

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2022, №2, Том 10 / 2022, No 2, Vol 10 <https://mir-nauki.com/issue-2-2022.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN222.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Сорокина, М. А. Влияние локдауна пандемии covid-19 на баланс работы и личной жизни у женщин — обзор литературы / М. А. Сорокина, Д. С. Занин // Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — Т. 10. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN222.pdf>

For citation:

Sorokina M.A., Zanin D.S. Worklife balance of women during covid-19 lockdown — literature review. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 10(2): 40PSMN222. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN222.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

Сорокина Мария Алексеевна

НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа», Москва, Россия
Факультет «Психологии»

Магистрант кафедры «Социальной психологии»

E-mail: maasorokina@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0404-3115>

Занин Дмитрий Сергеевич

НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа», Москва, Россия

Руководитель магистерской программы «Практическая психология и коучинг»

Кандидат педагогических наук, доцент

E-mail: zanin_dm@mail.ru

Влияние локдауна пандемии covid-19 на баланс работы и личной жизни у женщин — обзор литературы

Аннотация. Цель обзора: Наша цель — установить, как изменился баланс работы и личной жизни у женщин в период локдауна в целом и в сравнении с мужчинами, за счет каких факторов это произошло, и как повлияло на психическое состояние женщин. Статья является частью диссертационного исследования автора (Сорокиной М.А.).

Метод: В обзор включены 43 эмпирических исследования со всего мира, найденных систематическим поиском по ключевым словам в сервисах Google.Scholar и ELibrary на английском и русском языках за период с начала 2020 года. Выводы структурировались согласно единому списку вопросов, составленных в соответствии с целью обзора.

Результаты: Локдаун спровоцировал возрастание объема неоплачиваемого домашнего труда (хозяйство, уход за детьми, их домашнее обучение и др.) и эмоционального труда (управление атмосферой в доме), которые в большей степени легли на плечи женщин. В результате, баланс работы и личной жизни у женщин пострадал сильнее, чем у мужчин. Особенно сильно — у работающих матерей с детьми дошкольного возраста и многодетных. Они столкнулись со снижением рабочей продуктивности, удовлетворенности работой и учащенными конфликтами в семье. Испытывали высокий уровень стресса, связанный с конфликтом ролей, чувство вины по отношению к детям, фрустрацию, эмоциональное истощение, усталость, гнев, раздражение и тревогу.

Выводы: Работающие женщины с детьми являются целевой группой для разработки программ психологической поддержки, а также мер поддержки со стороны работодателей и государства. При этом, измерений, проведенных именно в России, недостаточно, чтобы сделать по стране детальные выводы. Интерпретация выводов имеющихся исследований по России

затруднена в связи с дизайном исследования или подходом к анализу данных (малой выборкой, отсутствием анализа по гендеру или наличию детей).

Ключевые слова: баланс работы и личной жизни; баланс семья-работа; локдаун; пандемия; covid-19; женщины; матери; обзор

Введение

В связи с локдауном пандемии COVID-19 возникло множество факторов для изменения баланса работы и личной жизни: переход на удаленную работу, закрытие детских садов и школ, закрытие общественных мест.

Понятие «баланса работы и личной жизни», в русском языке синонимично понятию «баланс семья-работа», в английском — «work-life balance», «work-family balance» или «WLB». Согласно M. Sirgy, WLB — это успешное выполнение рабочих и семейных ролей и получение от них удовлетворения при минимальном ролевом конфликте.

Исследования WLB до пандемии выявили следующие взаимосвязи:

- Чем выше уровень WLB, тем реже проявляются: выгорание, намерения уволиться, конфликты в семье, эмоциональное истощение, тревожность, раздражительность, враждебность, депрессия.
- Чем выше уровень WLB тем выше: удовлетворенность работой, жизнью, браком, семьей, родительством и отдыхом, состоянием физического здоровья, а также рабочая продуктивность [1].

Проведенные до пандемии исследования гендерных различий в отношении WLB показывают, что традиционные обязанности женщин, связанные с деторождением и заботой о детях, могут провоцировать конфликт работы и личной жизни [2].

Учитывая факторы, возникшие во время локдауна, и результаты предыдущих исследований, можно предполагать, что баланс работы и личной жизни во время локдауна мог пострадать, причем, у женщин — в большей степени, чем у мужчин. А также, что изменения баланса спровоцировали соответствующие изменения в психических состояниях.

С начала 2020 года по теме влияния локдауна на баланс работы и личной жизни во всем мире проведены десятки эмпирических исследований. При этом, обзоры литературы, позволяющие понять общую картину выводов, пока отсутствуют.

В этом обзоре мы отвечаем на вопросы:

- Как локдаун пандемии COVID-19 повлиял на баланс работы и личной жизни у женщин?
- За счет каких факторов это произошло?
- Каковы были изменения баланса работы и личной жизни у женщин в сравнении с мужчинами?
- Какие группы женщин оказались в наиболее уязвимом положении?
- Как произошедшие изменения повлияли на психическое состояние женщин.

