

*Augustyna Burlita*  
*Uniwersytet Szczeciński*

## **Czas jako aspekt zachowań konsumenckich** **Time as an aspect of consumer behavior**

*Z uwagi na znaczne przyspieszenie tempa ludzkiego życia stanowiące rezultat przemian technologicznych i cywilizacyjnych, nastąpił wzrost roli czasu jako aspektu funkcjonowania człowieka. Czas stał się nie tylko szczególnie cennym dobrem ale również istotnym wyznacznikiem zachowań konsumenckich. Umiejętność gospodarowania budżetem czasu coraz częściej decyduje bowiem o możliwości realizacji założonych przez jednostkę celów zawodowych i prywatnych, a tym samym zaspokojeniu określonych potrzeb.*

*Celem artykułu jest wskazanie na podstawie przeprowadzonych badań wtórnych i pierwotnych roli czasu w zachowaniach konsumenckich oraz charakterystyka problemów współczesnego konsumenta z zarządzaniem budżetem czasu na przykładzie mieszkańców Szczecina. Na podstawie analizy wyników badań można wnioskować, że większość konsumentów, zwłaszcza tych wykształconych i osiągających wysokie dochody, żyje pod presją czasu i w różnym zakresie boryka się z jego „brakiem”. Szczególnym problemem związanym z gospodarowaniem budżetem czasu jest jego równoważenie poprzez ustalenie określonych relacji pomiędzy czasem przeznaczanym na poszczególne obszary życia.*

***Słowa kluczowe:** zarządzanie budżetem czasu, zachowania konsumenckie.*

### **Wprowadzenie**

Czas stanowi nieodłączny aspekt ludzkiego życia, a zarazem najmniej elastyczny i najbardziej nieubłagany czynnik egzystencji człowieka. Cechy czasu (ciągle go ubywa, nie da się go uzupełnić, odzyskać czy oszczędzać w sensie magazynowania, rozmnożenia lub przekazania innej osobie), coraz większa ilość zajęć wypełniająca budżet czasu, konieczność sprostania wielu wyzwaniom i zadaniom oraz różny stopień swobody wyboru aktywności, a także związki czasu z konsumpcją, to najważniejsze z uwarunkowań wzrostu roli czasu w życiu współczesnego konsumenta. Zwłaszcza jeśli uwzględnimy stanowiące rezultat zmian technologicznych i cywilizacyjnych „przyspieszenie niemal wszystkiego”,<sup>1</sup> które wpłynęło na większość aspektów ludzkiego życia, w tym na pracę, rodzinę, konsumpcję czy czas wolny, powodując, iż coraz częściej towarzyszy nam obsesyjne przekonanie, że „czas ucieka, jest go za mało i trzeba pędzić coraz szybciej”.<sup>2</sup> I chociaż dzisiaj potrafimy mierzyć czas z ogromną precyzją, to współczesny człowiek, zwłaszcza mieszkający w krajach rozwiniętych, członek społeczeństwa konsumpcyjnego i społeczeństwa

---

<sup>1</sup> J. Gleick, Szybciej. Przyspieszenie niemal wszystkiego, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2003.

<sup>2</sup> C. Honore, Pochwała powolności. Jak zwolnić tempo i cieszyć się życiem, Drzewo Babel, Warszawa 2011, s. 11.

informacyjnego, to coraz częściej „człowiek pośpiechu: człowiek, któremu brakuje czasu, który jest więźniem przymusu”.<sup>3</sup>

Celem publikacji jest wskazanie roli czasu jako coraz istotniejszego wyznacznika zachowań konsumenckich oraz charakterystyka problemów współczesnego konsumenta związanych z zarządzaniem budżetem czasu. Zagadnienia te zostaną przedstawione zarówno na podstawie analizy źródeł wtórnych (w tym głównie literatury przedmiotu), jak i badań pierwotnych. Te ostatnie pozwoliły na poznanie takich aspektów temporalnych zachowań konsumentów, jak: postawy wobec czasu, postrzeganie zmian struktury budżetu czasu, odczuwanie presji ze strony czasu, planowanie zajęć i równoważenie budżetu czasu. Chociaż zostały one przeprowadzone wśród mieszkańców Szczecina, bez wątplenia ich wyniki można też odnieść do mieszkańców innych dużych miast Polski,<sup>4</sup> ponieważ problemy z gospodarowaniem czasem, w tym zwłaszcza odczuwany niedobór czasu i związane z tym stres i pośpiech dotyczą szczególnie konsumentów mieszkających w dużych miastach. Wynika to z miejsko-przemysłowego stylu życia i jego uwarunkowań czasowych, jak m.in.: szybsze tempo życia w dużych miastach, czas pracy, dojazd do i z pracy, dostępność infrastruktury handlowej i czasu wolnego. Czynniki te wpływają na strukturę budżetu czasu, ale również na subiektywne oceny konsumentów na temat postrzeganych przez nich problemów z zarządzaniem czasem.<sup>5</sup>

