselību jebkura vecuma cilvēkiem, varētu sasniegt visplašāko auditoriju (protams, ja to vietā netiks piedāvātas brīnumzāļu, maksas aerobikas klubu vai svara vērotāju reklāma). Ne mazāk svarīgi būtu ieinteresēt jauniešus par veselīgu dzīvesveidu un daudzveidīgajām iespējām tā ietvaros gūt baudu un pašapliecinājumu. Tas mazinātu vecuma kaišu piedzīvošanas varbūtību un visās nozīmēs pilnvērtīgu dzīvi mūža otrā pusē.

### Avoti

Barbieri Paolo. Social Capital and Self-Employment. *International Sociology*; Vol. 18 N 4, Dec. 2003, 681-702

Dzīves apstākļi Latvijā 1999. gadā. Rīga, CSP, 2001: 233 // Living conditions in Latvia. *Norbalt II living conditions project*, Central Statistical Bureau of Latvia, 2001: 237

Dzīves apstākļu apsekojums (The Survey of Living conditions in Latvia). Rīga, CSP, 1999: 189

Eglīte P., Markausa I.M., Gņedovska I., Ivbulis B. Latvijas iedzīvotāju sastāvs, izvietojums un tā pārmaiņu izredzes XXI gadsimta 1. ceturksnī. Apcerējumi par Latvijas iedzīvotājiem / Nr. 10. Rīga: BO SIA LZA Ekonomikas institūts, 2003, 140 lpp.

Eglīte P. Veselība un citas dzīves vērtības Latvijā. *LZA Vēstis*. A daļa, 1993 – 6: 11-18

Latvijas 2000. gada tautas skaitīšanas rezultāti. Rīga, LR Centrālā statistikas pārvalde, 2002, 288 lpp.

Latvijas iedzīvotāju laika izlietojums. Rīga: CSP, LZA Ekonomikas institūts, 1998: 82

Pudule I., Grīnberga D., Rituma A., Villeruša A., Zīle S., Prattala R., Helasoja V., Puska P. Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums, 2000 (Health Behaviour of Latvian adult population). Helsinki, Finland, 2001: 148

Zariņa I. Actual and desired family models in Latvia. *Humanities and Social Sciences*. Latvia. 2(7), Riga, University of Latvia, 1995, 48-61 pp.

Zvidriņš P. (red.). Latvijas demogrāfiskās attīstības prognozes: 1998.-2025. gads. Rīga: LU Demogrāfijas centrs, 1999, 74 lpp.

## Pielikumi • Appendix

### Bērna kopšanas atvaļinājumu pilnībā neizmantojušo māšu aptauja

Aptauju veic Latvijas Zinātņu akadēmijas Ekonomikas institūta Iedzīvotāju ataudzēs pētījumu kopa. Aptaujas mērķauditorija ir sievietes, kuru mazuļi dzimuši 1998. gada otrajā pusē vai vēlāk un kuras sākušas/atsākušas strādāt, pirms bērns sasniedzis 1,5 gadu vecumu.

Lūdzam atbildēt pēc iespējas izsmelšāk. Anketa ir anonīma.

#### 1. Nosauciet, lūdzu, savu un to ģimenes locekļu vecumu, ar kuriem kopā dzīvojat:

pati \_\_\_\_\_  
 bērni \_\_\_\_\_  
 dzīvesbiedrs \_\_\_\_\_  
 vecāki \_\_\_\_\_  
 citi radnieki \_\_\_\_\_

#### 2. Jūsu nodarbošanās pirms bērna dzimšanas

darbiniece ..... 1  
 studente ..... 2  
 mājsaimniece ..... 3  
 pašnodarbinātā ..... 4  
 bezdarbiece ..... 5

#### 3. Cik mēnešu bija bērnam, kad uzsākāt/atsākāt strādāt? \_\_\_\_\_

#### 4. Kāds ir Jūsu darba režīms un slodze?

oficiāli ..... 1  
 neoficiāli ..... 2  
 pilna ..... 3  
 nepilna ..... 4  
 uz izstrādi ..... 5  
 darbs mājās ..... 6

#### 5. Kāda ir/bija darba devēja attieksme pret darbinieci ar mazu bērnu, varbūtējo vēlēšanos strādāt nepilnu darba laiku u.tml.?

#### 6. Kāpēc sakāt strādāt, kamēr vēl bija tiesības uz bērna kopšanas atvaļinājumu un pabalstu<sup>7</sup>

alga ..... 1  
 laba darba iespējas ..... 2  
 bērns paaudzies ..... 3  
 ir, kas auklē ..... 4  
 netik noņemties tikai ar bērnu ..... 5  
 nepieciešami ienākumi ..... 6  
 negribu zaudēt kvalifikāciju ..... 7

#### 7. Kas aprūpe bērnu Jūsu darba laikā?

pati, strādājot mājās, vai ņemot līdzi uz darbu ..... 1  
 aukle ..... 2  
 radi ..... 3  
 vecvecāki ..... 4

#### 8. Ja bērnu aprūpe kāds no radiem - kāpēc to uzņemas?

bija bez darba ..... 1  
 jau pensijā ..... 2  
 alga mazāka nekā mātei ..... 3

**9. Kāds ir aukles (cita pieskatītājā) darba režīms, pieskatot Jūsu bērnu?**

---



---

**10. Ka vērtējat aprūpētāja/s darbu?**

- rūpīga ..... 1  
 ar bērnu daudz, runa un rotaļājas ..... 2  
 pacietīga ..... 3

**11. Ja bērnu pieskata algota aukle, kā Jūsu ienākumi samērojami ar atalgojumu auklei?**

---



---



---



---

**12. Vadoties no savas pieredzes - kāds bērna uzraudzības veids un kāpēc būtu visveļamākais:**

- līdz 1-1,5 gadu vecumam ..... 1  
 no 1 gada līdz 2 gadiem ..... 2

**13. No kāda bērna vecuma Jūs gribētu izmantot bērnu dārzu, ja būtu tāda vēlēšanās**

---

**14. Kādu bērna kopšanas pabalsta izmaksas kārtību Jūs labprātāk izmantotu:**

- nestrādājot saņemt 80% no iepriekšējās algas līdz bērna divu gadu vecumam ..... 1  
 divus gadus saņemt pabalstu līdzšinējā apjomā (Ls 30,00), abiem vecākiem strādājot ..... 2