Статья является частью диссертационного исследования автора (Сорокиной М.А.).

Методы исследования

В обзор были включены 43 эмпирических исследования по темам, связанным с балансом работы и личной жизни в локдаун пандемии COVID-19, найденных систематическим поиском по ключевым словам в сервисах Google.Scholar и ELibrary на английском и русском языках за период с начала 2020 года. Выводы анализировались согласно единому списку вопросов.

Для поиска исследований использовались следующие ключевые слова в различных сочетаниях:

- covid / pandemic / coronavirus;
- lockdown / work from home / WFH;
- wlb / work life balance / work life conflict;
- woman / female / mother / gender;
- review / meta analysis;
- covid / пандемия / коронавирус;
- удаленная работа;
- баланс работы и личной жизни;
- женщины / матери;
- обзор/обзор литературы.

В обзор включались исследования, соответствующие следующим критериям:

1. Язык исследования: английский или русский.
2. Тип исследования: эмпирическое (качественное либо количественное).
3. Тип источника: статья.
4. Содержание: исследует баланс работы и личной жизни в условиях локдауна пандемии COVID-19.
5. Дата публикации исследования: с начала 2020 года.

В большинстве отобранных исследований использовались структурированные онлайн опросники, в части использовался анализ дневников и полуструктурированные интервью. Двенадцать исследований были проведены на исключительно женских группах, остальные — на смешанных. Количество участников исследований варьируется от 8 до 9877 человек. Перечень исследований с указанием основных параметров представлен в таблице 1.

Оценивались следующие разделы отобранных статей: аннотация, методы и выводы. Выводы структурировались согласно списку вопросов:

- Какие факторы повлияли на WLB женщин во время пандемии?
- Как изменился уровень WLB женщин во время пандемии?
- Каковы были гендерные различия в изменении уровня WLB?
- Каковы были различия в изменении уровня WLB среди разных групп женщин?
- Какие психические состояния вызвало изменение уровня WLB?

Таблица 1

Перечень исследований, включенных в обзор

Авторы	Название	Год публикации	Страна	Метод сбора данных	Количество участников	Характеристика участников
Adisa T.A., Aiyenitaju O., Adekoya O.D.	The work-family balance of British working women during the COVID-19 pandemic	2021	Великобритания	полуструктурированное интервью	26	работающие женщины
Aksakal N.Y.	A descriptive study on work-life balance of turkish employees in various sectors during COVID-19 pandemic	2021	Турция	опрос	165	работающие мужчины и женщины из различных секторов экономики
Becker W.J., Belkin L.Y., Tuskey S.E., Conroy S.A.	Surviving remotely: How job control and loneliness during a forced shift to remote work impacted employee work behaviors and well-being	2022	США	опрос	249	работающие мужчины и женщины
Begum A., Shafaghi M., Adeel A.	Impact of job ensecurity on work-life balance during COVID-19 in India.	2022	Индия	опрос	413	работающие мужчины и женщины из различных секторов (строительство, банки, больницы, отели, школы, производство, телеком)
Benassi E., Vallone M., Camia M. & Scorza M.	Women during the Covid-19 lockdown: more anxiety symptoms in women with children than without children and role of the resilience.	2020	Италия	опрос	1030	516 работающих матерей и 514 работающих женщин без детей
Boamah S.A., Hamadi H.Y., Havaei F., Smith H., Webb F.	Striking a balance between work and play: The effects of work-life interference and burnout on faculty turnover intentions and career satisfaction.	2022	Канада	опрос	200	работающие мужчины и женщины (преподаватели школы медсестер)
Christmas A., Mackinnon C., Brincat E., Donnelly P.	Exploring the psychological impact of the COVID-19 pandemic on PICU clinicians.	2022	Великобритания	опрос	18	работающие мужчины и женщины (практикующие врачи)
Chung S.K.G., Chan X.W., Lanier P. & Wong P.	Associations between work-family balance, parenting stress, and marital conflicts during COVID-19 pandemic in Singapore.	2020	Сингапур	опрос	258	работающие родители

