

## Психологические особенности трудоголизма

Научный руководитель – Шукшина Людмила Викторовна

*Когай Изольда Александровна*

*Студент (бакалавр)*

Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Факультет менеджмента,  
Кафедра экономики и управления, Москва, Россия

*E-mail: anthropophob@inbox.ru*

Актуальность исследования. В настоящее время социально одобряемым поведением считается трата все большего количества времени и сил на работу, при этом часть сотрудников перерабатывает, потому что по-настоящему увлечена любимым делом и получает от этого удовольствие, а другая часть находится в психологической зависимости от работы. Вследствие чего изучение феноменов трудоголизма и вовлеченности в работу является актуальным вопросом психологии.

На сегодняшний день данный психологический феномен трактуется неоднозначно. К его рассмотрению обращались У. Оутс, Б. Киллинджер, К. Скотт, Д. Спенс и Э. Роббинс, Г. Портер, М. Пейперль и Б. Джонс, Л. Макмиллан, В. Шауфели, М. Буеленс и С. Поелманс, Е. С. Асмаковец, Е. П. Ильин и другие [1].

У исследовании к настоящему времени определились два направления: трудоголизм как поведение свойственное здоровой личности и как деструктивное, разрушающее психику поведение. Рассматривая первое направление, стоит обратить внимание на феномен «вовлеченность в работу». Вовлеченность в работу является позитивным феноменом, характеризующимся поглощенностью профессиональной деятельностью, которая в последующем может привести к профессиональной деформации - трудоголизму. В связи с этим мы полагаем, что трудоголизм - это социально-психологический феномен, который включает в себя направленность личности на дело, зависимость от работы и одержимость ею, желание добиться успеха на фоне игнорирования других сфер жизни. Трудоголизм имеет такие характеристики как особые мотивы личности, определенные ценности и смысло-жизненные ориентации.

Для того, чтобы выяснить, существует ли взаимосвязь смысло-жизненных ориентаций и уровня мотивации достижения успеха и феноменов трудоголизма и вовлеченности в работу, было проведено психологическое исследование на базе «Теста смысло-жизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева [2], теста «Мотивации на достижение успеха» Т. Элерса [3] и анкеты, позволяющей выявить группы трудоголиков и людей, вовлеченных в работу. Выборка исследования составила 68 испытуемых: 28 мужчин и 40 женщин 18-38 лет (средний возраст - 21,4 год).

На первом этапе было проведено анкетирование, в ходе которого выяснилось, что более 80% опрошенных воспринимают работу как источник дохода и менее 20% как любимое дело; 56,3% работают дома или во время отпуска; 62,5% отмечают у себя признаки беспокойства и импульсивности; 43,8% отмечают, что состояние безделья вызывает у них тревогу, панику и самокритику; более 50% опрошенных тратят на работу более 8 часов в день; 56,3% опрошенных отмечают, что смыслом их жизни является семья, 37,5% - деньги, 6,3% - работа; возможность работать позволяет 50% развиваться как личностям, 43,8% общаться с разными людьми и лишь 6,3% наслаждаться самим процессом. 75% считают, что они прикладывают максимум усилий для достижения результата, если им нравится задача, а 25% всегда; 56,3% респондентов отмечают, что если при выполнении задания они чувствуют, что могут не справиться с ним, то они откладывают его на потом, а 43,7%

работают до тех пор, пока результат их не устроит. Исходя из данных анкет, респонденты были разделены на 2 группы: трудоголики (23,5%) и вовлеченные в работу люди (76,5%).

В приведенной ниже диаграмме (рис. 1) видно, трудоголикам присущ средний уровень мотивации. Это говорит о том, что трудоголики ставят себе средне сложные цели и так добиваются успеха, лучше справляются с задачами и помнят о них.

На следующей диаграмме (рис. 2) видно, что и группа вовлеченных в работу в большинстве имеет средний уровень мотивации достижения успеха, но при этом в выборке присутствуют респонденты с низким уровнем мотивации. Вовлеченные в работу люди также ставят перед собой умеренные цели, понимают возможность наличия возможных рисков и могут рассчитать их.

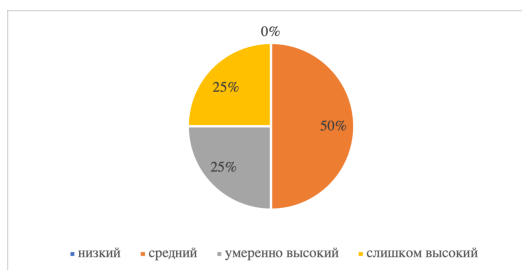
В ходе исследования был проведен корреляционный анализ с целью поиска взаимосвязи между трудоголизмом и вовлеченностью в работу и смысложизненными ориентациями и мотивацией, в ходе которого было выявлено, что между трудоголизмом и смысложизненными ориентациями существует слабая обратная связь(-0,3), а между трудоголизмом и мотивацией(-0,6), а также между вовлеченностью в работу и смысложизненными ориентациями(-0,5), и вовлеченностью в работу и мотивацией существует сильная обратная связь(-0,5).

Исходя из полученных результатов, мы видим, что чем больше человек склонен к трудоголизму и вовлечен в работу, тем меньше он мотивирован на достижение успеха и другие аспекты жизни. Это может говорить о том, что уходя с головой в работу человек может быть не успешен в остальных сферах жизни, а также не видеть другого жизненного ориентира, кроме работы.

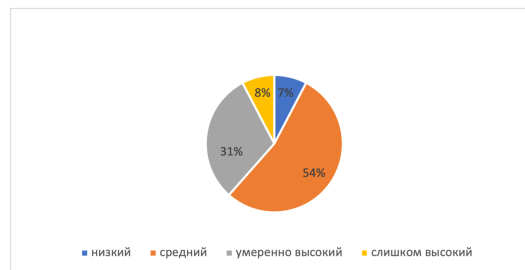
### Источники и литература

- 1) Барабанщикова В. В., Климова О. А. Представления о вовлеченности в работу и трудоголизме в современных психологических исследованиях [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://npsyj.ru> (дата обращения: 20.02.2022)
- 2) Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентаций [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://psytests.org> (дата обращения: 22.02.2022)
- 3) Элерс, Т. Мотивация на достижение успеха [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://psytests.org> (дата обращения: 22.02.2022)

### Иллюстрации



**Рис. 1.** 1. Уровень мотивации достижения успеха у трудоголиков, %



**Рис. 2.** 2. Уровень мотивации достижения успеха у людей, вовлеченных в работу, %