

# Работать меньше, чтобы работать лучше

Сверхурочная работа снижает производительность. Но почему, тем не менее, многие люди продолжают засиживаться на своем рабочем месте?

В период между 1853 и 1870 годом барон Осман приказал разрушить большую часть Парижа. Трущобы были снесены и превращены в буржуазные кварталы, а город, некогда похожий на лабиринт, превратился в упорядоченное пространство с большим количеством широких бульваров (вспомните бульвар Сен Жермен) и прямых проспектов (например, Елисейские Поля). Бедные парижане попытались было оказать сопротивление, но в конечном итоге были вынуждены отступить, их дома были снесены практически без предупреждения и с незначительной компенсацией, а иногда и вовсе без нее. Париж из города рабочего класса с чертами средневекового поселения превратился в буржуазный и современный город — и все это произошло меньше, чем за два десятилетия.

Ежегодно в августе Париж переживает еще одно стремительное превращение. Туристы заполняют его живописные улицы. Предприятия и учреждения закрываются. На улицах вместо монотонной французской речи звучит английская, итальянская и испанская разноголосица. Французские рабочие должны находиться в отпуске не менее 31 дня, и почти все они выбирают именно этот месяц для того, чтобы поехать в Канны или посетить Италию, Испанию и Грецию, где есть ласковое Средиземное море, а жизнь не останавливается, как здесь.

Некоторые, возможно, назовут это ленью, но, на самом деле, отдыхающие в течение всего августа французы пытаются таким образом отделаться от негативных последствий чрезмерно интенсивной работы. Город стремительно меняется, и то же самое можно сказать о привычном стиле работы во Франции — и отпускное время приносит свои плоды. Хотя количество рабочего времени в целом, как на подвижной шкале, соответствует тому, насколько продуктивно вы трудитесь, продолжительность работы и ее качество в определенный момент начинают находиться в обратной зависимости. Другими словами, в какой-то момент получается так, что, чем больше вы работаете, тем менее продуктивным становится ваш труд.

Так, например, увеличение продолжительности рабочего дня часто приводит к ослаблению внимания, что негативно сказывается на производительности. В качестве примера можно привести одно высказывание, которое принято называть законом Паркинсона. Он гласит: работа заполняет все отведенное для нее время. Работайте меньше, и, возможно, вы будете работать лучше.

То же самое относится и к поддержанию определенных навыков. К. Андерс Эрикссон (K. Anders Ericsson), профессор психологии Университета штата Флорида (Florida State University), провел в Берлине исследование и обнаружил, что количество времени, которое успешные музыканты уделяют каждодневной практике, оказалось, на удивление, небольшим — всего лишь 90 минут в день. На самом деле наиболее успешные музыканты не только меньше репетируют, но еще и могут немного вздремнуть в течение дня, а также устраивают перерывы в своих занятиях, когда начинают чувствовать усталость или стресс.

Давно замечено, что слишком продолжительная работа приводит к возникновению стресса, сокращающего продолжительность жизни. Это также приводит к отвлечению внимания в процессе работы, поскольку его нельзя поддерживать в течение периода, намного превышающего 50 часов в неделю. Даже Генри Форду была известна проблема слишком длительной работы, и он сократил продолжительность рабочей недели с 48 до 40 часов. Он считал, что работа свыше 40 часов в неделю приводит к тому, что рабочие начинают делать многочисленные ошибки. Об этом он рассказывает в своей биографии под названием «Моя жизнь, мои достижения» (My Life and Work).

А что если мы будем рассматривать досуг не как праздное времяпрепровождение, а как необходимое время для размышлений?

Конечно, некоторые низкооплачиваемые рабочие вынуждены работать подолгу или трудиться на нескольких работах для того, чтобы иметь возможность свести концы с концами. Но почему другие наемные работники —

включая получающих невероятно высокую заработную плату — засиживаются на работе, хотя в большинстве случаев такой необходимости для них нет?