Авторы	Название	Год публикации	Страна	Метод сбора данных	Количество участников	Характеристика участников
Craig L., Churchill B.	Dual-earner parent couples' work and care during COVID-19.	2021	Австралия	опрос	2722	родители в семьях, где оба родителя работают
Del Boca D., Oggero N., Profeta P., Rossi M.	Women's and men's work, housework and childcare, before and during COVID-19.	2020	Италия	опрос	520	женщины с детьми в семьях, где оба родителя работают
Foster J., Samani M.N., Campbell S., Walsworth S.	Newbies vs. old-timers: University workers' differential experiences of working from home during COVID-19.	2022	Канада	опрос	6000	работающие мужчины и женщины (сотрудники семи университетов)
Giauque D., Renard K., Cornu F., Emery Y.	Engagement, exhaustion, and perceived performance of public employees before and during the COVID-19 Crisis.	2022	Швейцария	опрос	1,373	работающие мужчины и женщины (сотрудники госсектора)
Glatz A., Zisowski T.	Mobile working of administrative staff at USB Bochum GmbH and affiliated companies before and during corona-related restrictions-first results of a longitudinal study.	2022	Германия	опрос	68	работающие мужчины и женщины (административный персонал USB Bochum GmbH и аффилированных компаний)
Hennekam S., Shymko Y.	Coping with the COVID-19 crisis: Force majeure and gender performativity.	2020	Франция	опрос, интервью, анализ дневников	85	работающие мужчины и женщины
Hjálmsdóttir A., Bjarnadóttir V.S.	"I have turned into a foreman here at home": Families and work-life balance in times of COVID-19 in a gender equality paradise.	2021	Исландия	анализ дневников	37	работающие матери
İlkkaracan İ., Memiş E.	Transformations in the gender gaps in paid and unpaid work during the COVID-19 pandemic: Findings from Turkey.	2021	Турция	опрос	5793	мужчины и женщины
Kallitsoglou A., Topalli P.Z.	Coping with homeschooling and caring for children during the UK COVID-19 lockdown: voices of working mothers.	2021	Великобритания	опрос	47	работающие матери
Kalsoom Q.	Covid-19: experiences of teaching-mothers in Pakistan.	2021	Пакистан	глубинное интервью	24	работающие матери (учителя)
Karabulut V.T.	Remote work: an ally or enemy for the work-life balance?	2022	Турция и Великобритания	полуструктурированное интервью	26	работающие мужчины и женщины (ученые)

Авторы	Название	Год публикации	Страна	Метод сбора данных	Количество участников	Характеристика участников
Komari N.	Work-life balance dual career couple during covid 19 pandemic.	2021	Индонезия	опрос	100	работающие родители в семьях, где оба родителя работают
Kusairi S., Muhamad S., Razak N.A., Trapsila A.P.	The role of ICT and local wisdom in managing work-life balance during the COVID-19 pandemic: an empirical study in Malaysia.	2021	Малайзия	опрос	466	работающие мужчины и женщины
Matulevicius S.A., Kho K.A., Reisch J., Yin H.	Academic medicine faculty perceptions of work-life balance before and since the COVID-19 pandemic.	2021	США	опрос	1186	работающие мужчины и женщины (выпускники и преподаватели медицинского факультета)
Nizath S.M., Karunaratne R.A.I.C.	A gender role perspective on the impact of work from home on work-life balance: employees' experience during covid-19 pandemic in Sri Lanka.	2021	Шри Ланка	опрос	301	работающие мужчины и женщины
Okeyo D.M.R.	Challenges of work-life-balance during the Sars-Cov-2 pandemic: case study: Female professionals and their digital media practices.	2021	Дания	полуструктурированное интервью	8	работающие женщины
Palumbo R.	Let me go to the office! An investigation into the side effects of working from home on work-life balance.	2020	27 европейских стран	интервью	9877	работающие мужчины и женщины (сотрудники госсектора)
Pasla P., Asepta U., Widyaningrum S., Pramesti M., Wicaksono S.	The effect of work from home and work load on work-life balance of Generation X and Generation Y employees.	2021	Индонезия	опрос	406	работающие мужчины и женщины
Prasad K.D.V., Vaidya R.	Occupational stress and its impact on work-life balance and psychological well-being of remote working women employees in information technology enabled sector during Covid-19 pandemic: an empirical study in Hyderabad Metro.	2021	Индия	опрос	255	работающие женщины