**15. Jūsu izglītība**

- pamata ..... 1  
 arodskolas ..... 2  
 vidējā vispārējā ..... 3  
 vidējā speciālā ..... 4  
 augstāka ..... 5

**16. Jūsu ģimenes stāvoklis**

1. vai 2. laulība ..... 1  
 neprecējusies ..... 2  
 neregistrēta kopdzīvei atraitne ..... 3  
 šķīrusies ..... 4

**17. Ka Jūs vērtējat savas ģimenes materiālo stāvokli<sup>9</sup>**

- visam pietiek, varam iekrāt bez īpašām problēmām ..... 1  
 dzīvot var, ja saimnieko saprātīgi ..... 2  
 bieži izjūtam naudas grūtības ..... 3  
 esam nonākuši parādos ..... 4

**18. Jūsu dzīvesvieta**

- Rīga ..... 1  
 cita pilsēta ..... 2  
 lauki ..... 3

**Paldies par atsaucību!**

BO SIA LZA Ekonomikas institūts  
Adrese: Akadēmijas laukums 1, Rīga, LV-1050, tālr. 7227474; 7229337

## Darbs un atpūta XXI gadsimtu sākot

Augsta dzīves kvalitāte, kādu laikiem gan katram gribētos, nozīmē strādāt ar prieku un atpūties ar baudu, turklāt nezaudējot iespēju to darīt līdz sirmam vecumam.

Lūdzam Jūs atbildēt uz virkni jautājumu, kas dotu iespēju izziņāt, cik un kā strādā un atpūšas dažādu profesiju pārstāvji XXI gadsimta sākumā, un kādi ir izplatītākie traucēkļi veselīgam darba un atpūtas samēram.

Ceram, ka Jums izrādīsies interesanti padomāt par kādu no šiem jautājumiem.

1. Ja strādājat, Jūsu amats un profesija .....

2. Ja studējat, kādā specialitātē .....

3. Kas Jums darbā ir vairāk vai mazāk svarīgs?

	Ļoti svarīgi	Svarīgi	Mazsvarīgi	Bez nozīmes
1. Pilnveidot sevi un profesionālās prasmes	1	2	3	4
2. Nodarboties ar to, kas patīk	1	2	3	4
3. Strādāt radoši	1	2	3	4
4. Gūt gandarījumu par paveikto	1	2	3	4
5. Brīvi izmantot darba laiku	1	2	3	4
6. Izvirzīties, taisīt karjeru	1	2	3	4
7. Labi pelnīt	1	2	3	4
8. Sasniegt augstu stāvokli sabiedrībā	1	2	3	4
9. Būt cilvēkos	1	2	3	4
10. Likt lietā savas spējas	1	2	3	4

4. Cik stundas Jūs faktiski strādājat pagājušās nedēļas laikā? \_\_\_\_\_ st.

5. Cik patiesi attiecībā uz Jums būtu zemāk minētie spriedumi? –  
lūdzu atbildi katrā rindā

	Tieši tā	Ne gluži	Pilnīgi pretēji
1. Mājās pilnībā pārtraucu domāt par darbu	1	2	3
2. Darbam grūti koncentrēties mājas rūpju dēļ	1	2	3
3. Jūtu, ka nepietiekami rūpējos par ģimeni darba dēļ	1	2	3
4. Darbā atpūšos no mājas rūpēm	1	2	3

5. Kāda ir fiziskā slodze Jūsu darbā? – lūdzu, atzīmējiet vienu atbilstošāko

- ļoti viegla - galvenokārt sēdošs darbs ..... 1  
 ļoti viegla, bet darbs garīgi saspringts ..... 2  
 viegla - sēdošs un stāvošs darbs, kas ietver arī staigāšanu ..... 3  
 viegla, bet darbs nogurdinošs (ilgi jāstāv, jāsprindzina uzmanība) ..... 4  
 vidēja - daudz jāstaigā, jāceļ un jāpārvieto smagumi, ..... 5  
 smags roku darbs - mežu izstrāde, smagie celtniecības darbi u.tml. .... 6

**6. Vai un cik stundu vidēji dienā Jūs pagājušajā nedēļā lietojāt minētos tehnikas līdzekļus? – lūdzu, ierakstiet skaitu katrā rindā**

	Darbā/mācībās, ceļā uz vai no	Ārpus darba/mācībām
1. Vadīju automašīnu/citu braucamo		
2. Lietoju transportu kā pasažieris		
3. Datoru		
4. TV, videomagnetofonu		
5. Elektriskos darbarīkus vai ierīces		
6. Citu (ko?)		

**7. Cik minūšu dienā Jūs parasti tērējat iešanai ar kājām, ieskaitot ceļu līdz transporta līdzeklim, vai braukšanai ar divriteni? – lūdzu, atzīmējiet vienu atbilstošāko**

- es strādāju mājās ..... 1  
 es braucu uz darbu ar automašīnu ..... 2  
 mazāk nekā 15 minūtes dienā ..... 3  
 15-30 minūtes dienā ..... 4  
 30-60 minūtes dienā ..... 5  
 vairāk par 1 stundu ..... 6

**8. Vai Jūsu labsajūtu pēdējā mēneša laikā ir traucējušas kādas no zemāk minētajām izjūtām? – lūdzu, atbildi katrā rindā**

	Vairākkārt	Vismaz reizi	Nav bijis
1. Saaukstēšanās	1	2	3
2. Nogurums, enerģijas trūkums	1	2	3
3. Sāpes kakla – plecu daļā	1	2	3
4. Viegla aizkaitināmība	1	2	3
5. Galvassāpes	1	2	3
6. Bezmiegs	1	2	3
7. Ātra aizelšanās, sāpes sirdī u.tml.	1	2	3
8. Acu sūrstēšana vai asarošana	1	2	3
9. Galvas reiboņi	1	2	3