Waga przedstawionych problemów wynika z tego, że gospodarowanie budżetem czasu jest, obok gospodarowania budżetem pieniężnym, istotnym aspektem zachowań ludzi rozpatrywanych w kontekście procesu zaspokajania potrzeb poprzez konsumpcję dóbr i usług. Rezultatem codziennego podejmowania decyzji w co zainwestować swój czas, przy uwzględnieniu wielu, często sprzecznych i nie zawsze świadomych motywów oraz konkurencyjnych celów<sup>6</sup> jest bowiem osiągnięcie (lub nie) założonych przez jednostkę rezultatów w sferze zawodowej i prywatnej, a tym samym zaspokojenie określonych potrzeb, który to proces w większości odbywa się poprzez konsumpcję. Podejmując decyzje o wykonywaniu konkretnych aktywności człowiek odkrywa także swoje drugie „ja” związane z przyjętym systemem wartości i stylem życia. Decyzje te najczęściej są związane z ponoszeniem określonych wydatków, będą więc wpływały na poziom, strukturę i sposób spożycia. Jednocześnie sposób gospodarowania budżetem pieniężnym i jego poziom będzie kształtował strukturę budżetu czasu, w tym zwłaszcza relacje pomiędzy czasem pracy i czasem wolnym

---

<sup>3</sup> S. Nydhal, W ślepej uliczce pośpiechu, „Forum”, nr 1/ 2011, s. 36.

<sup>4</sup> Szczecin zajmuje 7 miejsce w Polsce pod względem liczby mieszkańców (ok. 405 tys. osób) i 3 miejsce z uwagi na powierzchnię (jest miastem o relatywnie dużym obszarze - 301 km<sup>2</sup>), co wpływa m.in. na czas dojazdów do i z pracy, na zakupy czy do miejsc spędzania czasu wolnego. Podano za: [http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/rs\\_rocznik\\_statystyczny\\_rp\\_2011.pdf](http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/rs_rocznik_statystyczny_rp_2011.pdf), s. 190-191, dostęp dnia 10.08.2012r. Badania dotyczące temporalnych aspektów zachowań konsumentów zostały przeprowadzone w Katedrze Marketingu Uniwersytetu Szczecińskiego pod kierownictwem autorki oraz dr. K. Błońskiego w okresie maj-lipiec 2012r., na reprezentatywnej próbie dorosłych mieszkańców Szczecina (n=238). Dobór próby do badań miał charakter losowy – warstwowy (zbiorowość generalną podzielono na warstwy według płci i wieku mieszkańców).

<sup>5</sup> A. Burlita, Zachowania konsumentów w czasie wolnym i ich uwarunkowania na przykładzie konsumentów klasy średniej regionu zachodniopomorskiego, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2006, s. 88-89.

<sup>6</sup> M. Goryniak, Zajęci czasem wolnym, „Charaktery. Magazyn psychologiczny”, nr 12/2012, s. 85.

oraz częstotliwość konsumpcji określonych dóbr i usług czasochłonnych i czasoszczędnych. Zdaniem K. Rogozińskiego analizując związki czasu z konsumpcją można mówić zarówno o konsumpcji czasu, czyli jego wykorzystaniu (są to przedmiotowo-formalne związki konsumpcji z czasem), jak i o konsumpcji realizującej się w danym czasie, np. czasie wolnym (treściowy aspekt zależności).<sup>7</sup> Także B. H. Jung podkreśla, iż czas jest „formą konsumpcji w sensie alokacji środków materialnych i niematerialnych”.<sup>8</sup>

Ekonomiczne aspekty czasu rozpatrywane z punktu widzenia zachowań konsumentów wynikają więc przede wszystkim z funkcji pełnionych przez poszczególne zajęcia wypełniające budżet czasu człowieka. Wpływają one na zachowania gospodarcze człowieka, ale również na jego kształtowanie się jako jednostki biologicznej i społecznej.

## Wyniki badań i dyskusja

Chociaż doba ma od zawsze 24 godziny i każdy człowiek dysponuje w skali dnia taką samą ilością czasu, to jego postrzeganie i struktura są zróżnicowane, uzależnione są bowiem od sytuacji społeczno-ekonomicznej, wyznawanego systemu wartości i przyjętej hierarchii potrzeb oraz cech behawioralnych jednostki. Poza tym czas stanowiąc miarę trwania określonych zdarzeń lub odstępu między nimi,<sup>9</sup> może mieć charakter zarówno obiektywny, jak i subiektywny. Pierwszy wynika z mechanicznego pomiaru czasu (tj. za pomocą zegarów), w drugim zaś czas postrzegany jest z punktu widzenia pojedynczego człowieka i uwzględnia m.in. intensywność i przeżywanie przez niego poszczególnych zajęć.<sup>10</sup> Dlatego też jednostka mając z konieczności wzmoczoną świadomość czasu odmierzanego mechanicznie, a więc obiektywnie, może doświadczać czasu w sposób subiektywny, tj. różniący się od czasu zegarowego, zależnie od swojego nastroju, wieku, zapracowania, jak i złożoności kultury, w której funkcjonuje.

Odzwierciedleniem przedstawionych rozważań są odczucia badanych mieszkańców Szczecina wobec czasu, jak i jego postrzeganie. Są one odmienne od wyników badań budżetów czasu prowadzonych przez GUS, według których na skutek skracania się czasu pracy oraz czasu przeznaczanego na zajęcia i prace domowe w ciągu ostatnich kilkunastu lat, w strukturze budżetu czasu Polaków nastąpił niewielki wzrost udziału czasu wolnego i wydłużył się nieco czas zaspokajania potrzeb fizjologicznych oraz czas przeznaczony na dojazdy i dojścia.<sup>11</sup> Natomiast w subiektywnym odczuciu ankietowanych konsumentów, w rezultacie zachodzących w otoczeniu przemian i konieczności dopasowania do nich swoich zachowań, w ciągu ostatnich kilkunastu lat wzrosła ilość czasu przeznaczanego przede wszystkim na pracę zawodową (40% odpowiedzi) oraz związane z nią doksztalcanie i podnoszenie kwalifikacji (33%). Za to

<sup>7</sup> G. Cieloch, J. Kuczyński, K. Rogoziński, *Czas wolny – czasem konsumpcji?*, PWE, Warszawa 1992, s. 27-34.

