

Психологические науки / Psychological Science
Оригинальная статья / Original Article
УДК 159.923
DOI: 10.31161/1995-0659-2025-19-3-120-125

Влияние самоотношения и личностных характеристик на развитие ургентной зависимости от работы

©2025 Омарова М. К.

Дагестанский государственный университет,
Махачкала, Россия; e-mail: makaom@mail.ru

РЕЗЮМЕ. Цель исследования заключалась в изучении влияния самоотношения и личностных характеристик на развитие трудоголизма. **Методы.** Для получения эмпирических данных было использовано четыре методики: Опросник «Диагностика ургентной зависимости», N. Tassi, в адаптации О. Л. Шибко; Методика «Голландская шкала трудовой зависимости» (DUWAS) В. Шауфели, адаптация А. В. Ловакова; Тест-опросник самоотношения, ОСО (В. В. Столин, С. Р. Пантлеев) и Пятифакторный личностный опросник 5PFQ (Х. Тсуйи). **Результаты.** Проведенное исследование выявило, что ургентная зависимость и работооголизм являются многофакторными феноменами, значимо связанными как с аспектами самоотношения, так и с определенными личностными чертами, причем эти связи часто носят нелинейный характер. **Выводы.** Аутосимпатия и самоуверенность, как компоненты самоотношения, демонстрируют оптимальные диапазоны для профилактики ургентности и межличностных проблем, тогда как их избыток, так и недостаток могут усугублять проявления зависимости, а традиционно позитивные качества, такие как настойчивость и самоконтроль, могут выступать предикторами работооголизма, способствуя игнорированию потребностей в отдыхе и навязчивому стремлению к работе.

Ключевые слова: ургентность, работооголизм, самоотношение, аутосимпатия, ответственность, настойчивость, самоконтроль.

Формат цитирования: Омарова М. К. Влияние самоотношения и личностных характеристик на развитие ургентной зависимости от работы // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2025. Т. 19. № 3. С. 120-125. DOI: 10.31161/1995-0659-2025-19-3-120-125

The Impact of Self-Attitude and Personality Traits on the Development of Urgent Work Addiction

©2025 Marina K. Omarova

Dagestan State University,
Makhachkala, Russia; e-mail: makaom@mail.ru

ABSTRACT. The study aimed to investigate the influence of self-attitude and personality traits on the development of workaholism. **Methods.** To obtain empirical data, four methodologies were utilized: The "Urgent Work Addiction Diagnostic Questionnaire" by N. Tassi, adapted by O. L. Shibko; The "Dutch Work Addiction Scale" (DUWAS) by W. Schaufeli, adapted by A. V. Lovakov; The Self-Attitude Questionnaire (OSA) by V. V. Stolin, S. R. Pantileev; and The Five-Factor Personality Questionnaire (5PFQ) by H. Tsuji. **Results.** The conducted research revealed that urgent work addiction and workaholism are multifactorial phenomena, significantly related to both aspects of self-attitude and certain personality traits, with these connections often being nonlinear. **Conclusions.** Self-sympathy (autoeempathy) and self-confidence, as components of self-attitude, demonstrate optimal ranges for the prevention of urgency and interpersonal problems; however, both their excess and deficiency can exacerbate the manifestations of addiction. Additionally, traditionally positive qualities such as perseverance and self-control can act as predictors of workaholism, contributing to the disregard for rest needs and an obsessive drive for work.

Keywords: urgency, workaholism, self-attitude, self-sympathy (autoeempathy), responsibility, perseverance, self-control.

For citation: Omarova M. K. The Impact of Self-Attitude and Personality Traits on the Development of Urgent Work Addiction. Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences. 2025. Vol. 19. No. 3. Pp. 120-125. DOI: 10.31161/1995-0659-2025-19-3-120-125 (in Russian)

Введение

Проблема ургентной зависимости сегодня становится особенно актуальной в связи с широтой её распространения среди людей, занятых в различных сферах профессиональной деятельности. Часто рассматриваемая как компонент или специфический тип поведенческих зависимостей, ургентная зависимость характеризуется неотложной, сильной потребностью или тягой к совершению определенного действия, которое приносит немедленное, пусть и кратковременное, удовлетворение или облегчение, несмотря на осознание возможных негативных последствий. Ключевым здесь является элемент императивности и трудности откладывания этого действия.