Александра Мишель (Alexandra Michel), бывшая сотрудница компании Goldman Sachs, ставшая приглашенным профессором Пенсильванского университета (University of Pennsylvania), обнаружила, что в двух хорошо известных инвестиционных банках (она не уточнила, в каких именно) сотрудники находились на рабочем месте в среднем по 120 часов в неделю (то есть, они работали по 17 часов в день ежедневно). Это привело к тому, что они «не только перестали уделять внимание семье и здоровью», но и допоздна оставались на работе даже тогда, когда их боссы этого от них не требовали, и при этом они понимали, что работа по 16 или по 17 часов в сутки не повысит их производительность.

Мишель пришла к выводу, что упорно работающие люди засиживаются на работе не из-за «наград, наказаний и не потому, что они обязаны это делать». Скорее, они делают это, «потому что они не могут представить себе другой вариант, даже если то, что они делают, лишено смысла».

Сотрудники, которые долго остаются на работе только для того, чтобы долго оставаться на работе, выглядят довольно глупо. Возможно, причина такого поведения состоит в том, что оно производит сильное впечатление на окружающих. Занятие бизнесом предполагает интенсивную работу, что предполагает наличие хорошего характера, основательного образования, а также финансового благополучия — нынешнего или будущего. Фраза «Я не могу, я занят» направляет сигнал о том, что вы - не просто серьезный человек, *un home serieux*, но еще и важная персона.

Кроме того, во многих странах — особенно в Соединенных Штатах — люди полагают, что работа, по определению, является благородным занятием. Многие теряются в жизни без стимулирующего воздействия работы — даже если подобная ситуация не является пропорционально выгодной и не может считаться здоровой в физическом или в психологическом смысле.

Наверное, каждый согласится с Аристотелем, который сказал, что «мы работаем, чтобы иметь свободное время, от которого зависит счастье». Мотивацией для интенсивной работы сотрудников является приманка в виде беспечной жизни после ухода на пенсию. Однако подобная причинно-следственная связь часто искажается до такой степени, что мы подстраиваем свою жизнь под работу - вместо того, чтобы подстраивать работу под нашу жизнь. Широко распространено представление о том, что счастье и удовлетворенность жизнью могут быть достигнуты только с помощью упорного труда, является в большей степени основой менеджерского мифа, направленного на мотивирование сотрудников, чем очевидной философской истиной.

В своей статье «Похвала праздности» (In Praise of Idleness), опубликованной в 1932 году, британский философ Бертран Рассел корректирует эту идею и подчеркивает: вера в то, что работа — это добродетель, нанесла огромный вред». Тогда как, по его мнению, «путь к счастью и процветанию предполагает организованное сокращение работы».

Это означает, что счастье, в конечном счете, можно найти не тогда, когда человек подолгу засиживается на работе, а тогда когда он находит пути сокращения работы, даже если это означает ограничение возможности приобрести какие-то вещи или изменение некоторых оценок — в том числе отказ от представления о том, что наличие свободного времени свидетельствует о моральных изъятиях.

Экономисты уже в течение долгого времени пишут о том, как просто было бы для нас сократить количество рабочих дней по мере того, как используемые нами технологии становятся более эффективными. «Теория булавок» Адама Смита говорит о следующем: если обычно рабочему требуется восемь часов работы в день для изготовления установленного количества булавок, то изобретение способа производства, удваивающего или утраивающего скорость их производства, должно пропорциональным образом сокращать количество рабочего времени. Согласно этой теории, мы должны работать меньше, как это подтверждает великий британский экономист Джон М. Кейнс в своей работе «Экономические возможности для наших внуков» (Economic Possibilities for Our Grandchildren). Может быть, нам не удастся добиться введения 15-часовой рабочей недели, как он предлагает, однако меньшее количество рабочих часов было бы неплохой идеей.

В некоторых профессиях имеет смысл работать дольше, чем необходимо, потому что оплата производится на почасовой основе, а не оценивается заранее какой-то определенной суммой. От подобного варианта, конечно же, страдает клиент, который, в конечном итоге, оплачивает непродуктивную работу, однако в краткосрочной перспективе это удачный вариант для юридической фирмы. Кроме того, хотя переработка и приводит к резкому сокращению производительности (падение производительности ежегодно обходится американским компаниям в сумму от 450 до 550 миллиардов долларов), плюс следует добавить повышенный стресс и

болезни, тем не менее, все еще получается дешевле нанять одного сотрудника для работы по 80 часов в неделю, чем взять на работу двух человек для работы по 40 часов в неделю.

