

Трудоголизм как форма зависимого поведения

СССР

9/02/1953 06245

Уч. № 117

Министерство здравоохранения

Утверждена Министерством

здравоохранения СССР

16. VII. 1952 года

История болезни
для выписки в
Экспериментальное

4803
4819.15
11-11

Наименование лечебного учреждения

17-11

ПОМОЩЬ ВРАЧА
на дому

ИСТОРИЯ БОЛЕЗНИ

№ 117

25/7-53

№ 117
М. 1
(содержатель)

Клинический диагноз

туберкулез

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

ДИАГНОЗ
ПОДТВЕРЖДЕН

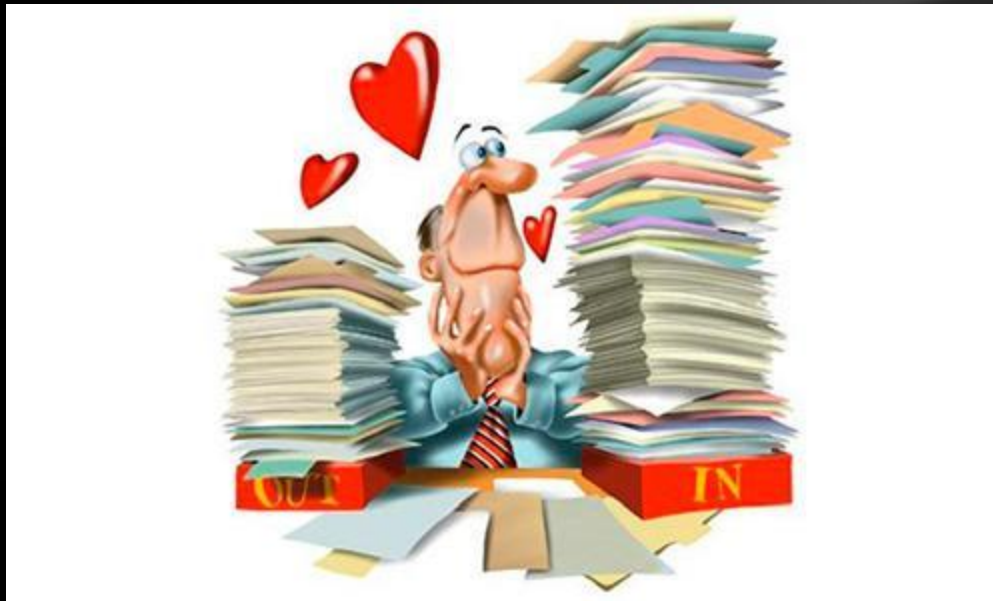
Меркулов
Иванович
21/7-53

770
сахар
мочы

Трудоголизм, в отличие от многих других зависимостей, является социально-одобряемой аддикцией. Но на самом деле трудоголик - это личность с определенными психологическими проблемами. Трудоголиком может стать и лентяй, дни и ночи отсиживающий на работе во время домашних неурядиц. Источником психологического дискомфорта, психологической травмы чаще всего бывает реально пережитый или мнимый страх: боязнь неудачи, страх перед одиночеством или, напротив, боязнь общения.

Работоголизм – это бегство от реальности посредством изменения своего психического состояния, в данном случае достигающегося фиксацией на работе.

Работоголик не стремится к работе в связи с экономической необходимостью, работа – отнюдь не одна из составных частей его жизни: она заменяет собой привязанность, любовь, развлечения, другие виды активности.



Признаки трудоголизма

- После напряженной работы трудно переключиться на другую деятельность.
- Беспокойство о работе мешает во время отдыха.
- Трудоголик считает, что удовлетворение можно чувствовать только во время работы.
- Трудоголик ощущает себя энергичным, уверенным и самодостаточным, только работая или думая о работе.
- Если он не работает, то чувствует неудовлетворенность и раздражение.
- О человеке говорят, что в быту он мрачен, неуступчив, раним, но «преображается» на работе.
- Заканчивая какое-то дело, испытывает неудовлетворенность оттого, что скоро «все закончится».

- Заканчивая какое-то дело, сразу начинает размышлять о следующем деле, следующем рабочем дне.
- Трудоголик не понимает смысла отдыха и радости от него.
- Панически избегает состояния «ничегонеделания».
- Отсутствие работы для трудоголика — лишь безделье и лень.
- После работы, чтобы понять, чего хотят близкие, трудоголику нужно сделать над собой усилие.
- Даже дома мысли постоянно сосредоточены на работе.
- Журнальные фотографии, фильмы и программы эротического и развлекательного характера вызывают раздражение.
- Рассказы приятелей о любовных подвигах кажутся трудоголику скучными
- Для него характерны слова: «все», «всегда», «я должен».
- Обычно трудоголик ставит перед собой цели, которых не может достичь, и предъявляет к себе повышенные требования.
- Рассказывая о своей работе, ему удобнее говорить «мы», а не «я».
- Неудача на работе воспринимается как катастрофа.

Признаки трудоголизма

- Одна из важных особенностей трудоголизма — компульсивное стремление к постоянному успеху и одобрению со стороны окружающих.
- Трудоголикам некогда и неинтересно пользоваться результатами своего труда, они постоянно жертвуют собственными потребностями.
- Трудоголизм часто сочетается с алкоголем («руки») и эмоциональной зависимостью.
- Трудоголизм, как и любая аддикция, приводит к личностным изменениям, затрагивая эмоционально-волевую сферу.



Классификация трудоголиков (по О. Весниной)

- «Трудоголик для других» — это тот, кто очень много работает и очень доволен этим.
- «Трудоголик для себя» — это тот, кто очень много работает, но испытывает по этому поводу противоречивые чувства.
- «Успешный трудоголик» — это тот, кто благодаря своей работе добивается больших профессиональных/карьерных успехов.
- «Трудоголик-неудачник» — это тот, кто рьяно занимается бесполезной деятельностью, которая никому не нужна.
- «Скрытый трудоголик» — это тот, кто любит работать, а на самом деле во всем избегает работы.



Ботанизм

Особого внимания заслуживает подростковая форма трудоголизма, получившая наименование «ботанизм». В обществе сложилось устойчивое стереотипное представление о таких людях: они обязательно носят очки (т.к. страдают нарушениями зрения), их жизнедеятельность целиком и полностью подчинена учебному процессу, они неблагополучны в социально-психологическом плане.