Авторы	Название	Год публикации	Страна	Метод сбора данных	Количество участников	Характеристика участников
Rahmat N.H., Rahman S.A.S.A., Mohd D.R., Yunos N.S.A., Jasman N.H., Abdul S.S.S.	Exploring work from home amidst post-Covid.	2022	Малайзия	опрос	44	работающие мужчины и женщины
Rani T.S., Prathiba L.	A study on challenges faced by women employees working from home during covid-19.	2021	Индия	опрос	120	работающие женщины (сотрудники IT сектора)
Sandoval-Reyes J., Idrovo-Carlier S., Duque-Oliva E.J.	Remote work, work stress, and work-life during pandemic times: A Latin America situation.	2021	Колумбия, Эквадор и другие страны Латинской Америки	опрос	1285	работающие мужчины и женщины
Saxena K., Prakash M.S.	A comparative study of work life balance in engineering consultancies in NCR during COVID-19.	2022	Индия	опрос	124	работающие мужчины и женщины
Schieman S., Badawy P.J., A. Milkie M., Bierman A.	Work-life conflict during the COVID-19 pandemic.	2021	Канада	опрос	2524	работающие мужчины и женщины
Tejero L.M.S., Seva R.R., Fadrilan-Camacho V.F.F.	Factors associated with Work-Life Balance and Productivity before and during Work from Home.	2021	Филиппины	опрос	503	работающие мужчины и женщины
Toscano F., Bigliardia E., Polevayab M.V., Kamnevab E.V., Zappalaa S.	Working Remotely During the COVID-19 Pandemic: Work-Related Psychosocial Factors, Work Satisfaction, and Job Performance Among Russian Employees	2022	Россия	опрос	313	работающие мужчины и женщины
Yaish M., Mandel H., Kristal T.	Has the economic lockdown following the Covid-19 pandemic changed the gender division of labor in Israel?	2021	Израиль	опрос	1017	работающие мужчины и женщины
Yerkes M.A., André, S.C., Besamusca J.W., Kruyen P.M., Remery C.L., van der Zwan R., Geurts S.A.	'Intelligent' lockdown, intelligent effects? Results from a survey on gender (in) equality in paid work, the division of childcare and household work, and quality of life among parents in the Netherlands during the Covid-19 lockdown.	2020	Дания	опрос	1521	родители

Авторы	Название	Год публикации	Страна	Метод сбора данных	Количество участников	Характеристика участников
Yerkes M.A., Andre S., Remery C., Salin M., Hakovirta M., van Gerven M.	Unequal but balanced: Highly educated mothers' perceptions of work-life balance during the COVID-19 lockdown in Finland and the Netherlands.	2020	Финляндия, Дания	опрос	478	работающие матери с высшим образованием
Yildirim T.M., Eslen-Ziya H.	The differential impact of COVID-19 on the work conditions of women and men academics during the lockdown.	2021	Франция, Германия, Италия, Норвегия, Швеция, Турция, Великобритания и США	опрос	200	работающие мужчины и женщины (ученые)
Yüksel H.	Changing facet of work habits during coronavirus pandemic: an exploration of e-work and its implications on work-life balance for female employees.	2021	Турция	полуструктурированное интервью	14	замужние женщины (учителя)
Алёшина А.Б., Серпухова М.А.	Баланс семья-работа в условиях удалённой работы.	2020	Россия	опрос	244	работающие мужчины и женщины, имеющие семью
Ивановская А.Л.	Удаленный режим занятости в условиях пандемии: удовлетворенность работников балансом труда и личной жизни.	2021	Россия	опрос	1500	работающие мужчины и женщины
Киструга-Синкевич И.В.	Взаимосвязь между профессиональной и семейной жизнью у матерей с детьми дошкольного возраста.	2021	Россия	опрос	1047	работающие матери детей дошкольного возраста
Петракова А.В., Канонир Т.Н. & Куликова А.А.	Особенности психологического стресса у учителей в условиях дистанционного преподавания во время пандемии COVID-19.	2021	Россия	полуструктурированное интервью	14	работающие мужчины (1 чел.) и женщины (13 чел.) (учителя)

Составлено автором

Результаты

Факторы изменений WLB во время локдауна. Изменения WLB были спровоцированы карантинными мерами — переводом части сотрудников на удаленную работу, закрытием детских садов и школ. В итоге, в части случаев произошло удлинение рабочего дня, в большинстве случаев — возрастание объема домашнего труда, эмоционального труда, а также проявился конфликт ролей.

29 % российских компаний, перешедших на удаленный режим, отметили увеличение рабочих часов¹. В Великобритании, Канаде, Израиле и Индии рабочий день на удаленке удлинился на 25–47 минут². Госслужащие в 27 Европейских странах, перешедшие на удаленку, увеличили число рабочих часов в будни, начали работать по субботам, а иногда и воскресеньям [3]. Опрос 165 сотрудников организаций в Турции выявил значимое удлинение рабочего дня на удаленке [4]. Российские учителя сообщают, что объем работы возрос на несколько часов в день [5].

При переходе на удаленку, закрытии школ и детских садов все члены семьи оказались дома. На взрослых легла возросшая нагрузка работы по дому (приготовление еды, уборка и др.), ухода за детьми, который раньше осуществлялся в детском саду, и их домашнего обучения, которое раньше происходило в школе [6–9].

Работающие женщины попали в режим мультизадачности, когда работу из дома прерывают дети, домашние и семейные дела, которые нужно приоритизировать в моменте [6; 8; 10; 11].

Женщины сообщали, что стремились скрывать собственный стресс, чтобы улучшить атмосферу дома, успокоить семью и погасить конфликты. Если необходимо было перераспределить обязанности между членами семьи в связи с изменившейся ситуацией, эта работа также ложилась на женщин [10].

