

# ТРУДОГОЛИЗМ-ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Я   
работать

# ПРИЧИНЫ ТРУДОГОЛИЗМА .

- Как и с другими видами аддикций, не существует единой причины, дающей старт трудовогоголизму. Развитие зависимости проходит у конкретного человека по своему индивидуальному пути. Однако все пристрастия формируются с одним намерением: субъект пытается найти лазейку в серости будней, через которую можно «убежать» в альтернативный «мир» и обрести особое «счастливое» состояние.
  - У отдельных людей трудовогоголизм – следствие пережитой психотравмирующей ситуации, негативные отпечатки которой вынуждают прибегнуть к защитному механизму – поведению убегания. Например, человек не смог грамотно справиться со стрессом после развода с супругой или не хочет трудиться над изменением собственного мировоззрения, вот и пытается спрятаться от душевных страданий в работе.
- 
- **Аддикция**, в широком смысле, означает ощущаемую человеком навязчивую потребность в определённой деятельности. В более узком смысле, это патологическое влечение к чему-либо, что увеличивает риск развития психических заболеваний и/или связано с персональными или социальными проблемами.

# ПРИЗНАКИ ДРУДОГОЛИЗМА.

- 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.

The image features a collection of several beer bottles, some standing upright and others lying on their sides. Each bottle has a white label with the word 'РАБОТА' (Work) written in bold, black, uppercase Cyrillic letters. Overlaid on the image are five blue rectangular boxes with white text. Four boxes, each containing the word 'Работа' (Work) in white Cyrillic script, are arranged in a 2x2 grid. A fifth box, containing 'И все!!!!' (And all!!!) in white Cyrillic script, is positioned at the bottom center. The background is plain white.

Работа

Работа

Работа

Работа

И все!!!!

# РАБОЧИХ ЧАСОВ В ГОД



# ЧТО ГОВОРИТ НАМ БИБЛИЯ О ТРУДЕ?

Сладок сон трудящегося ,мало ли ,много ли он съест.....

- Екклесиаст.

Трудящийся трудится для себя ,потому- что нуждается к тому рот его.

- Притчи Соломона.

# РОССИЯ И ТРУДОГОЛИЗМ...



За последние 25 лет в России уровень  
трудоголизма вырос с 7% до 14%!!!

# КЛАССИФИКАЦИЯ ТРУДОГОЛИКОВ

- **Трудоголик для себя** – такой человек не ищет оправданий для своей чрезмерной любви к работе.  
**Трудоголик для других** – свою постоянную занятость на работе человек объясняет тем, что он старается улучшить материальное положение в семье, помочь фирме и т. д.  
**Успешный трудоголик** – человек, который при наличии трудоголизма добивается определенных карьерных высот.  
**Трудоголик-неудачник** – человек, которые выполняет абсолютно ненужную, невостребованную работу; некоторые трудоголики стараются максимально точно выполнять все мелочи, и из-за этого не справляются с заданием в целом.  
**Скрытый трудоголик** – такой человек осознает, что его трудоголизм чересчур выражен, что работа – смысл его жизни, поэтому перед окружающими он демонстрирует отсутствие интереса к работе, говорит, что ненавидит свою работу.





## ЗАДАЧА ПСИХОЛОГОВ МИРА .

- Задача психолога: мотивировать клиента на общение в социуме, стимулировать интерес к занятиям, отличным от работы. Врач разъясняет трудоголику, что его зависимость – вариант бегства от реальности, возникшая из-за неразрешенной психологической проблемы. Цель психолога – совместно с клиентом установить истинного виновника внутреннего конфликта и постараться по-иному интерпретировать психотравмирующую ситуацию. В некоторых ситуациях целесообразно прибегнуть к техникам гипноза для устранения иррациональных компонентов зависимости.

# КАКОВА НАША ЗАДАЧА В БОРЬБЕ С ТРУДОГОЛИЗМОМ?

Прежде всего отдайте себя нашему Господу,  
и тогда Он начнет трудиться вместе с вами.  
Каждому человеку Он дает назначенную ему  
работу.