

Сокращение рабочего времени как экономический тренд: оценка эффектов перехода на четырехдневную неделю

Петренко Мария Юрьевна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема
Студент

Аннотация

Цель исследования – рассмотреть экономические эффекты перехода на четырёхдневную рабочую неделю в рамках долгосрочного тренда сокращения рабочего времени. В результате исследования подтверждено действие закона сокращения рабочего времени. Переход на четырехдневную неделю обеспечивает рост производительности труда на 15–20% (до 40%) и снижение операционных издержек за счёт оптимизации рабочего времени. Установлены основные риски: потенциальное снижение ВВП и структурная неприменимость во многих отраслях.

Ключевые слова: сокращение рабочего времени, четырёхдневная рабочая неделя, производительность труда, экономический эффект, социальные резервы труда, операционные издержки.

Reduction of working hours as an economic trend: assessment of the effects of switching to a four-day week

Petrenko Maria Yuryevna

Sholom-Aleichem Priamursky State University
student

Abstract

The purpose of the study is to examine the economic effects of switching to a four-day work week as part of a long-term trend of reducing working hours. As a result of the research, the law on reducing working hours has been confirmed. The transition to a four-day week ensures a 15-20% increase in labor productivity (up to 40%) and a reduction in operating costs by optimizing working hours. The main risks have been identified: a potential decline in GDP and structural inapplicability in many industries.

Keywords: reduction of working hours, four-day working week, labor productivity, economic effect, social labor reserves, transaction costs.

Дискуссия о четырёхдневной рабочей неделе из социально-трудовой плоскости активно смещается в область экономического анализа, становясь предметом изучения её прямых и косвенных эффектов на эффективность бизнеса и развитие экономики в целом [2].

Актуальность исследования заключается в том, что современная экономическая реальность, обострённая последствиями пандемии и растущей проблемой профессионального выгорания, требует поиска новых моделей организации труда, способных одновременно повышать производительность и улучшать качество жизни [2, 4]. Четырёхдневная неделя перестаёт восприниматься как утопия, рассматриваясь как потенциальный инструмент ответа на эти вызовы. Однако для взвешенной оценки её внедрения необходим анализ в рамках более общего, исторически сложившегося тренда на сокращение рабочего времени, а также чёткое понимание достигаемых экономических результатов и сопутствующих рисков [1].

Изучив научные статьи по данной теме, можно выделить несколько основных тезисов:

- В работе А. В. Золотова представлен теоретический фундамент в виде закона сокращения рабочего времени, который охватывает все периоды трудовой активности (день, неделя, стаж) и служит макроэкономическим обоснованием тренда на сокращение рабочей недели. Им предложена ключевая методологическая единица измерения эффектов – рабочий час [1];
- Статья А. С. Ведениной даёт комплексный обзор дискуссии «за и против» перехода на четырёхдневную неделю, систематизируя экономические преимущества (рост производительности, снижение издержек) и риски (падение ВВП, рост расходов на рабочую силу), а также актуализирует вопрос в контексте пандемии и проблем выгорания [2].
- Исследование О. Н. Шевцовой и др. рассматривает четырёхдневную неделю в контексте детерминант повышения производительности труда, выделяя её как фактор оптимизации рабочего времени, повышения мотивации сотрудников и снижения операционных затрат предприятия [3];
- В статье А. Л. Кузнецова, М. Б. Перфильевой и А. В. Воронцова представлено эмпирическое исследование на основе полевого эксперимента, которое количественно оценило экономический эффект перехода: рост производительности труда на 15–20% (до 40%) и снижение производственных затрат на электроэнергию, воду и обслуживание, а также выявило значительный социальный эффект в виде повышения удовлетворённости и привлекательности рабочих мест [4].

Цель данного исследования – рассмотреть экономические эффекты перехода на четырёхдневную рабочую неделю в рамках долгосрочного тренда сокращения рабочего времени.

Оценка экономических эффектов сокращения рабочей недели требует рассмотрения в рамках более общего и долгосрочного тренда. Эмпирические данные по экономически развитым странам за последнее столетие демонстрируют устойчивую тенденцию к уменьшению времени, отработываемого одним работником, при одновременном росте реальной заработной платы [1]. Этот процесс не является случайным, а представляет собой системное явление, охватывающее все периоды трудовой активности:

рабочий день, неделю, месяц, год и трудовой стаж, образуя таким образом единую систему [1].

