

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 159.96

*Е. А. Лоточко,  
курсант факультета милиции  
Могилевского института МВД  
Научный руководитель: О. А. Лукина,  
доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин  
Могилевского института МВД,  
кандидат филологических наук, доцент*

### ТРУДОГОЛИЗМ КАК СОЦИАЛЬНАЯ АДДИКЦИЯ

На протяжении длительного исторического периода трудоголизм как социальное явление и психическая характеристика личности рассматривался только с положительной стороны. В советское время человек оценивался с точки зрения работоспособности и производительности труда. В психологических литературных изданиях XXI века появилась иная интерпретационная характеристика трудоголизма. Поэтому возникает закономерный вопрос: трудоголизм — это нормальное явление или все-таки аддикция? Настоящей целью данной работы явилось рассмотрение трудоголизма как социальной аддикции.

Психологический портрет трудоголиков, по В. Кукку [1], — это добросовестный тип, для которого характерны тщательность в работе; любовь к чистоте, порядку; большое старание, терпение и усердие, но в итоге он достигает всего лишь средних результатов; стремление к безупречности во всем (соблюдения моральных и этических норм), требует этого от других людей; постоянно затрудняется в выборе, также тщательно взвешивает все «за» и «против» в поступках, в мыслях и в стратегиях, стремится быть «правильным»; заостряет внимание на подробностях, деталях, моментах; чрезмерно обстоятелен; обладает сильным упорством, перерастающим в упрямство, целеустремленностью, прямолинейностью в достижении цели; системностью в мышлении, организованностью; характеризуется предусмотрительностью, страхом перед ошибками; накоплением стрессов, напряжений, обид.

М. Гриффитс в качестве примера приводит следующее: одинокий 23-летний молодой человек, не имеющий обязательств перед родными, может работать до 16 часов в день и при этом не страдать от негативных влияний современной жизни. В то же время 33-летний женатый мужчина, у которого трое детей, будет иметь проблемы, связанные с семейными взаимоотношениями [2].

В современном мире одной из важных особенностей трудоголизма является стремление к постоянному успеху и полному одобрению со стороны окру-

жающих. Так все-таки трудоголизм — это хорошо или плохо? Мы считаем, что для человека как для современной личности и индивида трудоголизм, скорее всего, негативное явление. Человек теряет себя, полностью погружается в мир работы, отдает жизненные силы на то, что кажется ему важным, при этом оправдывая самого себя. Однако в глазах общества трудоголики — ценные его члены и кадровые единицы. И в этом таится главная опасность трудоголизма, т. к. трудоголизм приемлем и даже поощряется в современном мире. Но что же происходит с человеком? Трудоголику на первых порах всегда легко оправдать свою зависимость перед членами семьи и коллегами стремлением достигнуть высокого поста в будущем или повышением благосостояния семьи. Такие оправдания себя в глазах других являются психологической защитой трудоголика. Трудоголик иногда не понимает, что его стремление к многочасовому труду приводит к неиспользованию других своих потенциальных (а иногда главных) возможностей, что является губительным для личности. Однако стоит заметить, что трудоголиком человек может стать и не по своей воле. Развитию трудоголизма в современном мире способствуют системы контроля работников, постоянные проверки эффективности и качества работы. Данные подходы основаны на недоверии к работнику, неуважении его как личности и способствуют формированию и развитию мышления трудоголика с заниженными возможностями по его истинной самореализации. Трудоголизм сопровождается различными личностными изменениями, затрагивающими прежде всего эмоционально-волевою сферу. На первом этапе у человека нарушается способность к эмпатии, в последующем — затрудняются межличностные отношения, т. к. они воспринимаются им как тягостные, требующие больших затрат энергии и сил. Трудоголик уже на подсознательном уровне стремится избегать ситуаций, в которых требуется его активное участие, уклоняется от обсуждения семейных проблем, не участвует в воспитании детей, которые не получают от него обратной эмоциональной реакции и общения. Он предпочитает общение с неодушевленными предметами (реже с животными), так как это не требует от него решения насущных проблем межличностного характера. В дальнейшем он начинает отдаляться от самого себя, находя утешение в собственной работе, алкогольной и никотиновой зависимости, в зависимости от психоактивных веществ, наркотиков, что, как правило, приводит к серьезным негативным последствиям. Нередко бывает, что такая зависимость человека от работы, т. е. трудоголизм, приводит к самоубийству. На основании вышеизложенного можно сделать вывод о том, что трудоголизм — аддикция, опасная и достаточно часто встречающаяся в современном мире.

### Список основных источников

1. Кукк, В. Трудоголизм: труд — наркотик и тирания долга [Электронный ресурс] / В. Кукк. – Режим доступа: [www.medinfo.ru/article/27/116505/](http://www.medinfo.ru/article/27/116505/). – Дата доступа: 06.05.2018. [Вернуться к статье](#)

2. Griffiths, M. D. Workaholism is still a useful construct / M. D. Griffiths // Addiction Research and Theory. – 2005. – V. 13. – № 2. [Вернуться к статье](#)