Дополнительными факторами стресса стали риск заражения вирусом, высокая неопределенность относительно будущего [5; 11; 12]. Переход на удаленную работу повысил одиночество, связанное с работой (job related loneliness), негативно связанное с уровнем WLB [13]. Также могло повлиять падение доходов вследствие введения карантинных мер³ и снижение качества отдыха (ограничение свободы перемещений, закрытие парков и заведений общепита, ограничение авиаперелетов).

Как изменился WLB во время локдауна. Объем нагрузки на работающих женщин превысил пределы, в которых возможен баланс работы и личной жизни [14]. Исследования, проведенные на исключительно женских группах, показывают, что женщины столкнулись со снижением WLB и проявлениями конфликта ролей [3; 6–10; 15–21].

¹ Исследование показало изменение длительности рабочего дня на "удаленке". (2020). Работа.ру <https://1prime.ru/News/20200521/831484163.html>.

² Исследование Atlassian: переход на удаленную работу вызвал увеличение рабочего дня за счёт свободных часов. (2020). Atlassian <https://habr.com/ru/news/t/527132/>.

³ Исследование: большинство компаний ожидает падения доходов. (2020). ПРАВО.ру <https://pravo.ru/news/221204/>. Агеева, О. (2020). Более половины россиян сообщили о сокращении доходов во время эпидемии. RBC. <https://www.rbc.ru/economics/12/05/2020/5eba75ee9a79475845f7f7ab>

Исследования, проведенные на группах, включающих как женщин, так и мужчин, показали различные результаты: снижение WLB и усугубление конфликта ролей⁴ [22; 23], отсутствие изменений [24; 25] и даже повышение WLB [26–29]. Эти различия могут объясняться различными пропорциями мужчин и женщин (а также женщин имеющих детей) в выборках этих исследований.

Как распределилась нагрузка между мужчинами и женщинами. Исследования гендерных различий влияния локдауна на WLB, в основном, показывают, что дополнительная нагрузка, связанная с работой по дому, уходом за детьми и их домашним обучением, в большей степени легла на женщин⁵ [3; 7; 14; 30–35], даже в Исландии (одной из самых прогрессивных стран по показателям гендерного равенства) [10]. В Великобритании женщины проводили за заботой о детях на 77 % больше времени, чем мужчины [11]. Количество работы по дому, выполняемой женщинами, не зависело от графика работы их партнера [36].

Несколько исследований сообщают об отсутствии гендерных различий в изменении уровня WLB в результате локдауна [15; 18; 25], однако в них отсутствует анализ по параметру наличия или отсутствия детей. Их результаты могут объясняться меньшей пропорцией женщин, имеющих семью и детей, в выборках.

Ряд исследований сообщает о более высоком уровне WLB у женщин по сравнению с мужчинами [4; 29; 37], однако здесь также нет анализа по параметру наличия детей. Плюс в этой группе исследований заменяли абсолютный уровень WLB, а не его изменение в результате локдауна.

На какие группы женщин пришлась главная нагрузка. Наибольшим негативным изменениям WLB подверглись работающие женщины, имеющие несовершеннолетних детей [9; 31; 32; 38; 39]. Сильнее всего конфликт работы и личной жизни проявляется с детьми дошкольного возраста, слабее — с детьми с 7 до 12 лет, еще слабее — с детьми с 14 до 17 лет, и еще слабее, если в семье нет детей [18; 19; 36; 39]. В семьях с тремя детьми он проявляется сильнее, чем с одним–двумя детьми [29].

У женщин с детьми конфликт проявляется слабее при наличии партнера и/или частичной занятости [19]. У женщин без детей конфликт проявляется слабее при отсутствии партнера [4; 9].

Последствия снижения WLB для женщин. Переход на удаленку во время локдауна для женщин был связан со снижением рабочей продуктивности [39], удовлетворенности работой [3; 17], усилением намерений уволняться [40], учащенными конфликтами в семье [30]. Они испытывали:

- Высокий уровень стресса, связанный с конфликтом работы и личной жизни, неопределенностью относительно будущего [10; 11; 16; 17; 31; 41; 42].
- Чувство вины, связанное с тем, что они не справляются со всеми обязанностями в том числе в отношении детей [10; 11; 30].
- Фрустрацию, эмоциональное истощение, усталость, перегруженность, гнев, раздражение и тревогу [6; 10; 38; 42; 43].

⁴ Exploring the psychological impact of the COVID-19 pandemic on PICU clinicians / A. Christmas, C. Mackinnon, E. Brincat et al. // NHS Greater Glasgow and Clyde — 2022. https://na.eventscloud.com/file_uploads/c2fe0c5f0d25dda68eb1d4eb3e724b2b_P4.pdf.

⁵ Okeyo D.M.R. Challenges of work-life-balance during the sars-cov-2 pandemic: case study: female professionals and their digital media practices: master's thesis / Malmö University, Faculty of Culture and Society — 2021. — 78 с. <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:mau:diva-44310>.