**9. Cik bieži pēdējā gada laikā ... katrā rindiņā apvelciet, lūdzu, atbilstošo**

	ik nedēļu	vismaz reizi mēnesī	dažas reizes gadā	reizi gadā	ne reizi
1. Biju teātrī, koncertā	1	2	3	4	5
2. Trenējos sporta (trenažieru) zālē	1	2	3	4	5
3. Vingroju, citādi patstāvīgi sportoju	1	2	3	4	5
4. Spēlēju datorspēles	1	2	3	4	5
5. Izklaidējos restorānā, kafejnīcā, klubā	1	2	3	4	5
6. Dziedāju kori, spēlēju orķestrī, dejoju ansablī	1	2	3	4	5
7. Apmeklēju dievkalpojumus ( neieskaitot kāzas, bēres u. tml.)	1	2	3	4	5
8. Apmeklēju sporta pasākumus kā skatītājs (-a)	1	2	3	4	5
9. Pastaigājos dabā (sēņoju, ogoju, makšķerēju)	1	2	3	4	5
10. Nodevos rokdarbiem, citam vaļaspriekam	1	2	3	4	5
11. Interesu un papildizglītības nodarbības	1	2	3	4	5
12. Lasīju daiļliteratūru	1	2	3	4	5
13. Dejoju diskotēkās, sarīkojumos	1	2	3	4	5
14. Pabiju pie radiem (paziņām) citā pilsētā, rajonā	1	2	3	4	5
15. Brīvdienās ceļoju pa Latviju	1	2	3	4	5
16. Citu (ko?)	1	2	3	4	5

**10. Kā Jūs vērtētu savu fiziskās aktivitātes pakāpi brīvajā laikā – lūdzu, atzīmējiet vienu atbilstošāko**

- zema – pārsvarā sēdošas darbības ..... 1
- vidēja – vismaz 4 stundas nedēļā kājām, ar divriteni vai citas vieglas nodarbības ..... 2
- augsta – vismaz 4 stundas nedēļā skriešana, citas fizikultūras nodarbības, smagi dārza darbi ..... 3
- ļoti augsta – vismaz reizi nedēļā smagi treniņi vai sacensības ..... 4

**11. Cik bieži jums gadās, ka ir brīvs laiks, bet nevarat atrast sev patīkamu nodarbošanos? – lūdzu, izvēlieties vienu sev atbilstošāko atbildi**

- gandrīz vai katru dienu ..... 1
- dažas dienas nedēļā ..... 2
- dažas reizes mēnesī ..... 3
- ļoti reti, biežāk esmu laika trūkumā ..... 4
- cita atbilde ..... 5

**12. Ar ko Jūs gribētu nodarboties vairāk nekā līdz šim izdevies? – lūdzu, izlasiet visu piedāvāto un pēdējā ailē numurējiet 3 kārotākās darbības nozīmīguma secībā**

1.	Apmeklēt sporta nodarbības ar treneri	
2.	Apciemot radus un draugus citā pilsētā, pagastā	
3.	Lasīt daiļliteratūru	
4.	Ceļot	
5.	Apmeklēt teātri, kino, koncertus u. tml.	
6.	Mācīties (papildus izglītības veidos)	
7.	Dziedāt, muzicēt, nodoties mākslinieciskai jaunradei vai pašdarbībai	
8.	Tikties ar draugiem un paziņām mājas apstākļos	
9.	Patstāvīgi nodarboties ar fizikultūru (skriešanu, vingrošanu u. tml.)	
10.	Nodoties lietišķajiem vaļaspriekiem (rokdarbiem, kolekcionēšanai, foto u.c.)	
11.	Dejot, apmeklēt diskotēku	
12.	Pastaigāties dabā: makšķerēt, peldēt, sēņot, ogot	
13.	Citu (ko?) .....	

**13. Kas Jums traucē īstenot iepriekšējā jautājumā minētās vēlēšanās? – lūdzu, izlasiet visu piedāvāto un numurējiet 3 būtiskākos kavēkļus nozīmīguma secībā**

1.	Grūtības nodrošināt bērnu uzraudzību	
2.	Domstarpības ar dzīvesbiedru (- i) par atpūtas veidiem	
3.	Brīvdienu un brīvā laika nesakrītība ar dzīvesbiedru (- i)	
4.	Naudas trūkums	
5.	Nogurums	
6.	Kompānijas trūkums	
7.	Paša (pašas) neprasme organizēt savu laiku	
8.	Vecums, nepieciešamo spēju trūkums, veselība	
9.	Laika trūkums	
10.	Cits (kas?)	

**14. Vai Jūs smēķējat vai esat smēķējis(-usi) gandrīz katru dienu vismaz vienu gadu? – izvēlieties vienu atbilstošāko**

- es nekad neesmu smēķējis(-usi) ..... 1
- reizēm uzsmēķēju ..... 2
- smēķēju ik dienas \_\_\_\_\_ gadus ..... 3
- atmetu smēķēšanu pirms \_\_\_\_\_ gada/iem ..... 4
- cits variants (kāds?) ..... 5

**15. Vai Jūs dzīvojat ... izvēlieties vienu atbilstošāko atbildi**

vienatnē .....	1
ar bērniem .....	2
ar vecākiem vai vienu no tiem .....	3
ar dzīvesbiedru .....	4
ar dzīvesbiedru un bērniem .....	5
trīspaaudžu ģimenē (ar bērniem un vecvecākiem) .....	6
ar citiem tuviniekiem .....	7

**16. Kā Jūs vērtējat savu pašreizējo veselības stāvokli? – lūdz, apvelciet vienu atbilstošāko**

Ļoti labs .....	5
Labs .....	4
Apmierinošs .....	3
Slikts .....	2
Ļoti slikts .....	1

**17. Ja Jūs pēdējā gada laikā apmeklējat vai izsaucāt mājās ģimenes ārstu, tad kādā nolūkā? - lūdz, atzīmējiet visu atbilstošo**

neizsauca un neapmeklēja .....	1
profilaktiskai pārbaudei .....	2
profilaktiskai pārbaudei .....	3
kārtējā vizītē ar hronisku kaiti .....	3
saņemt norīkojumu pie speciālista .....	3
atkārtotai receptes saņemšanai .....	3
citā nolūkā (kādā?) .....	7

**18. Lūdz, norādiet savu izglītības līmeni:**

Sākumskolas (4 klases) .....	1
Pamata (9 klases vai agrākā nepilnā vidējā) .....	2
Arodskolas (bez vidējās) .....	3
Vispārējā vidējā .....	4
Vidējā speciālā (iesk. vidējo ar aroda) .....	5
Nepabeigta augstākā .....	6
Augstākā (bakalaurs, maģistrs) .....	7