<sup>8</sup> B. H. Jung, *Ekonomia czasu wolnego. Zarys problematyki*, PWN, Warszawa 1989, s. 85.

<sup>9</sup> Por. m.in.: A. F. Aveni, *Imperia czasu. Kalendarze, zegary i kultury*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań, 2001 oraz E. G. Richards, *Odmierzanie czasu - kalendarz i jego historia*, Wydawnictwo Amber, Warszawa 2002.

<sup>10</sup> G. Cieloch, J. Kuczyński, K. Rogoziński, *Czas wolny ... op. cit.*, s.17.

<sup>11</sup> *Budżet czasu ludności 1.VI.2003-31.V.2004*, GUS, Warszawa oraz *Dobowy budżet czasu ludności 1996*, GUS, Warszawa 1998.

mniej czasu respondenci przeznaczają obecnie na takie aktywności jak: sen (53% odpowiedzi), odpoczynek, rozrywka i rekreacja (45%) oraz spędzanie czasu z rodziną (43%; tabela 1).

**Tabela 1. Subiektywne odczucia konsumentów na temat zmian w strukturze budżetu czasu w % odpowiedzi ogółem**

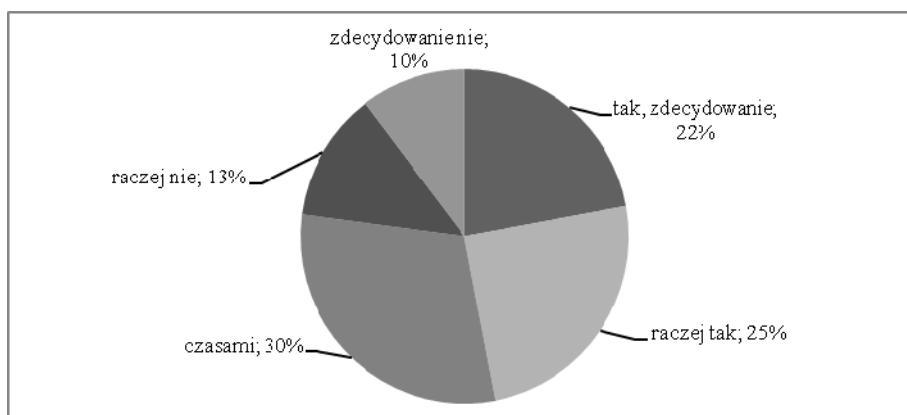
Lp.	Wyszczególnienie	Znacznie się zmniejszył	Nieznacznie się zmniejszył	Raczej się nie zmienił	Nieznacznie się zwiększył	Znacznie się zwiększył
1.	Praca zawodowa	12,2	8,3	39,2	11,9	28,4
2.	Prowadzenie gospodarstwa domowego	11,5	13,7	50,6	16,1	9,3
3.	Sen	22,8	30,6	40,6	4,4	1,6
4.	Wychowywanie dzieci	14,6	9,9	65,2	5,2	5,1
5.	Spędzanie czasu z rodziną	18,4	24,4	54,3	8,3	3,2
6.	Zakupy	16,4	18,9	47,9	13,3	3,5
7.	Odpoczynek, rozrywka, rekreacja	23,5	22,2	32,6	14,7	7,0
8.	Dokształcanie/podnoszenie kwalifikacji	15,0	12,4	40,2	17,7	14,7

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

Chociaż opinie badanych uzależnione były od kondycji materialnej i etapu cyklu życia ich gospodarstwa domowego, które stanowią istotne determinanty struktury i możliwości zaspokojenia potrzeb oraz przymusu/swobody wyboru określonych zajęć<sup>12</sup>, to świadczą również o tym, że miary struktury czasu takie, jak średni czas trwania danej czynności czy częstotliwość jej wykonywania nie mogą być traktowane równoznacznie z ważnością danego zajęcia dla konsumenta i nie odzwierciedlają jego stosunku do danej aktywności. Wpływ na takie postrzeganie zmian czasu miały także sposób percepcji czasu i dokonywane przez konsumentów wybory życiowe, a w efekcie odczuwana jakość życia. Stąd za niepokojące trzeba uznać, że trzy czwarte badanych dorosłych mieszkańców Szczecina przyznało, iż żyje pod presją czasu. Dla blisko połowy respondentów jest ona elementem codzienności, zaś kolejne 30% boryka się z nią czasami (wykres 1). Przy tym stres związany z czasem odczuwany jest tym częściej im konsumenci są bogatsi i bardziej wykształceni.<sup>13</sup>

<sup>12</sup> Z uwagi na ograniczenia co do objętości publikacji niemożliwe było zaprezentowanie wszystkich wyników badań oraz ich zróżnicowania w zależności od cech społeczno-ekonomicznych respondentów, stąd niektóre problemy jedynie zasygnalizowano i szerzej będą one przedstawione w innych publikacjach.

<sup>13</sup> Zależność taką potwierdzają również badania socjologów. Podano za: J. Gleick, Szybkiej... op. cit., s. 18–19.