Вместе с тем некоторые компании стали отходить от подобных установок и брать на вооружение философию, которую можно выразить словами «работай меньше, работай лучше». Расположенная в Мичигане компания Menlo Innovations, занимающаяся созданием программных продуктов, неодобрительно относится к тем сотрудникам, которые набирают более 40 рабочих часов в неделю, и ее руководство рассматривает переработку не как знак преданности, а как признак неэффективности. Работа в сверхурочное время даже стала причиной нескольких увольнений в этой компании, о чем сообщила Бриджит Шульте (Brigid Schulte), автор книги «Пределная загруженность: Работа, любовь и игра, когда ни у кого нет времени» (Overwhelmed: Work, Love, and Play When No One Has the Time). В конечном итоге существует также простая причина сохранения сверхурочной работы — культурная инерция. Американцы часто засиживались на работе в прошлом, и поэтому независимо от технологий и скачков повышения эффективности мы продолжаем работать такое же количество часов, хотя это не дает ощутимого эффекта, а то и отрицательно влияет на производительность. Кроме того, все уже привыкли к определенным вещам, и поэтому потребуются смелость и некоторая степень наивности для того, чтобы стать первым человеком в офисе, который начнет сокращать количество рабочих часов «ради повышения эффективности», не опасаясь последствий.

Многие люди продолжают верить в фундаментальную значимость работы в сравнении со свободным временем: она создает определенную основу, содержит цель и определяет моральные установки. Но что если мы начнем считать досуг не праздностью, а необходимым временем для размышлений, для поиска творческих подходов, а также для сохранения мыслительных способностей и накопления энергии для будущей работы?

У Франции есть свои экономические проблемы, однако лишь менее 9% французов «задерживаются на работе очень долго» (для сравнения: 11% американцев «задерживаются на работе очень долго», тогда как в Турции процент такого рода сотрудников самый высокий — 43%). Во Франции также существует один из лучших в мире балансов между работой и жизнью. Излишняя работа, в лучшем случае, не имеет смысла, а, в худшем случае, наносит реальный ущерб. Слишком длительная работа оказывает влияние на наше физическое и психологическое здоровье, а также на количество времени, которое мы проводим с семьей; часто это объясняется нашим желанием облагородить работу и почувствовать ее плодотворность (даже если вы и не работаете плодотворно), а также стремлением сказать другим людям «Я занят», что воспринимается как показатель социального престижа.

Потребовалась серьезная работа для того, чтобы создать современный Париж. Барона Османа за его концепцию более эффективного Парижа ненавидели многие парижане: в течение 17 лет осуществления его проекта он постоянно сталкивался с негативным отношением общественности к своей работе, о чем рассказывается в книге Патриса де Монкана (Patrice de Moncan) «Париж Османа» (Le Paris d'Hausmann). Однако Осман не устраивал никаких больших перерывов в течение всего срока осуществления своего проекта, а Наполеон III призывал его к тому, чтобы он закончил все работы как можно скорее. В начале 1870-х годов он закончил Площадь Оперы (Place de l'Opéra) и готовился к началу строительства самого здания национальной оперы.

Однако после того, как Наполеон III назначил премьер-министром Эмиля Оливье (E`mile Ollivier), активного критика Османа, император попал под влияние противников Османа и отправил его в отставку. Осман поначалу испытывал серьезные трудности, он много времени проводил за границей и не появлялся на публике до конца 1870-х годов, когда он вернулся в Париж для того, чтобы вновь заняться политикой. За год до его возвращения было закончено строительство здания национальной оперы в Париже.

*Коди Делестрати, "The Atlantic", США*

Автор: Артур Скальский © inoСМИ.Ru ОБЩЕСТВО, МИР 👁 2847 19.08.2014, 10:44 📌 397

URL: <https://babr24.com/?ADE=128038> Bytes: 12868 / 12861 Версия для печати

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:  
[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

Автор текста: **Артур  
Скальский.**

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot  
Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: @bur24\_link\_bot  
эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: @irk24\_link\_bot  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: @kras24\_link\_bot  
эл.почта: [krsyar.babr@gmail.com](mailto:krsyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: @nsk24\_link\_bot  
эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)