**19. Jūsu dzimums – lūdz, apvelciet atbilstošo**

vīrietis .....	1
sieviete .....	2

**20. Dzimšanas gads: 19 .....****21. Jūsu dzīvesvieta – lūdz, apvelciet atbilstošo**

Rīgā .....	1
Citā pilsētā (kurā?) .....	2
Laukos (rajons?) .....	3

**Paldies!**

## BO SIA LZA Ekonomikas institūts

Adrese: Akadēmijas laukums 1, Rīga, LV-1050, tālr. 7227474; 7229337

## Aktīvā mūža garums

Latvijā – tāpat kā citviet Eiropā – pakāpeniski palielinās iedzīvotāju vidējais mūža garums un vecāko paaudžu īpatsvars. Tāpēc ir svarīgi izzināt, kādā vecumā un kādos apstākļos trešās paaudzes pārstāvji gribētu vai viņiem nācies aiziet pelnītā atpūtā un kā viņi šo mūža posmu vada.

Aicinām jūs izteikt savu viedokli vai dalīties pieredzē par darba gaitu beigām un tam sekojošo dzīves posmu. Savas atbildes uz Jūsu dzīves situācijai atbilstošiem jautājumiem, lūdzu, pierakstiet lapas labajā pusē: daļa varbūtējo atbilžu lapas kreisajā pusē domāta vienīgi kā paskaidrojums par gaidīto atbilžu raksturu un atgādinājumam par cilvēku viedokļu un pieredzes daudzveidību.

**1. Vai Jūs patreiz strādājat pastāvīgā apmaksātā/peļņas darbā?**

**2. Kāda ir/bija Jūsu profesija un amats pēdējā/patreizējā darba vietā?**

---



---



---

**3. Cik pavisam gadu esat nostrādājis apmaksātā darbā?**

---



---



---

**4. Ja nācies mainīt profesiju, kādā vecumā notika pēdējā maiņa?**

kāpēc?

---



---



---

**5. Kāds ir/bija pēdējās darba vietas raksturs?**

radošās iespējas -  
 fiziskā slodze -  
 garīgais sasprindzinājums -  
 atbildība -  
 iespējas papildināties profesijā -  
 darba laiks (režīms) -  
 darba apstākļi -  
 attālums no mājas -  
 attiecības ar priekšniecību -  
 vēl kas Jums svarīgs -

**6. Kas tajā apmierina/āja un kas – ne?**

---



---



---

**7. Vai darba devējs ir/tika licis manīt neapmierinātību ar Jūsu darbu vai vēlmi aizvietot ar kādu jaunāku/atbrīvoties no pensijas vecuma darbiniekiem?**

**8. Ja vairs nestrādājat, kādi bija iemesli Jūsu aiziešanai no darba?**

darbspēju mazināšanās, veselības pasliktināšanās,  
 vēlme atpūsties, nodoties vaļaspriekam,  
 nepieciešamība pieskatīt maz(maz)bērnus,  
 ekonomiski neatmaksājās strādāt,  
 pēc darba devēja vēlēšanās,  
 štatu samazināšanas vai uzņēmuma likvidācijas dēļ,  
 lai nezaudētu pensiju pēc tās apjoma ierobežojuma strādājošiem,  
 kas cits?

**9. Ja esat atstājis darbu, kādā vecumā tas notika?****10. Ja meklējat jaunu, tad kādu:**

attiecībā uz darba laiku,  
 režīmu,  
 attālumu no dzīvesvietas,  
 atbilstību savai profesijai,  
 atbilstību savam veselības stāvoklim.

**11. Kādā vecumā Jūs pats/i atstātu darbu?**

priekšlaicīgi,  
 sasniedzot pensijas vecumu,  
 iespējami vēlāk

**12. Ja vēl strādājat, kādu iemeslu dēļ Jūs atstātu darbu?**

darbspēju mazināšanās, veselības pasliktināšanās,  
 vēlme atpūsties, nodoties vaļaspriekam,  
 nepieciešamība pieskatīt maz(maz)bērnus,  
 ekonomiski neatmaksājās strādāt,  
 citu kādu?

**13. Ja saņemat pensiju, vai tā ir daudz mazāka par algu?****14. Vai tagad dzīvojat vienatnē vai ar kādu? –**

ar dzīvesbiedru, neprecētu bērnu, bērnu ģimeni, mazbērniem, citu tuvinieku, draugu vai draudzeni, paziņu vai ģimnieku

**15. Ja dzīvojat vienatnē, vai Jums ir bijusi sava ģimene?****16. Vai Jums bijuši bērni? Cik?**

**16.1. Ar ko tie nodarbojas? – (strādā, mācās, kopj savus bērnus, ko citu)**

**17. Kādi ir Jūsu (ģimenes) ienākumu avoti;**

sava zemnieku/piemājas saimniecība,  
 darba apmaksā – paša, honorāri,  
 darba apmaksā – dzīvesbiedra/es, honorāri,  
 pensija (visu veidu) – paša,  
 pensija dzīvesbiedra/es,  
 gadījuma darbi,  
 dārza produkcija,  
 bērnu, citu tuvinieku atbalsts,  
 sociālā palīdzība,  
 dzīvokļa (istabas) izīrēšana,  
 ienākums no īpašuma, kapitāla, noguldījumiem u.tml.

**18. Ja veicat gadījuma darbus, kādi tie mēdz būt:**

privāttundas, bērnu pieskatīšana, slimnieku kopšana, muzicēšana,  
 pasūtījumu (līgumdarbu) izpilde radošā darbā, amatniecība (rokdarbi), remonts,  
 meža produktu vākšana un pārdošana, malkas gatavošana, suņu izvešana, kas cits.

**19. Kā vērtējat savu materiālo nodrošinājumu:**

visa diezgan  
bez īpašām problēmām,  
iztikt var, ja taupīgi saimnieko,  
bieži naudas grūtības,  
parādos.

**20. Vai varat vienmēr laikā samaksāt īri un komunālos maksājumus?**

**21. Vai materiāli atbalstāt bērnus vai mazbērnus, ja tādi ir?**

**22. Vai ir kādi izdevumi, kurus Jums gribētos atļauties, bet neizdodas?**

izbraukumiem, kultūras pasākumiem, grāmatām  
preses abonēšanai, kārumiem, bagātīgākam uzturam,  
jaunām drēbēm, sadzīves piederumiem (kādiem?)