**Wykres 1. Poczucie życia pod presją czasu w % odpowiedzi respondentów ogółem**  
 Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

Aż 95% ankietowanych zgodziło się z twierdzeniem, iż tempo życia staje się coraz szybsze. Rezultatem tego przyspieszenia jest m.in. brak czasu na wykonanie wszystkich zaplanowanych czy też obowiązkowych zajęć, na co wskazało ponad 60% respondentów. Chociaż 38% odpowiedziało, że problem ten dotyka ich jedynie czasami, to aż 11% stwierdziło iż ciągle jest zabiegana, zmęczona i boryka się z niedoborem czasu (tabela 2). Sytuacji tej najczęściej towarzyszy poczucie winy – odczuwa je aż 58% osób, w tym 17% odczuwa je często. Tylko 29% respondentów zadeklarowało, że ma tyle czasu, aby wykonać wszystko, co zaplanowali, a 5% uskarżało się na nadmiar czasu, z którym nie wiadomo co zrobić (były to najczęściej osoby nieaktywne zawodowo, powyżej 60 roku życia,).

**Tabela 2. Problem „braku czasu” w subiektywnym odczuciu respondentów w % odpowiedzi ogółem**

Lp.	Wyszczególnienie	% odpowiedzi
1.	często borykam się z problemem „nadmiaru czasu”, z którym nie bardzo mam co zrobić	5,3
2.	mam tyle czasu, aby wykonać to, co zaplanowałam/a/m (nie doskwiera mi problem ani „nadmiaru” ani „braku czasu”)	28,8
3.	czasami brakuje mi czasu na wykonanie wszystkich zajęć, jakie powinienem/nam/ był/a/ zrealizować	38,0
4.	często brakuje mi czasu, aby wykonać wszystkie zadania	14,2
5.	jestem zabiegany/a/ i zmęczony/a/ i ciągle borykam się z problemem „braku czasu”	11,3
6.	inna odpowiedź	2,4

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

Brak czasu najczęściej odnoszony jest do tych aktywności, które charakteryzują się większą swobodą wyboru, są więc podejmowane po wykonaniu zajęć o wyższym stopniu przymusu realizacji. Prawie co drugi badany mieszkaniec Szczecina odczuwa bowiem niedobór czasu, który mogliby przeznaczyć na odpoczynek, rozrywkę, spotkania towarzyskie, hobby i inne zajęcia czasu wolnego. Przeciętnie co czwarty odpowiedział, że brakuje mu czasu na sen. 20% respondentów narzekało na niedostateczną ilość czasu na życie rodzinne, a 18% brakuje czasu na realizację

wszystkich obowiązków związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego, jak pranie, sprząkanie, zakupy, itp. 15% ankietowanych chciałoby mieć więcej czasu na rozwój, a 5% na pracę zawodową.

W rezultacie odczuwanej presji i niedoboru czasu aż 90% respondentów próbuje „ścigać się z czasem” coraz szybciej wykonując niektóre codzienne czynności i usiłując skupić się jednocześnie na kilku rzeczach. Konsekwencją szybkości i próby oszczędzania czasu jest m.in. to, że szybko chodzimy (33% odpowiedzi), szybko spożywamy posiłki (30%), szybko jeździmy samochodem (26%), szybko czytamy (16%) i mówimy (15%). Przy tym wszystkie wymienione zachowania dotyczą aż co dwudziestego ankietowanego. Innym sposobem oszczędzania czasu jest wielozadaniowość – do której przyznało się 56% respondentów odpowiadając, iż często wykonuje kilka rzeczy równocześnie, np. spożywa posiłki czytając prasę, gotuje i ogląda programy telewizyjne, sprząając rozmawia przez telefon, itp. Chociaż, jak dowodzą wyniki wielu badań – skupianie się na raz na kilku zadaniach nie jest możliwe, ponieważ umysł potrafi koncentrować się tylko na jednej czynności, zaś tzw. podzielna uwaga to jedynie umiejętność przeskakiwania z jednej aktywności na inną.<sup>14</sup> W rezultacie – starając się wykonywać kilka czynności równocześnie, żadnej z nich nie wykonujemy jak należy, a nasze życie staje się coraz bardziej powierzchowne i płytkie. Wskazywał na to m.in. pisarz M. Kundera twierdząc: „kiedy rzeczy dzieją się zbyt szybko, nikt nie może być niczego pewien, nawet siebie samego”.<sup>15</sup>

Czy w świetle przedstawionych wyników badań można wygrać z czasem i skłonić go do współpracy oraz sprawić, aby działał na naszą korzyść? Zdaniem psychologów P. Zimbarda i J. Boyda – tak, jeżeli będziemy potrafili rozwinąć idealną dla siebie perspektywę czasu i efektywnie nim zarządzać.<sup>16</sup>

Chociaż nawet najlepsze systemy zarządzania czasem, czy też zarządzania sobą w czasie nie pomogą rozciągnąć doby, to zdaniem specjalistów pozwolą na efektywniejsze wykorzystanie czasu, osiąganie więcej w krótszym czasie oraz ograniczą marnowanie czasu. Dlatego też optymalne z punktu widzenia danej jednostki wykorzystanie budżetu czasu wymaga wcześniejszego sprecyzowania przez nią celów, jakie chce osiągnąć (np. związanych z pracą, rodziną, odpoczynkiem, itp.), określenia ich ważności i pilności, a następnie zaplanowania sposobów realizacji tych celów i oceny podjętych działań.<sup>17</sup>