Фундаментальным элементом этой системы выступает рабочий день, продолжительность которого измеряется в часах. Именно рабочий час служит общей единицей измерения для всех периодов, что позволяет адекватно сопоставлять их динамику, избегая методологических ошибок. Так, при обсуждении перехода на четырёхдневную неделю критически важно уточнять, сохраняется ли общее количество рабочих часов или происходит их сокращение, поскольку простой переход к «сжатой» неделе с удлинением дня может нивелировать потенциальные преимущества [1].

Наиболее сложным для анализа в контексте общего тренда долгое время оставался трудовой стаж, измеряемый в годах, где с начала 2000-х годов наблюдалась противоположная динамика – увеличение вследствие роста пенсионного возраста. Однако применение когортного анализа с использованием единой метрики – общего количества отработанных часов за жизнь – позволило выявить, что и по этому параметру долгосрочная тенденция к сокращению сохраняется. Например, в Германии и Франции увеличение продолжительности стажа в годах на 4-9% сопровождалось сокращением суммарного количества отработанных часов на 5-9% [1]. Это доказывает, что сокращение рабочего времени, измеряемого в часах, присуще всем элементам системы и образует закон их движения. Современная специфика реализации данного закона заключается в том, что комплексные периоды трудовой активности (год, стаж) сокращаются быстрее, чем входящие в их состав более короткие периоды (день, неделя) [1]. Таким образом, переход на четырёхдневную неделю можно рассматривать как очередной этап в действии этого объективного экономического закона, движимого ростом общественной производительности труда.

Практическая реализация перехода на четырёхдневную неделю позволяет проверить и количественно оценить его экономические последствия, которые можно разделить на микро- и макроуровневые.

Ключевым аргументом в пользу сокращения рабочей недели является потенциальный рост производительности труда. Эмпирические данные подтверждают эту гипотезу. Так, полевой эксперимент на российском машиностроительном предприятии показал, что переход с пятидневного 8-часового графика на четырёхдневный 10-часовой привёл к росту производительности труда в среднем на 15–20%, а в отдельных случаях – до 40% [4]. Этот рост был достигнут без замены технологического оборудования исключительно за счёт более эффективного использования рабочего времени: сокращения времени на ежедневное обслуживание станков, оптимизации графика планово-предупредительного ремонта (переносимого на дополнительный выходной день) и минимизации непроизводительных простоев. Схожие результаты были получены в крупном эксперименте в Великобритании, где сокращённая неделя оказалась полезна не только сотрудникам, но и бизнесу [4].

Наряду с ростом производительности фиксируется прямая экономия операционных издержек. Сокращается потребление энергоресурсов (электроэнергии, воды), затраты на уборку и санитарно-гигиенические средства в дни, когда предприятие не работает [4]. В офисном секторе дополнительный выходной позволяет снизить расходы на содержание рабочих помещений, оплату коммунальных услуг и т.д. [3]. Компания Microsoft в Японии в рамках эксперимента зафиксировала снижение расхода электроэнергии на 23%, а бумаги – на 59% [2]. Также отмечается снижение затрат, связанных с текучестью кадров и абсентеизмом, благодаря повышению удовлетворённости сотрудников и улучшению их здоровья [2, 4].

Экономический эффект не сводится только к технической оптимизации. Значительную роль играет активизация социальных резервов труда, которые, по оценкам экспертов, могут достигать 30–40% [4]. Сокращение недели способствует улучшению психофизиологического состояния работников, снижению уровня стресса и профессионального выгорания, что напрямую влияет на качество и интенсивность труда [2, 4]. Сотрудники, получившие больше времени для отдыха, восстановления, семьи и самообразования, возвращаются к работе более мотивированными и сфокусированными [2, 3]. Это подтверждается результатами опросов, где более 80% работников, перешедших на новый график, отмечали рост личной продуктивности и улучшение баланса между работой и личной жизнью [2]. Таким образом, инвестиции в свободное время работника трансформируются в экономический результат через повышение его человеческого капитала и трудовой отдачи.

Несмотря на позитивные микроэкономические результаты, анализ выявляет и существенные риски. На макроуровне главным опасением является потенциальное падение объёмов производства и, как следствие, снижение ВВП. Для России, по некоторым оценкам, повсеместное внедрение четырёхдневной недели без роста производительности могло бы привести к снижению ВВП на 20% [3]. Критики перехода справедливо указывают, что его экономическая целесообразность возможна только при опережающем росте производительности труда, который и должен «оплатить» дополнительный выходной [4].

