

SZAKDOLGOZAT

Kispál Lilla

2024



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Szent István Campus
Agrár- és Élelmiszergazdasági Intézet
Gazdálkodás és menedzsment alapképzési szak

MUNKA-MAGÁNÉLET EGYENSÚLYA
HUSTLE KULTÚRA ÉS A GRINDSET GONDOLKODÁSMÓD
JELENLÉTE ÉS VIZSGÁLATA

Belső konzulens: Dr. Varga Erika
egyetemi docens

intézete/tanszéke: Idegen Nyelvi Tanszék
Külső konzulens: Kisné Papp Szilvia
Minőségbiztosítási mérnök

Készítette: Kispál Lilla

Gödöllő

2024

Tartalmi kivonat

Dolgozat címe: Munka-magánélet egyensúlya: Hustle kultúra és a grindset gondolkodásmód jelenléte és vizsgálata

A dolgozatot készítő hallgató neve: Kispál Lilla

Gazdálkodás és menedzsment alapképzési szak, levelező tagozat

Agrár- és Élelmiszergazdasági Intézet

Belső témavezető: Dr. Varga Erika, egyetemi docens, Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, Gödöllő - Szent István Campus, Vidékfejlesztési és Fenntartható Gazdaság Intézet, Idegen nyelvi Tanszék

Külső témavezető: Kisné Papp Szilvia, Minőségbiztosítási mérnök, Robert Bosch Elektronika Kft. - Hatvan

Összefoglalás:

A dolgozatom fő tartalma a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód fogalmának ismertetése és vizsgálata, hogy az alanyok mennyire ismerik ezt a két fogalmat. Úgy vélem sikerült választ kapnom a kérdéseimre és kiértékelnem a hipotéziseimet.

A szakirodalmi részben szó kerül a munka-magánélet fogalmáról, a kialakulásáról, pozitív hatásairól, kiható tényezőiről, integrálásáról, egyensúly visszanyeréséről, munka-magánélet egyensúlyáról vezetői állásban, illetve nőként, és arról, hogy a munka-magánélet egyensúly fogalom létezik-e. Ezzel folytatólagosan a motivációról és annak elvesztéséről, a versengésről, munkahelyi stresszről, covid járvány hatásairól a munkára, a magánéletre és a home officra kihatva. Szintén szó esik a kiégésről és annak fogalmáról és egyéb szindrómákról is mint például Boreout-szindróma, Imposztor-szindróma vagy a Sick building syndrome, azaz a „beteg épület” szindrómáról. És legvégül szó esik még a dolgozat fő kutatási céljáról is a Hustle kultúráról és a Grindset gondolkodásmódról.

A kutatási célomban, a „hustle culture” és a „grindset mindset” rejtelseire próbálok rájönni, hogy mennyire ismerik az emberek, illetve milyen lehetőségek vannak a saját cégükön belül a munka-magánélet egyensúly tartására és ezeket a lehetőségeket az alanyok mennyire ismerik.

A kutatási kérdéskörök pedig a következők voltak.

1. Létezik-e a munka-magánélet egyensúly fogalom?
2. Mennyire ismert a „Hustle culture” fogalom?
3. Mennyire ismert a „Grindset mindset” fogalom?

4. Hatással van-e a „hustle culture” és a „grindset mindset” munka-magánélet egyensúly megtartására és a kiegészésre?
5. A cég(ek) által biztosított lehetőségek mennyire ismerik a munkavállalók?

Mindegyik kérdéskörre a válaszomat megkaptam. A válaszok pedig az alábbiak:

1. A munka-magánélet egyensúly fogalom létezik.
2. A „Hustle culture” fogalom nem igazán ismert.
3. A „Grindset mindset” fogalom nem igazán ismert.
4. A „Hustle culture” és a „Grindset mindset” hatással van a munka-magánélet egyensúly megtartására és a kiegészésre.
5. A munkavállalók nem igazán ismerik a cég(ek) által biztosított lehetőségeket.

A dolgozatomban 5 hipotézist fogalmaztam meg ezek pedig az alábbiak voltak:

1. Egyetértés van-e abban a belső és külső válaszadók között, hogy a munka-magánélet egyensúlya létezik.
2. A belső válaszadók többen ismerik a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód fogalmát, mint a külső válaszadók.
3. A belső és külső válaszadók alapján egyetértés van a között, hogy a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód befolyásolja a munka-magánélet egyensúlyát.
4. A belső és külső válaszadók alapján egyetértés van a között, hogy a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód hatással van a kiegészésre.
5. A belső munkavállalók többen tudatában vannak annak, hogy a cégükönél milyen lehetőségek vannak a munka-magánélet egyensúly megtartására és a kiegészés elkerülésére, mint a külső munkavállalók.

A hipotéziseket az SPSS statisztikai szoftver alapján értékeltem ki és ezen belül pedig a Khi-négyzet és Fisher-teszt alapján számítottam ki az eredményeket.

Az eredmények alapján elmondható, hogy az 5 hipotézis közül 3 hipotézist igazolni tudtam (1,3,4) és 2 (2,5) hipotézis pedig elvetettem.

A tehát az eredmények alapján arra lehet következtetni, hogy az alanyok, azaz a válaszadók nincsenek tisztában ennek a kettő fogalomnak a jelentésével, azaz a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód fogalmáról. A munkavállalók szintén nincsenek tudatában annak, hogy a saját cégükönél milyen lehetőségek vannak a munka-magánélet egyensúly megtartásában, illetve a kiegészés elkerülésében. Az arányok szerint pedig a Hustle kultúra és a Grindset gondolkodásmód hatással van a munka-magánélet egyensúlyra, illetve a kiegészésre is egyaránt. Legvégül pedig a válaszadók szerint a munka magánélet egyensúlya létező fogalom.