Эти эффекты соответствуют ожиданиям на основании исследований взаимосвязей WLB с параметрами рабочей и нерабочей жизни, а также психическими состояниями, проведенных до пандемии.

Обсуждение

На основании результатов исследования можно предполагать, что женщины с несовершеннолетними детьми, особенно дошкольного возраста, являются целевой группой для разработки программ индивидуальной и групповой психологической поддержки. Эта же группа нуждается в мерах поддержки со стороны работодателей (в том числе, возможности гибкого графика и неполной занятости) и мерах государственной поддержки.

В дальнейших исследованиях по теме изменений баланса работы и личной жизни стоит проводить анализ полученных данных по гендеру и наличию детей, иначе выводы не всегда поддаются интерпретации.

Измерений, проведенных именно в России, недостаточно, чтобы сделать детальные выводы по стране. Во большинстве найденных нами исследований интерпретация выводов затруднена в связи с малой выборкой [5], отсутствием анализа по гендеру [29] и наличию детей [37].

ЛИТЕРАТУРА

1. Sirgy M. Work-life balance: an integrative review / M. Sirgy, Dj. Lee // *Applied Research Quality Life*. — 2018. — № 13. — С. 229–254 <https://doi.org/10.1007/s11482-017-9509-8>.
2. Vasumathi A. Work life balance of women employees: a literature review / A. Vasumathi // *International Journal of Services and Operations Management*. — 2018. — Т. 29. — № 1. — С. 100–146.
3. Palumbo R. Let me go to the office! An investigation into the side effects of working from home on work-life balance / R. Palumbo // *International Journal of Public Sector Management*. — 2020. <https://doi.org/10.1108/IJPSM-06-2020-0150>.
4. Aksakal N.Y. A descriptive study on work-life balance of Turkish employees in various sectors during covid-19 pandemic / N.Y. Aksakal // *Journal of Research in Business*. — 2021. — Т. 6. — № 2. — С. 494–510. <https://doi.org/10.54452/jrb.970545>.
5. Петракова А.В. Особенности психологического стресса у учителей в условиях дистанционного преподавания во время пандемии COVID-19 / А.В. Петракова, Т.Н. Канонир, А.А. Куликова // *Вопросы образования*. — 2021. — № 1.
6. Adisa T.A. The work-family balance of British working women during the COVID-19 pandemic / T.A. Adisa, O. Aiyenitaju, O.D. Adekoya // *Journal of Work-Applied Management*. — 2021. <https://doi.org/10.1108/JWAM-07-2020-0036>.
7. Craig L. Dual-earner parent couples' work and care during COVID-19 / L. Craig, B. Churchill // *Gender, Work & Organization*. — 2021. — Т. 28. — С. 66–79. <https://doi.org/10.1111/gwao.12497>.
8. Rani T.S. A study on challenges faced by women employees working from home during covid-19 / T.S. Rani, L. Prathiba // *NVEO-Natural volatiles & essential oils journal* NVEO. — 2021. — С. 13983–13996.

9. Yüksel H. Changing facet of work habits during coronavirus pandemic: an exploration of e-work and its implications on work-life balance for female employees / H. Yüksel // *SGD-Sosyal Güvenlik Dergisi*. — 2021. — Т. 11. — № 2. — С. 347–364. <https://doi.org/10.32331/sgd.1049053>.
10. Hjálmsdóttir A. “I have turned into a foreman here at home”: Families and work-life balance in times of COVID-19 in a gender equality paradise / A. Hjálmsdóttir, V.S. Bjarnadóttir // *Gender, Work & Organization*. — 2021. — Т. 28. — № 1. — С. 268–283. <https://doi.org/10.1111/gwao.12552>.
11. Kallitsoglou A. Coping with homeschooling and caring for children during the UK COVID-19 lockdown: voices of working mothers / A. Kallitsoglou, P.Z. Topalli // *Research gate*. — 2021. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-333649/v1>.
12. Begum A. Impact of job insecurity on work-life balance during covid-19 in India / A. Begum, M. Shafaghi, A. Adeel // *Vision*. — 2022. — С. 09722629211073278. <https://doi.org/10.1177/09722629211073278>.
13. Surviving remotely: How job control and loneliness during a forced shift to remote work impacted employee work behaviors and well-being / W.J. Becker, L.Y. Belkin, S. Tuskey. et al. // *Human Resource Management*. — 2022. <https://doi.org/10.1002/hrm.22102>.
14. İlkaracan İ. Transformations in the gender gaps in paid and unpaid work during the covid-19 pandemic: findings from Turkey / İ. İlkaracan, E. Memiş // *Feminist Economics*. — 2021. — Т. 27. — № 1–2. — С. 288–309. <https://doi.org/10.1080/13545701.2020.1849764>.
15. Nizath, S.M. Gender role perspective on the impact of work from home on work-life balance: employees’ experience during covid-19 pandemic in Sri Lanka / S.M. Nizath, R.A.I.C. Karunaratne // *Wayamba Journal of Management*, 12(2), pp. 125–141. — 2021. <http://doi.org/10.4038/wjm.v12i2.7534>.
16. Prasad K.D.V. Occupational stress and its impact on work-life balance and psychological well-being of remote working women employees in information technology enabled sector during covid-19 pandemic: an empirical study in Hyderabad metro / K.D.V. Prasad, R. Vaidya // *Review of International Geographical Education Online*. — 2021. — С. 619–630.
17. Sandoval-Reyes J. Remote work, work stress, and work-life during pandemic times: a Latin America situation / J. Sandoval-Reyes, S. Idrovo-Carlier, E.J. Duque-Oliva // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. — 2021. — Т. 18. — № 13. — С. 7069. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137069>.
18. Work-life conflict during the COVID-19 pandemic / S. Schieman, P.J. Badawy, M.A. Milkie et al. // *Socius*. — 2021. — Т. 7. <https://doi.org/10.1177%2F2378023120982856>.
19. Unequal but Balanced: Highly educated mothers’ perceptions of work-life balance during the COVID-19 lockdown in Finland and the Netherlands / M.A. Yerkes, S. Andre, C. Remery et al. // *SocArXiv*, 26 Dec. — 2020. <https://doi.org/10.31235/osf.io/652mh>.
20. Kalsoom Q. Covid-19: experiences of teaching-mothers in Pakistan // *Journal of Gender Studies*. — 2021. — С. 1–13. <https://doi.org/10.1080/09589236.2021.1923464>.