Aż 71% badanych konsumentów podzieliło opinię na temat wpływu umiejętności zarządzania czasem na możliwość osiągnięcia założonych celów w sferze zawodowej i osobistej, a 80% zgodziło się z twierdzeniem, iż wcześniejsze rozplanowanie zajęć pozwala lepiej gospodarować czasem. Jednocześnie 42% stwierdziło, iż narzekanie na brak czasu jest rezultatem złego gospodarowania czasem i jest wyłącznie winą osoby, której ten problem dotyczy. Jednakże deklarowana przez respondentów świadomość konieczności zarządzania czasem we współczesnych warunkach życia, nie zawsze znajduje odzwierciedlenie w rzeczywistych zachowaniach. Jak wskazują dalsze wyniki badań - jedynie 36% osób zawsze lub prawie zawsze

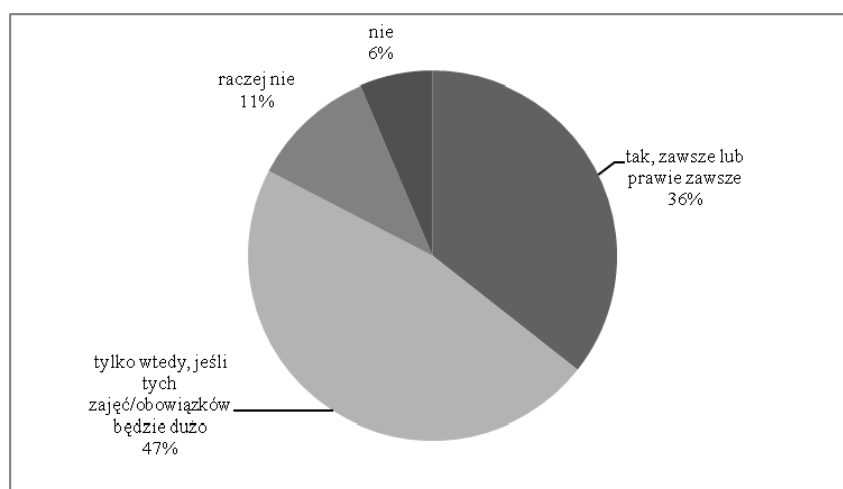
<sup>14</sup> Podano za: <http://www.projektsukces.pl/zarzadzanie-czasem-najwieksze-bledy.html>, dostęp dnia 5.03.2013r.

<sup>15</sup> Podano za: C. Honore, Pochwała... op. cit., s. 16-17.

<sup>16</sup> P. Zimbardo, J. Boyd, Paradoks czasu, PWN, Warszawa 2009.

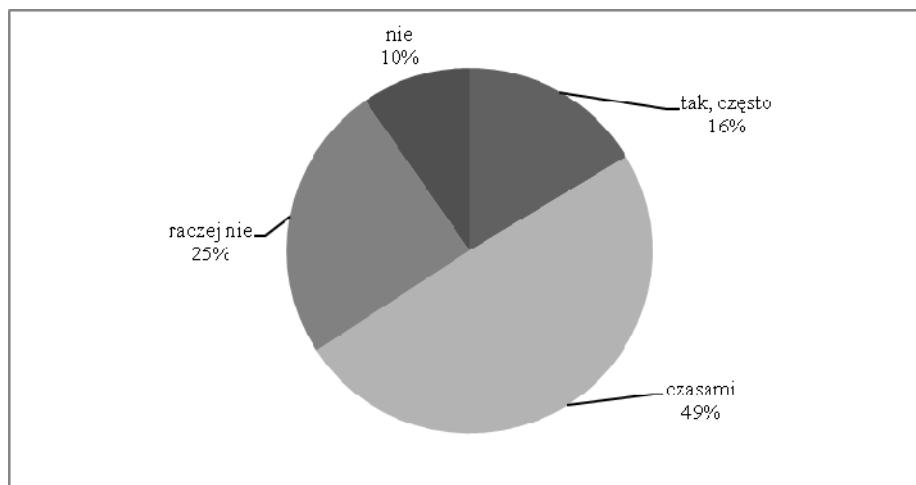
<sup>17</sup> Por. m.in.: L. J. Seiwert, Zarządzanie czasem. Bądź panem własnego czasu, Agencja Wydawnicza „Placet”, Warszawa 1998, s. 17-19 oraz L. Koziół, Zarządzanie czasem pracy, ANTYKWA, Kraków 2000.

planuje swoje zajęcia na następne dni. Kolejne 47% czyni tak tylko w sytuacji, kiedy czeka ich wiele zajęć i obowiązków, a 17% w ogóle nie podejmuje takich działań (wykres 2). Jednocześnie ponad trzy czwarte respondentów przyznało, iż zdarza im się marnować czas i sytuacja taka dotyczy często 16% ankietowanych (wykres 3). Można więc wyciągnąć wniosek, iż wśród ponad 60% badanych wskazujących na dotyczący ich z różnym natężeniem problem braku czasu, znaczna część jest świadoma, że jedną z głównych przyczyn jest niewłaściwe zarządzanie czasem i związane z tym jego marnowanie czy też niezrealizowanie zaplanowanych zajęć.