**23. Kā vērtējat savu veselību – ļoti laba, laba, apmierinoša, slikta, ļoti slikta?**

**24. Vai ir ārsta diagnosticētas hroniskas kaites, invaliditāte, kas traucē darboties (kādas?)**

---



---



---



---

**25. Ja ir, tad no kāda vecuma?**

**26. Ja nestrādājat, vai pēc aiziešanas no darba parādījās kādas pārmaiņas veselībā?**

---



---



---



---

**27. Vai un ko darāt savas veselības labā –**

regulāras konsultācijas ar ārstu, lieto ārsta ieteiktas zāles, apmeklē dziednieku, lieto tautas  
līdzekļus (kādus?), atmetis smēķēšanu, mainījis diētu (no kādas uz kādu?), izmanto izkustēšanās  
iespējas.

**28. Vai bieži pēdējā gada laikā – (gandrīz katru dienu, ik nedēļu, mēnesi, dažas reizes gadā, neregulāri)**

Pastaigājāties stundu vai ilgāk  
Ogojāt, sēņojāt,  
Makšķerējāt,  
Citu ko

**29. Kādas citas un cik bieži Jums pēdējā gada laikā bijušas kustību nodarbības – (gandrīz katru dienu, ik nedēļu, mēnesi, dažas reizes gadā, neregulāri)**

Vingrošana (vienatnē, grupā)  
Soļošana, skriešana, slēpošana  
Peldēšana, baseinā, upē, ezerā, jūrā  
Cits kas

**30. Ja neko tādu nedarāt, kas Jūs attur – veselība, neuzņēmība, kompānijas, laika vai naudas trūkums, kas cits?**

---



---

**31. Cik bieži pēdējā gada laikā esat bijis kultūras iestādēs vai sarīkojumos (ik nedēļu, dažas reizes mēnesī, dažas reizes gadā)**

Kino,  
Teātra izrādēs, koncertos,  
Izstādēs, muzejos,  
Bibliotēkā,  
Izbraukumos, ekskursijās,  
Sporta sarīkojumos,  
Cimos (ārpus savas pilsētas, pagasta)  
Citur (kur?)

**31.1. Ja neesat apmeklējis kaut ko no augstākminētā – kāpēc (katru no tiem)?**

neinteresē -  
nevaļa -  
neveselība -  
attālumš -  
naudas trūkums -  
bailes vēlu atgriezties -  
cits, kas -

**32. Vai Jums ir kāds vaļasprieks – kāds?**

**32.1. Ja ir – kopš kāda vecuma?**

**33. Ar ko mēdzat tīkties ārpus darba attiecībām – un cik bieži**

ar bērniem,  
mazbērniem  
radiniekiem,  
kaimiņiem,  
darbabiedriem,  
draugiem,  
interesu biedriem

**34. Vai bieži ar kādu no tiem sarunājaties, izmantojot tehniskos saziņas līdzekļus (telefonu, e-pastu, u.tml.)**

ar bērniem,  
mazbērniem,  
citiem radiniekiem,  
draugiem,  
interesu biedriem,  
ar ko vēl?

**35. Vai piedalāties kādās sabiedriskās aktivitātēs –**

partijā, citā sabiedriskā organizācijā, klubā, pulciņā,  
mācību grupā – kāda rakstura šis kolektīvs?

**35.1. Vai esat tur vēlētā amatā?**

**35.2. Cik bieži tiekaties?**

**36. Kāds ir Jūsu mājoklis –**

paša savrupmāja, paša vai īrēts dzīvoklis? Kurā stāvā?  
Labā stāvoklī vai remontējams?  
Vai paredzama maiņa – uz mazāku, lētāku, labāku?

**37. Vai mājoklis ir ar visām ērtībām?**

**37.1. Ja ne, kuru trūkst?**

centrālapkures,  
ūdensvada,  
karstā ūdens,  
kā cita?

**38. Vai kāds Jums mājās palīdz (dzīvesbiedrs, citi ģimenes locekļi, kaimiņi, sociālā aprūpētāja, paša apmaksāta mājkalpotāja/s)**

uzturēt kārtību,  
sagādāt malku, ūdeni,  
pienest pārtiku,  
iziet no mājas,  
mazgāt veļu,  
citu ko?(veikt remontu, apkopt lopus, izvest suni, samaksāt rēķinus utml.)

**39. Vai Jūs pats kādam bez maksas palīdzat**

pieskatīt savus mazbērnus vai svešus bērnus,  
sadzīves darbos bērniem, ģimenes locekļiem,  
sadzīves darbos kaimiņiem,  
savas organizācijas biedriem, draudzes locekļiem,  
citam kādam?

**40. Vai Jums ir dārzs pie mājas vai vasaras māja?**

**41. Kā Jūs to izmantojat –**

baudīt dabu, atpūsties svaigā gaisā,  
kopt savam priekam – košumaugiem,  
audzēt produkciju savam/ģimenes patēriņam,  
audzēt produkciju pārdošanai,  
vēl citādi

**42. Vai Jums ir mājdzīvnieki? Kādi?**

---

---

---

**42.1. Kādu labumu vai prieku no tiem gūstat?**

---

---

---

**42. Jūsu dzimums**

**43. Jūsu vecums**

**44. Jūsu izglītība**

**45. Jūsu dzīvesvieta (Rīga, cita pilsēta, lauki)**

**Paldies!**

## Threats to Reproduction of Population in Latvia and Necessary Activities to Overcome Them

### Summary

#### Population policy as part of social policy in Latvia

There is no state without its population, but in Latvia reproduction of it does not ensure replacement of generations already since the beginning of 1990 ties.

This article is devoted to the interaction between the states's social and population policy: do their goals and means correspond or not.

*Goals of social policy* use to be formulated in the documents of more common content as declarations of governments' or strategy of national development (Oct. 2003). In most of these documents promotion of the people's welfare and that of human capital are mentioned, but very rare – recovery of demographic situation. Nevertheless depopulation is not yet reverted. The problem is that each part of those documents is prepared independently by corresponding ministry and the means proposed by them use to contradict. E.g., in one part – individual's responsibility for his/her and the families welfare and in other entitlement to some forms of the states rather limited support in child-care only for parents who are not employed on full time. On such conditions parents are forced by economically reasons to limit number of their children.