21. Киструга-Синкевич И.В. Взаимосвязь между профессиональной и семейной жизнью у матерей с детьми дошкольного возраста / И.В. Киструга-Синкевич // Международный демографический форум "Демография и глобальные вызовы". — 2021. — С. 210–215.
22. The role of ICT and local wisdom in managing work-life balance during the covid-19 pandemic: an empirical study in Malaysia / S. Kusairi, S. Muhamad, N.A. Razak et al. // The Journal of Asian Finance, Economics and Business. — 2021. — Т. 8. — № 9. — С. 321–331. <https://doi.org/10.13106/jafeb.2021.vol8.no9.0321>.
23. Tejero L.M.S. Factors associated with work-life balance and productivity before and during work from home / L.M.S. Tejero, R.R. Seva, V.F.F. Fadrihan-Camacho // Journal of Occupational and Environmental Medicine. — 2021. — Т. 63. — № 12. — С. 1065–1072. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000002377>.
24. The effect of work from home and work load on work-life balance of generation X and generation Y employees / P. Pasla, U. Aseptia, S. Widyaningrum et al. // Journal of Economics, Finance and Accounting Studies. — 2021. — Т. 3. — № 2. — С. 220–224. <https://doi.org/10.32996/jefas.2021.3.2.21>.
25. Saxena K. A comparative study of work life balance in engineering consultancies in NCR during COVID-19 / K. Saxena, M.S. Prakash. // Ymer. — 2022. — Т. 21. — № 2. — С. 134–144. <http://ymerdigital.com/uploads/YMER210212.pdf>.
26. Engagement, exhaustion, and perceived performance of public employees before and during the COVID-19 crisis / D. Giauque, K. Renard, F. Cornu et al. // Public Personnel Management. — 2022. <https://doi.org/10.1177/00910260211073154>.
27. Glatz A. Mobile working of administrative staff at USB Bochum GmbH and affiliated companies before and during corona-related restrictions—first results of a longitudinal study / A. Glatz, T. Zisowski // Zeitschrift fur Arbeitswissenschaft. — 2022. — С. 1–7. <https://doi.org/10.1007/s41449-021-00298-z>.
28. Exploring work from home amidst post-covid / N.H. Rahmat, S.A. Rahman, D.R.M. Yunus et al. // International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. — 2022. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBS/v12-i1/12026>.
29. Ивановская А.Л. Удаленный режим занятости в условиях пандемии: удовлетворенность работников балансом труда и личной жизни / А.Л. Ивановская // Управление городом: теория и практика. — 2021. — № 2. — С. 22–28.
30. Associations between work-family balance, parenting stress, and marital conflicts during COVID-19 pandemic in Singapore / S.K.G. Chung, X.W. Chan, P. Lanier et al. // OSF Preprints. — 2020. <https://doi.org/10.31219/osf.io/nz9s8>.
31. Newbies vs. old-timers: university workers' differential experiences of working from home during COVID-19 / J. Foster, M.N. Samani, S. Campbel et al. // Workplace: A Journal for Academic Labor. — 2022. — Т. 33. — С. 11–21.
32. Karabulut V.T. Remote work: an ally or enemy for the work-life balance? remote work experiences of male and female academics in the UK and Turkey during COVID-19 / V.T. Karabulut // Multidisciplinary Approach to Diversity and Inclusion in the COVID-19-Era Workplace. — 2022. — С. 46–68. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-8827-7.ch004>.