На уровне отрасли и предприятия существуют значительные ограничения. Переход неприменим или затруднён для секторов с непрерывным циклом производства, в экстренных службах, в многих отраслях сферы услуг, где необходимо постоянное присутствие персонала. Внедрение может привести к росту издержек на рабочую силу, если для поддержания рабочего процесса потребуется нанимать дополнительный персонал для смены, что в конечном итоге может повысить цены для потребителей [2]. Кроме того, сохраняется риск «сжатия» недели, когда 40-часовая норма распределяется на четыре дня, приводя к удлинению рабочего дня до 10 часов, что может негативно сказаться на здоровье и безопасности работников [1, 3].

Обобщая анализ, можно структурировать экономические эффекты четырёхдневной недели в виде преимуществ и рисков, которые определяют условия её успешного внедрения.

Ключевые экономические преимущества включают:

- рост производительности труда за счёт интенсивного использования рабочего времени и снижения непроизводительных потерь;
- прямую экономию на операционных издержках (энергия, содержание помещений);
- снижение затрат, связанных с текучестью, абсентеизмом и ошибками сотрудников на фоне снижения усталости;
- повышение привлекательности компании на рынке труда, облегчающее найм высококвалифицированных кадров [2, 3, 4].

Основные экономические риски и ограничения заключаются в:

- угрозе падения объёмов выпуска и ВВП при отсутствии роста производительности;
- увеличении издержек на фонд оплаты труда при необходимости дублирования штата;
- структурной неприменимости для целого ряда отраслей и профессий;
- потенциальном ухудшении здоровья работников и качества труда при формальном «сжатии» недели без сокращения общего времени [1, 2, 3].

Следовательно, условием экономической целесообразности перехода является не просто механическое сокращение рабочего дня, а фундаментальная перестройка организации труда, направленная на реализацию социальных резервов. Ключевыми факторами становятся цифровизация, рост производительности, гибкость графика и, что особенно важно, готовность руководства и самих работников к изменениям [4]. Опыт показывает, что переход наиболее успешен и перспективен в таких секторах, как ИТ, наукоёмкое производство, творческие и проектные области, где ценится результат, а не проведённое на рабочем месте время [2, 4].

Для России вопрос перехода носит особенно дискуссионный характер. С одной стороны, имеется исторический опыт новаторства в сокращении рабочего времени в начале XX века, а опросы показывают, что около половины экономически активного населения поддерживает эту идею [2, 4]. С другой стороны, текущие показатели производительности труда и уровень роботизации существенно отстают от среднемировых, что создаёт объективные барьеры для повсеместного внедрения [2]. Эксперты сходятся во мнении, что в обозримой перспективе (до 2030-х годов) переход, если и будет происходить, то точечно, в отдельных компаниях и наиболее подготовленных отраслях, а его массовость станет возможной лишь после значительного роста эффективности национальной экономики [2, 4].

Подводя итог исследованию, можно сделать вывод, что переход на четырёхдневную рабочую неделю представляет собой закономерный этап в рамках долгосрочного тренда сокращения рабочего времени. Его основной экономический эффект заключается в способности трансформировать высвобожденные часы в рост производительности труда (на 15–40%) и снижение операционных издержек за счёт оптимизации процессов и

активизации социальных резервов. Однако экономическая целесообразность такого перехода носит строго обусловленный характер и достижима лишь при опережающем росте производительности, организационной готовности компании и учёте отраслевых ограничений. Для российской экономики с её текущим уровнем эффективности массовое внедрение данной модели в обозримой перспективе маловероятно; перспективным является её пилотное, точечное применение в наиболее подготовленных секторах в качестве драйвера интенсивного развития.

Библиографический список

1. Золотов А. В. Сокращение рабочего времени как закон движения системы периодов трудовой активности // Нижний 800: экономический потенциал и драйверы развития. 2021. С. 70-74. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46456320>
2. Веденина А. С. Переход на четырёхдневную рабочую неделю: за и против // Экономика и управление: проблемы, решения. 2022. № 1 (121). С. 101-112. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49159541>
3. Шевцова О. Н., Шумилова Е. Ю., Наumenко С. М., Гололобов К. Е. Детерминанты повышения производительности труда работников в современной организации // Университетская наука. 2021. № 2 (12). С. 87-90. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=47211516>
4. Кузнецов А. Л., Перфильева М. Б., Воронцов А. В. Социально-экономический эффект от перехода на четырёхдневный режим работы работника // Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки. 2025. № 3. С. 60-71. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=83160914>