It is clear from this and alike examples that there is a need for more public discussions about the determinants and consequences of the current depopulation.

*Aging of population* is actually survived by most of European and some other advanced countries. It is caused by both – extended average expectancy of life and following decrease in fertility. Up to certain stage the process helped to raise common welfare, but in advanced economies the living standard of elderly is not any more depended on one's own children's support. It leads to decrease of fertility below the replacement level, but changes in age composition of population – to lowering of welfare. To avoid it the state's support in child – rearing is necessary, taking into account all the interconnections among economic and demographic processes (Fig 1), as well as *social roles of individuals and their interaction*.

All public functions and production are maintained by specialized institutions/enterprises and their paid personnel. Contrary to that each individual during all his life fulfils several functions in different fields: economics, family, local community etc. not mention about reproduction and promotion of one's own abilities. Among all the roles in the mentioned fields only work in economics or public institutions is paid. Correspondingly job is a precondition for maintenance of all other social roles of the individual. Due to this interruptions of working life because of child-care use to cause poverty and risk for fulfillment of all other roles, needs and wishes. As mainly women are endangered in this regard, nowadays European demographers use to discuss eventual solutions in "The Basic Triangle": gender, family, labour (Fig.2).

For women only conciliation of professional work and child-rearing ensures financial independence both in actual moment and years ahead, accordingly her personal and social safety as well as higher income for family and better possibilities for the children's education.

*Necessity to promote social policy in Latvia*. Up to now in the state's family policy prevails rather patriarchal view that care during the first years of the child's life only the mother's care is to be supported. Correspondingly child-care allowance is available only to parents not employed on full time, and by tradition mostly the mothers use to leave their jobs. As allowance is only half of minimum wage (at least up to 2005) families loose in their income and caring mothers – in their competitiveness on the labour market (see more in article of Iveta Pavlina in this volume). These occur to be among the decisive determinants for limited number of children in families.

The situation could be improved on condition that the allowance is paid regardless of mother's or father's employment. In addition the nurse service and more child-care centers are to be supported by the state or municipalities. Such corrections in the state's attitude to child care and execution of family roles in modern society could come true if the meaning of social

policy also is widened: not as safety net but policy for social development including formation of human capital etc (Fig. 3).

### **Child-care breaks in employment: parent's views and experience**

Number of children in a family is the couple's choice but it is to be made in definite social conditions, including *the state's support to families*.

After delivery the families' expenditures inevitably rise but income – at least in actual situation in Latvia – use to decrease. Different kinds of support are to minimize the difference. There are 2 universal benefits in Latvia: single birth grant (appr. 1/3 of child's dowry or 2/3 in case of early check-up) and small monthly family allowance per child, which amount is fixed and proportional to order of birth. Employed mothers receive maternity benefit from social insurance for 4 months as well as sickness benefit in case of the child's illness and some reduction in taxes.

The most disputable is the amount and entitlement to child-care allowance, available up to the child's 1.5 years, but up to 3 years in very miserable amount. Up to now it is paid only to parents not employed (including those on child-care leave) or working only part time but its amount is fixed far below the minimum or growing average wages (Fig. 1 and 2).

The allowance is too small for family to live on one earner's income for several years not mention about woman's need and desire in modern society to express herself, to keep-up her competitiveness on the labour market and be economically independent. Part time employment as conciliatory solution is not possible in all the occupations and jobs. For all these reasons only some 4/5 of the mothers receive the child-care allowance (Table 1).

*A research on these parent's views and experience* was carried out by Institute of Economics in 2003 (N=100). Almost half of the interviewed live in the capital city, 2/5 – in smaller towns; some 3/4 have only 1<sup>st</sup> child; almost 4/5 of them live with spouse or friend, and mostly – separately from grandparents. Average age of these mothers was 29 years – a bit older than average (27,1), fathers correspondingly older – 31; 56% of interviewed mothers already had higher education – almost twice more than among all women in age group, 5% – undergraduates.

It shows that the longevity of child-care break in employment is especially sensitive for high – qualified persons those proportion is on the rise. 48% of these mothers have (re)started paid work before the child's 6 months of age including some – just after the maternity leave, 40% - up to 12 months, 12% before 1.5 year's age. Self-evaluation of well-being is close to that among all families with children of the same age: 31% with no problems, 52% - need to economize, 17% - often feel shortage of money (for comparison accordingly 37%, 41%, 22% in 2001).

*Employment before the end of allowed by Law child-care leave* in most of cases is officially contracted on full or part time. Some 15% others really work full time having the contract on part time: it makes possible to receive the child-care allowance as well and to earn more than is to be paid to nurse.

Income is the decisive motive for early return to the job, especially for those without a partner. For some 1/5 of the interviewed more important motives were to keep up qualification, having interesting work, employer's offer to return and desire to keep the same job. Some do not like dealing with infants and similarity of being only at home, but usually decision to interrupt the child-care leave is based on some combination of the motives.

*Employers' attitude to employees with infants* is mainly characterize as normal, especially in local branches of Western companies. Nevertheless appr. 1/10 of the interviewed had to promise, that the child will not cause any obstacles to work without any privileges – even those allowed by Labour Code. Some have felt that colleagues also dislike mothers making use of the allowed by law shorter working hours.

Precondition for employment of mothers with infants is possibility to arrange *child-care by some other*. For 55% of the interviewed the help of already retired or unemployed grandparents was available. Some 1/10 use to pay grandparents for it as much as they are able to. In some families child-care was arranged by all family members by change.

Appr. 1/3 of families were helped by the paid nurse, though earnings of some mothers hardly exceed the seem they pay to the nurse, and part of those working part time earn even less. Nevertheless more frequently payments to nurse amount to 1/3 of the mother's earnings and even less. It means that mainly high paid women tend to shorten the allowed by the Law child-care leave that corresponds to their high level of qualification.

Asked about the most desired kind of child-care the majority of the interviewed recognized being at home up to child's 1.5 years but on condition there are interruptions offered by other family members or some-body else. In any case playing with child, reading and speaking to him/her is essential. About half of parents are sure that at the age 1 or 2 years it would be preferable for the child to attend nursery and become used to other children.