**Wykres 2. Planowanie zajęć jako element zarządzania budżetem czasu przez respondentów w % odpowiedzi ogółem**

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

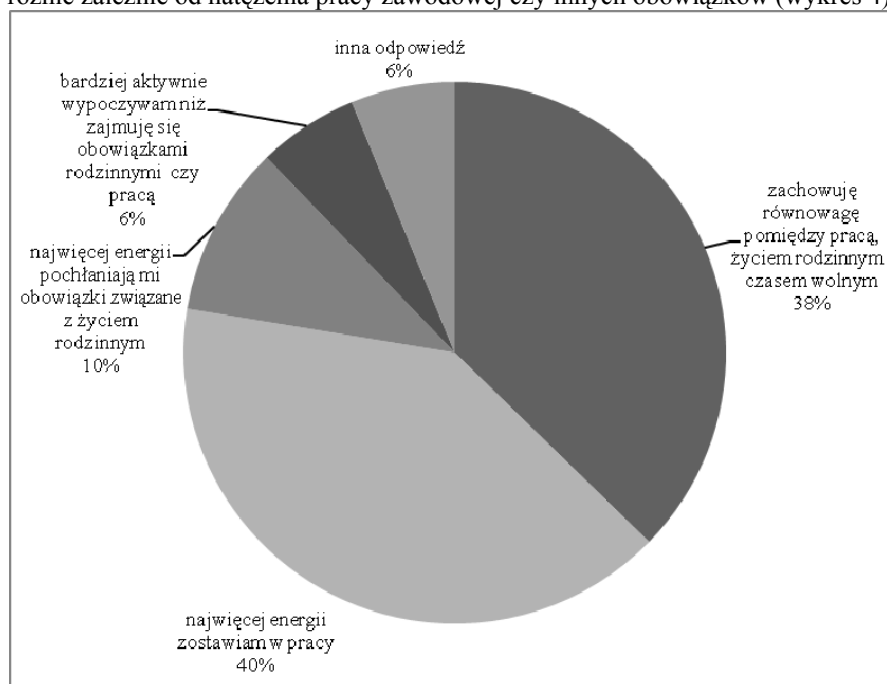


**Wykres 3. Marnowanie czasu jako problem zarządzania budżetem czasu przez respondentów w % odpowiedzi ogółem**

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

Coraz większym problemem współczesnego konsumenta związanym z zarządzaniem budżetem czasu staje się nie tylko brak czasu na realizację wszystkich zajęć ale przede wszystkim możliwość zrównoważenia tego budżetu poprzez ustalenie określonych relacji pomiędzy poszczególnymi obszarami ludzkiego życia, a tym samym relacji pomiędzy poświęcanym na nie czasem. Waga tego problemu wynika z jednej strony z ograniczoności czasu, a z drugiej - ze współzależności i komplementarności poszczególnych sfer ludzkiego życia i związanej z tym możliwości zaspokojenia różnych grup potrzeb. Mądre i właściwe (w subiektywnym odczuciu) wykorzystanie czasu jest więc istotne z punktu widzenia jakości życia człowieka.<sup>18</sup>

Z analizy wynika, że równowagę pomiędzy energią spożytkowaną na pracę zawodową, a tą przeznaczoną na życie rodzinne i czas wolny zadeklarowało jedynie 37% ankietowanych. Ponad 40% najwięcej energii zostawia w pracy. Kolejnym 10% (przede wszystkim kobietom, nie pracującym zawodowo, opiekującym się małymi dziećmi) najwięcej energii pochłaniają obowiązki związane z życiem rodzinnym i prowadzeniem gospodarstwa domowego. Tylko 6% stwierdziło, że bardziej aktywnie wypoczywa niż zajmuje się obowiązkami domowymi czy pracą (były to przede wszystkim osoby uczące się, będące na utrzymaniu rodziców lub na emeryturze). Również 6% respondentów odpowiedziało, że ich sytuacja w tym zakresie kształtuje się różnie zależnie od natężenia pracy zawodowej czy innych obowiązków (wykres 4).



**Wykres 4. Obszary życia respondentów pochłaniające najwięcej energii życiowej w % odpowiedzi ogółem**

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

<sup>18</sup> P. Zimbardo, J. Boyd, Paradoxs...op. cit., s. 2, 13.