33. Komari N. Work-life balance dual career couple during covid 19 pandemic / N. Komari // BKS PTN Wilayah Barat. — 2021. — С. 186.
34. Yaish M. Has the economic lockdown following the covid-19 pandemic changed the gender division of labor in Israel? / M. Yaish, H. Mandel, T. Kristal // Gender & Society. — 2021. — Т. 35. — № 2. — С. 256–270.
<https://doi.org/10.1177/08912432211001297>.
35. ‘Intelligent’ lockdown, intelligent effects? Results from a survey on gender (in)equality in paid work, the division of childcare and household work, and quality of life among parents in the Netherlands during the Covid-19 lockdown / M.A. Yerkes, S.C. André, J.W. Besamusca et al. // PloS one. — 2020. — Т. 15. — № 11. — С. e0242249.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242249>.
36. Women’s and men’s work, housework and childcare, before and during COVID-19 / D. Del Boca, N. Oggero, P. Profeta et al. // Review of Economics of the Household. — 2020. — Т. 18. — № 4. — С. 1001–1017. <https://doi.org/10.1007/s11150-020-09502-1>.
37. Алешина, А.Б. Баланс семья-работа в условиях удалённой работы / А.Б. Алешина, М.А. Серпухова // Пространственное развитие территорий в условиях цифровизации: социо-эколого-экономические системы: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Грозный, 08–09 декабря 2020 года. — Грозный, 2020. — С. 14–20.
<https://doi.org/10.34708/GSTOU.CONF.2021.20.95.001>.
38. Women during the Covid-19 lockdown: more anxiety symptoms in women with children than without children and role of the resilience / E. Benassi, M. Vallone, M. Camia et al. // Mediterranean journal of clinical psychology. — 2020. — Т. 8. — № 3. — С. 1–19. <http://dx.doi.org/10.6092/2282-1619/mjcp-2559>.
39. Yildirim T.M. The differential impact of COVID-19 on the work conditions of women and men academics during the lockdown / T.M. Yildirim, H. Eslen-Ziya // Gender, Work & Organization. — 2021. — Т. 28. — С. 243–249.
<https://doi.org/10.1111/gwao.12529>.
40. Academic medicine faculty perceptions of work-life balance before and since the covid-19 pandemic / S.A. Matulevicius, K.A. Kho, J. Reisch et al. // JAMA network open. — 2021. — Т. 4. — № 6. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.13539>.
41. Working remotely during the covid-19 pandemic: work-related psychosocial factors, work satisfaction, and job performance among Russian employees / F. Toscano, E. Bigliardi, M.V. Poleyeva et al. // Psychology in Russia: State of the Art. — 2022. — № 15(1). — С. 3–19 <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0101>.
42. Hennekam S. Coping with the COVID-19 crisis: Force majeure and gender performativity / S. Hennekam, Y. Shymko // Gender, Work & Organization. — 2020. — Т. 27. — № 5. — С. 788–803. <https://doi.org/10.1111/gwao.12479>.
43. Striking a balance between work and play: the effects of work-life interference and burnout on faculty turnover intentions and career satisfaction / S.A. Boamah, H.Y. Hamadi, F. Havaei et al. // International Journal of Environmental Research and Public Health. — 2022. — Т. 19. — № 2. — С. 809.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19020809>.

Sorokina Maria Alekseevna

Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia
E-mail: maasorokina@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0404-3115>

Zanin Dmitry Sergeevich

Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia
E-mail: zanin_dm@mail.ru

Worklife balance of women during covid-19 lockdown — literature review

Abstract. Objective: We analyzed the impact of covid-19 lockdown on worklife balance and mental state of women compared to men. This review is part of Maria Sorokina's master's thesis.

Method: We collected studies through systematic keyword search in English and Russian at Google.Scholar and selected 43 relevant empirical studies from all over the world.

Findings: Time spent at housework, childcare, homeschooling and emotional labor (calming the family) rose significantly due to the lockdown. Women took on most of this additional workload. As a result, they struggled more to balance work and life. Working women caring for children (preschool children and over two children especially) faced additional difficulties. They experienced role conflict, high level of stress, guilt related to children, frustration, emotional distress, fatigue, anger and anxiety and faced a drop in job productivity and job satisfaction.

Discussion: Working women with children are the target group for psychological support programs as well as employers' and government support measures. There's need for more empirical studies in Russia specifically: existing findings are difficult to interpret due to small samples or the lack of analysis by gender or childcare situation.

Keywords: worklife balance; work-life balance; covid-19; lockdown; work from home; gender; female; mother; review