The mothers recognized that it would be favorable to have in nurseries enough places for children since 1 year of age if the parents prefer or are forced to use this service. Actually only less than half of interviewed are ready to use such a possibility.

*Parent's views about the desired amount of child-care allowance and entitlement to it* are not unanimous. The survey was carried out before the discussed by the Government proposals to raise child-care allowance up to the previous wage of one of the parents and to pay it during the year on the actual conditions – only to parents not working full time.

For interviewed were offered for choice a bit different variants. Some 70% would prefer to receive 80% of previous age and to stay at home up to 2 years. Others would be ready to receive allowance of the actual small amount but on condition that both parents are employed. This variant was popular mainly in families of three generations living together. All the parents would like to have a choice to stay at work or not, as well as to have enough earnings and large enough allowance to make their decision under no economic pressure.

### **Work and rest at the beginning of XXI century**

Prolongation of one's life and working abilities is quite possible on condition that there is good balance between work and healthy enough rest. It provoked a research on burden of work in rather actual occupations of mostly sedentary mental work with active use of PC as well as modes of rest maintained by those involved and their eventual health troubles. The questionnaire was filled in by 707 respondents of both sexes picked up among representatives of occupations those proportion in labor force is on the rise (Table 1). The sample is not representative for all the employed population in Latvia.

*Working week* of most of respondents exceeds 40 h, especially at age 30-49 years (Tables 2, 3). Among most important motives to work are good earnings and possibility to have favorite occupation – for men; uphold of one's abilities and satisfaction with the results – for women (Table 5, 6). The less important for both seems to be the social status (Table 4).

Majority of respondents regardless of sex, age and occupation can not fully forget about work at home and vice versa (Tables 7.-9.). Activities at job and outside it also have a lot of common features. Proportion of respondents having used PC at work differs by occupation from 92% to 16% among workers and a great share of them spend at it more than half of working hours (Table 10). Proportion at PC users at home varies from 49 to 20% with less difference by professions and mostly up to 4 h a day (Table 11). And vice versa: the use and watching at TV is more popular and longer at home, though for 9-30% of different professionals is necessary also at work (Table 12). Usage of other electric devices is also most common at home but less often and less hours than TV (Table 13).

For representatives of the chosen occupations physical activity level at work seems to be rather low, but for those more qualified – stressful (Tables 14.-16.). It ought to be compensated by high physical activity level outside the job, using for it also the mode of travel to job. In reality 12 to 52% of different specialists except drivers use their own cars (Tables 17, 18) and 36-57% use some kind of transport as passengers (Tables 19, 20). Less than half of men and appr. half of women spent more than 30 minutes a day for travels to job on foot (Table 21).

*Leisure.* Respondents were asked to mark frequency of different leisure activities except apriori the most popular: watching TV (Tables 22, 23, 24). It turned out that for all ages and all occupations during the year's time more popular than others were visits to friends and relatives, and different outdoor activities, while different forms of entertainment seem attractive mainly

for young people, PC games – for men, additional education and handicrafts – for women. The most frequent activities occur to be weekly trainings and sporting without trainee (up to 1/4 for both sexes), and also reading – for 1/3 of women and less than 1/5 of men.

Respondents also evaluated physical activity level of their leisure (Tables 25-28). Only for appr. 30% of men and 15% of women it is recognized to be high or very high, but for some 23% of both sexes – low: especially economists, bookkeepers and medical staff. One of reasons for not active enough leisure could be lack of appropriate knowledge about diversity of leisure activities and possibilities as well as corresponding skills and habits. For almost 2/5 of men and 1/4 of women at least several times a month there have been difficulties to find an activity to enjoy – mainly for young ones (Table 29). More than half of men and 30% of women use to smoke, the proportion being higher among young people (Table 30).

Those might well be the reasons that 17 to 50% of respondents have suffered at least one of ill symptoms (Tables 32, 33, 34). Pity enough (or good for elderly) that there is small difference by age in this regard: irritability is even more frequent among young people. There is no large difference in frequency of symptoms by occupations.

*Health* of the respondents is evaluated mainly as satisfactory and good with usual difference by age and sex (Table 35, 36). Among representatives of certain occupations civil servants and different clerks happen to be the most healthy (Table 37). On average more than 2/5 of men and some 30% of women have not even visited during a year their family doctor (Table 38).

*Preferable leisure activities.* Among 3 activities which male respondents would like to enjoy more often were mentioned mainly travels and different outdoor activities while travels, performances and additional education by women (Tables 39, 40). No wonder preferences differ also by age and importance among those 3 the most preferable. For both men and women regular trainings appear to be one of more frequent among the 1<sup>st</sup> choices (Tables 41, 42, 43).

As the obstacles to maintain these desires lack of money and time as well as tiredness were mentioned more often than other (Tables 45, 48). In this regard difference by occupations is more significant than that by age. Up to 1/3 of respondents in certain groups have mentioned also lack of skills to manage one's own time – let us remember also recognized by the respondents rather frequent difficulties to find pleasant leisure activity (see Table 29). It means that in Latvia even for representatives of the chosen qualified occupations more leisure education or information on rational time use would be useful. Otherwise the increasing intensity of work and spread of sedentary kinds of it will hardly be compensated with no harm for the health of those employed.

### **Factors affecting length of active life in Latvia**

The pilot research about the length of active life was made to clarify eventual correlations between variables describing the role of employment, physical cultural, social activities and family ties in active life.

According to our research working respondents are evaluating their health better. It is better also if present or former occupations of respondents are described as creative (or with a small physical activity). Small physical activity for respondents also means 'good' working conditions. For the respondents with less creative occupation more frequent was worsening of health after leaving their job.

Most of the respondents want to pension off when the official time of pensioning comes. People without profession and those with material difficulties, illness or invalidity prefer to pension off earlier. Also working people would like to pension off earlier while those already pensioned answer they could work longer. Men and respondents living close to their work prefer to work longer. However, the hypothesis that men more hardly suffer from pensioning was not proved by the research.

Respondents answer they are quite frequently having physical activities (46% almost every day). However, it is very likely those data are underestimated because there was no adequate question for measuring everyday physical activities in countryside. There were several correlations found between frequency of physical activities and other factors, but in those cases

a probable impact from the mentioned mistake with rural respondents was possible. So those correlations are not certain.