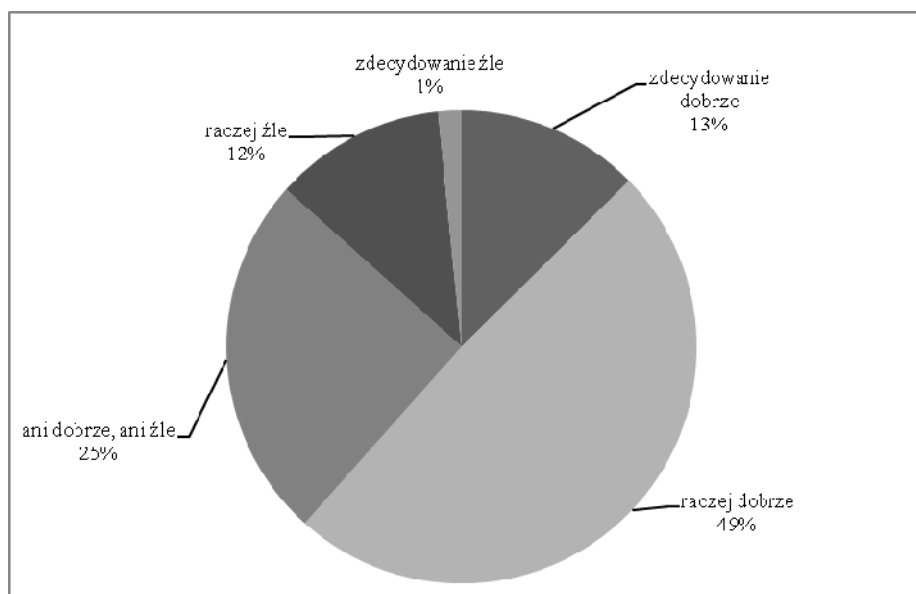


Chociaż możliwość równoważenia budżetu czasu uzależniona jest przede wszystkim od sytuacji materialnej gospodarstw domowych respondentów, to podkreślić należy, że duże znaczenie odgrywają w niej także dokonywane przez badanych wybory wynikające m.in. z przyjętego systemu wartości, sytuacji pracy, cech psychologicznych czy cyklu życia gospodarstwa. Generalnie można jednak zauważyć, że - „vita activa” tj. życie aktywne, związane z pracą i działaniem zdominowało (nie zawsze z własnego wyboru) niemal całkowicie życie znacznej grupy osób (szczególnie tych wykształconych, pracujących na stanowiskach kierowniczych, menedżerów i właścicieli firm), kosztem zarówno snu, jak i „vita contemplativa”, czyli czasu przeznaczonego na kontakt z samym sobą i naturą, odpoczynek i rozrywkę. Negatywnymi rezultatami przepełnienia czasu i braku równowagi poszczególnych sfer życia, w tym zwłaszcza niedostatecznej ilości czasu wolnego, są nie tylko niezaspokojone ważne dla właściwego funkcjonowania człowieka potrzeby ale także stres, syndrom wypalenia albo wyczerpania i choroby, na które to następstwa uskarżało się z różnym natężeniem prawie trzy czwarte badanych mieszkańców Szczecina. I chociaż ponad połowa zadeklarowała, że odczuwane przez nich zmęczenie fizyczne i psychiczne szybko mija, to co dziewięta osoba przyznała, iż doświadcza z tego powodu pogorszenia stanu zdrowia fizycznego i/lub psychicznego. Tymczasem – jak podkreśla J. Tischner - człowiek może tylko wtedy zrozumieć sens swojego życia i jego wartość, jeżeli potrafi umiejętnie pogodzić sferę zawodową z prywatną,<sup>19</sup> ma więc czas i na pracę i na życie rodzinne oraz towarzyskie, ale także na odpoczynek, rozwój i dbałość o zdrowie.

Przedstawione wyniki badań wskazują na problemy znacznej części respondentów z „brakiem” czasu, a jednocześnie na jego marnowanie, nieplanowanie zajęć, poczucie winy wynikające z niezrealizowania wszystkich aktywności, jak też odczuwany stres, zmęczenie fizyczne i psychiczne. Czy można więc mówić o efektywnym (z punktu widzenia realizacji założonych celów prywatnych i zawodowych) zarządzaniu przez badanych własnym budżetem czasu? Większość, bo 62 % ankietowanych uznała, iż dobrze gospodaruje swoim czasem, co czwarta osoba nie potrafiła wyrazić opinii na ten temat, a jedynie 13% przyznało się do błędów w tym zakresie (wykres 5).

---

<sup>19</sup> J. Tischner, *Etyka solidarności oraz Homo sovieticus*, Społeczny Instytut Wydawniczy Znak, Kraków 1992, s. 23.



Wykres 5. Subiektywne oceny respondentów na temat sposobu zarządzania budżetem czasu w % odpowiedzi ogółem

Źródło: wyniki przeprowadzonych badań ankietowych.

## Podsumowanie

„Nie mam czasu” – to jedna z najpopularniejszych wymówek, którą współczesny człowiek wykorzystuje, aby wytłumaczyć się czy usprawiedliwić, że czegoś nie może lub po prostu nie chce zrobić. I chociaż często jest to jedynie wygodna wymówka, to jednocześnie nie sposób nie dostrzec, że coraz więcej konsumentów, zwłaszcza tych wykształconych i osiągających wysokie dochody, żyje pod presją czasu i w różnym zakresie boryka się z jego „brakiem”. Istotnym problemem w gospodarowaniu budżetem czasu staje się także możliwość jego zrównoważenia poprzez ustalenie określonych relacji pomiędzy czasem przeznaczanym na poszczególne obszary życia. Problem ten jest ważny zarówno z uwagi na „czasową” możliwość zaspokojenia wielu potrzeb istotnych dla właściwego funkcjonowania człowieka, jak i ze względu na współzależność i komplementarność poszczególnych sfer ludzkiego życia. Rezultatem braku równowagi w budżecie czasu coraz częściej są: zmęczenie, stres czy problemy związane ze zdrowiem oraz niska satysfakcja konsumentów z niematerialnych aspektów życia. Niedobór czasu, w tym szczególnie czasu wolnego, może też stanowić barierę konsumpcji w odniesieniu do konsumentów klasy średniej i wyższej, a więc osób wykształconych i osiągających wysokie dochody.<sup>20</sup> Możliwość sprostania wielu wyzwaniom i zadaniom z uwagi na ograniczone zasoby czasu i różny stopień przymusu/swobody wyboru zajęć, w coraz większej mierze uzależniona jest więc od umiejętności zarządzania budżetem czasu, z czym nie zawsze radzimy sobie w praktyce.