Respondents mention health, lack of time, money, enterprise or indisposition as the most frequent reasons why people do not have (or not have enough) physical activities. However, the last reason (formulated also as 'not seeing a necessity') often is connected with cases when people have occupation where much physical work is needed.

Cultural activities are not as frequent as the physical ones – the prevailing answer is 'several times per year'. People mention lack of money (followed by health problems) as the most important reasons for not having them. Working respondents have more frequent cultural activities. However, the most important reason here probably is age – young respondents are working more frequently. Then people with high education level and those living in cities have more cultural activities. Social activities are very rare in general.

Family ties are very important: if respondents have no spouse, they more frequently live alone than with others. Older people and women more frequently live alone, but those are well known demographical tendencies. Also people in rural areas are more often alone what can be characterized by the tendencies of urbanization. Respondents in Riga more frequently live with others what could be explained with some impaction for people living in the capital.

### **Activities of people at pension age**

*Introduction.* Simultaneously with increase in longevity of human life the proportion of the main periods of certain activities has changed a lot. Schooling period has prolonged, but working life starts later and stops far before the end of one's life. Prolongation of post-working period which happened during the 2<sup>nd</sup> half of XX century provokes a question about eventual rise in activity of those retired. Active aging could be the decisive component of their health and quality of life.

*Available information and methodology of the research.* Statistical and some survey data (see in the sources) show that since the age of 50 years the proportion of people involved in paid and certain unpaid activities starts to reduce (Table 1). The state of their health also worsens step by step.

The additional research maintained by Institute of Economics in 2002.-2003. is devoted to reasons and motives for retirement as well as vital behavior of people 55 to 75 years of age for whom it is yet quite possible to maintain a lot of activities by their own choice.

The sample of those interviewed is not representative for people of the mentioned age group. The task was to get enough interviews from each of rather homogenous groups: both employed and retired men and women in each of 5 year age groups, and also with different degrees of education the share of which differs by age (Table 3). Altogether 131 persons were interviewed or filled in the questionnaire by themselves.

*Peculiarities of activities in different groups.* Most of elderly interviewed up to 70 years would prefer to retire as late as possible when abilities to work will certainly decrease. Some of these already retired were forced to do so because of ill-health, liquidation of the job, necessity to look after grandchildren. Only small proportion wanted to rest.

Among all the age groups persons with university degree are more inclined to retire later than those less educated. It is determined by the kind of job and satisfaction with it as well as by better (on average) state of health among people with higher education (Table 5). The latter could be partly determined by better conditions at job and also their rather diverse leisure activities and hobbies.

No wonder, self-evaluation of well-being is higher among those still employed, having at least 2 sources of income and more often occasional work as well. Most of already retired also use to have additional income – from farm, garden, some occasional work as well as income of other members of the household. As the employment rate decreases by the age their well-being also worsens.

Women in all the age groups over 55 years are less employed as men and some of them have retired rather early to take care of grandchildren. No men retired due to this reason but some of them use to look after them as well.

Elderly of both sexes are well informed about necessity of physical activities to keep in good health but for most of them such activities are represented by rather irregular walks, picking berries or mushrooms as well as fishing.

There were few men interviewed in their seventies but among women all kinds of activities are clearly reduced only at this age and differences by education – lessened.

*Conclusions.* It was found out, that most of people in their sixties would like to and quite able to continue paid employment. During the coming years the proportion of such people could increase, as the educational level among generations close to retirement age is higher than that of actual pensioners. It might partly compensate inevitable decrease in numbers of younger generation entering working age. Simultaneously it is necessary to stimulate regular physical activities among all generations to ensure increasing proportion of people with good health ever longer.

**OBLIGĀTAIS  
EKSEMPLĀRS**

21-

LATVIJAS NACIONĀLA BIBLIOTEKA



0304054540

**APCERĒJUMI PAR LATVIJAS IEDZĪVOTĀJIEM**

Sērijā iznākuši sējumi:

Nr. 1	Demogrāfiskā situācija Latvijas laukos un iekšējā migrācija 90.-to gadu pirmajā pusē	1997
Nr. 2	Veselības un mirstības teritoriālās atšķirības Latvijā Iedzīvotāju prognoze līdz 2015. gadam	1997
Nr. 3	Ģimenes situācija Latvijā	1999
Nr. 4	Laiks darbam un atpūtai pēcatmodas gados Latvijā	1999
Nr. 5	Latvijas darba potenciāls un tā atjaunošanās iespējas XX – XXI gs. mijā	1999
Nr. 6	Skolēnu veselības ieradumi un veselības mācības pilnveides virzieni Laika zinības veselībai	2000
Nr. 7	Atsevišķu iedzīvotāju grupu darba potenciāla izmantošanas problēmas Latvijā	2001
Nr. 8	Valas vēlmes un to īstenojums Prostitūcija Latvijā XX un XXI gadsimtu mijā	2002
Nr. 9	Ģimeņu veidošanās un valsts atbalsts ģimenēm atjaunotajā Latvijas Republikā	2003
Nr. 10	Latvijas iedzīvotāju sastāvs, izvietojums un tā pārmaiņu izredzes XXI gadsimta 1. ceturksnī	2003

---

***STUDIES OF THE LATVIAN POPULATION***

Already published volumes of the set:

Nr. 1	Latvian Rural Population and Internal Migration at the Beginning of 90-ties, XX	1997
Nr. 2	Spatial Differences of Health and Mortality in Latvia Population Projection up to 2015	1997
Nr. 3	Situation of Family in Latvia	1999
Nr. 4	Time Use in Latvia, 1996	1999
Nr. 5	Human Potential in Latvia Its Quantitative and Qualitative Reproduction at the Rise of XXI Century	1999
Nr. 6	Health Habits of Pupils and Effects of Health Classes, Riga 1999 Time Use Skills	2000
Nr. 7	Employment Problems of Particular Groups of Population in Latvia	2001
Nr. 8	Leisure Choice in Latvia Prostitution in Latvia at the Treshhold of the XXI Century	2002
Nr. 9	Family Formation and Relevant Policy in Latvia after Regaining Independence	2003
Nr. 10	Population of Latvia: Distribution and Change of it in 1st Quarter of XXI Century	2003