<sup>20</sup>Na problem ten wskazano m.in. w publikacji: C. Bywalec, „Nowa konsumpcja” – klucz do rozwoju, „Nowe Życie Gospodarcze”, nr 13/2003, s. 16-18 oraz A. Burlita, Zachowania konsumentów ... op. cit., s. 135-262.

Stąd, chociaż coraz mocniej odczuwamy presję ze strony czasu i coraz częściej wpadamy w „chorobę niedoczasu”,<sup>21</sup> to jednocześnie zdarza się nam czas po prostu marnować, z którego to powodu mamy dodatkowe poczucie winy. Można więc odnieść wrażenie, że obecnie coraz częściej to czas włada człowiekiem, a nie człowiek panuje nad czasem. Dlatego też, aby znaleźć czas na to, co dla nas najważniejsze powinniśmy zmienić swoje podejście do czasu. Już wiele lat temu pisarz M. Kundera podkreślał, że prędkość jest „stanem równoczesnej wolności i uwięzienia” i „stanowi formę ekstazy, którą technologiczna rewolucja obdarzyła człowieka”.<sup>22</sup> Zaś zdaniem przewodniczący Światowego Forum Ekonomicznego K. Schwaba konieczność pośpiechu wynika z faktu przechodzenia „od „epoki, w której duży pożera małego, do epoki, w której szybki pożera wolnego”.<sup>23</sup> Być może więc w cywilizacji podporządkowanej zegarowi trzeba docenić czas jaki jest, a nie ile go jest. Z drugiej strony jednak nie sposób odmówić trafności spostrzeżeniu, iż „ewolucja przebiega podług zasady przetrwania najsprawniejszych, a nie najszybszych”.<sup>24</sup>

### Literatura

- Aveni A. F., Imperia czasu. Kalendarze, zegary i kultury, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2001.  
Budżet czasu ludności 1.VI.2003-31.V.2004, GUS, Warszawa 2005.  
Burlita A., Zachowania konsumentów w czasie wolnym i ich uwarunkowania na przykładzie konsumentów klasy średniej regionu zachodniopomorskiego, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2006.  
Bywalec C., „Nowa konsumpcja” – klucz do rozwoju, „Nowe Życie Gospodarcze”, nr 13/2003.  
Cieloch G., Kuczyński J., Rogoziński K., Czas wolny – czasem konsumpcji?, PWE, Warszawa 1992.  
Dobowy budżet czasu ludności 1996, GUS, Warszawa 1998.  
Goryniak M., Zajęci czasem wolnym, „Charaktery. Magazyn psychologiczny”, nr 12/2012.  
Gleick J., Szybciej. Przyspieszenie niemal wszystkiego, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2003.  
Honore C., Pochwała powolności. Jak zwolnić tempo i cieszyć się życiem, Drzewo Babel, Warszawa 2011.  
<http://www.projektsukces.pl/zarzadzanie-czasem-najwieksze-bledy.html>, dostęp dnia 5.03.2013r.  
[http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/rs\\_rocznik\\_statystyczny\\_rp\\_2011.pdf](http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/rs_rocznik_statystyczny_rp_2011.pdf), dostęp dnia 10.08.2012r.  
Jung B. H., Ekonomia czasu wolnego. Zarys problematyki, PWN, Warszawa 1989.  
Kozioł L., Zarządzanie czasem pracy, ANTYKWA, Kraków 2000.  
Kundera M., Slowness, HarperCollins, New York, 1996.  
Nydhall S., W ślepej uliczce pośpiechu, „Forum”, nr 1/2011.  
Richards E. G., Odmierzanie czasu - kalendarz i jego historia, Wydawnictwo Amber, Warszawa 2002.  
Seiwert L. J., Zarządzanie czasem. Bądź panem własnego czasu, Agencja Wydawnicza „Placet”, Warszawa 1998.  
Tischner J., Etyka solidarności oraz Homo sovieticus, Społeczny Instytut Wydawniczy Znak, Kraków 1992.  
Zimbardo P., Boyd J., Paradoks czasu, PWN, Warszawa 2009.

---

<sup>21</sup> C. Honore, Pochwała ... op. cit., s. 11.

<sup>22</sup> M. Kundera, Slowness, HarperCollins, New York, 1996, s. 1-2.

<sup>23</sup> C. Honore, Pochwała... op. cit., s. 11.

<sup>24</sup> Ibidem., s. 11.

### **Summary**

Owing to the significant acceleration of human life, which is a result of technological and civilization changes, the time role as an aspect of human functioning has increased. Time has become not only a particularly valuable good, but also the crucial determinant of consumer behavior. As the time budget management skill more frequently determines a possibility of achieving established by an individual occupational and personal goals, and thus satisfaction of specific needs.

The purpose of the article is to identify the time role in consumer behavior and the characteristics of the contemporary consumer problems arising from the time budget exemplified by the inhabitants of Szczecin on the basis of conducted desk and primary research. On the basis of the research results analysis, it can be concluded that the majority of consumers, especially those who are educated and achieve high incomes, live under the pressure of time and to a varying extent wrestle with its "lack". The particular problem of managing the time budget is balancing it by setting determined relations between the time allocated for each area of life.

**Keywords:** time budget management, consumer behavior.

### Informacje o autorze:

**Dr hab. prof. US Augustyna Burlita**

Katedra Marketingu

Wydział Nauk Ekonomicznych i Zarządzania

Uniwersytet Szczeciński

ul. A. Mickiewicza 64-66

71-101 Szczecin

e-mail: [augustynab@poczta.onet.pl](mailto:augustynab@poczta.onet.pl)