Интерес к проблеме ургентной зависимости нашел отражение в работах зарубежных и отечественных специалистов (Н. Тасси [10], Дж. Спенс, А. С. Роббинс [9], И. Брэди, МакМиллан Л. [11], О. Л. Шибко [8], А. В. Шаповалова [7], А. В. Ловаков [4], Ц. П. Короленко [3], В. А. Бурдукова [1], Е. П. Ильин [2] и др.).

Впервые явление ургентной зависимости было описано в книге американского психолога Нины Тасси в 1993 году. Ею было замечено, что всё интенсивнее распространяющееся в средствах массовой информации навязывание стереотипов о необходимости и важности успешности во всех сферах жизнедеятельности приводит к тому, что люди становятся зависимыми от такой модели жизни, когда надо всё время к чему-то стремиться и каждую минуту надо тратить так, чтобы она вносила вклад в «достижения». Задач, которые надо решить в короткие сроки, становится всё больше, а времени на их решение всё меньше [10].

Ургентная зависимость в контексте трудоголизма понимается как острое, непреодолимое внутреннее побуждение или тяга к работе, которая требует немедленной реализации и с трудом поддается контролю. Это не просто любовь к своему делу или высокая работоспособность, а именно зависимое, компульсивное поведение, где

элемент «ургентности», то есть, неотложности играет главную роль.

Как ургентность проявляется и понимается в связи с трудоголизмом? Во-первых, это непреодолимое внутреннее побуждение к работе: трудоголик испытывает сильное, часто иррациональное давление начать или продолжить работу, даже если объективной необходимости в этом нет. Это ощущение «надо делать прямо сейчас», которое сложно игнорировать.

Во-вторых, выполнение работы выступает как способ немедленного снятия внутреннего дискомфорта: ургентное желание работать часто возникает как способ избежать или уменьшить негативные эмоциональные состояния тревоги, чувства вины, ощущения собственной неполноценности, скуки или пустоты.

В-третьих, это поиск немедленного удовлетворения потребности в удовольствии: хотя это может показаться парадоксальным, для некоторых трудоголиков сам процесс напряженной работы или завершение задачи может вызывать кратковременное чувство эйфории, удовлетворения или снижения напряжения. Это положительное подкрепление усиливает ургентное желание повторить этот опыт.

В-четвёртых, это неспособность отложить рабочие задачи: трудоголику сложно переключиться, отложить мысли о работе или текущих вопросах. Идея оставить что-то «на потом» вызывает сильный дискомфорт и ургентное желание завершить все немедленно, даже если это идет в ущерб отдыху или другим сферам жизни.

В-пятых, страх упустить что-то важное в профессиональной сфере: это может проявляться как ургентная потребность постоянно быть на связи, немедленно отвечать на сообщения, быть в курсе всех событий, что поддерживает постоянное вовлечение в работу.

И, наконец, это ощущение «ломки» или дискомфорта при невозможности работать: если трудоголик лишен возможности работать, например, в отпуске, во время болезни, он может испытывать беспокойство, раздражительность, чувство пустоты – эти

состояния могут быть настолько неприятными, что вызывают urgentное желание вернуться к работе как можно скорее.

Таким образом, urgentная зависимость в трудоголизме – это не столько зависимость от «работы» как таковой, сколько от процесса деятельности, который приносит немедленное (пусть и временное) облегчение от внутреннего напряжения или дает иллюзию контроля и значимости. Urgentный компонент подчеркивает импульсивный, трудно контролируемый характер этого поведения, где долгосрочные негативные последствия, такие, как выгорание, проблемы со здоровьем, разрушение отношений игнорируются ради сиюминутного удовлетворения или избегания дискомфорта.

Причины, ведущие к urgentной зависимости или, точнее сказать, к сильному urgentному компоненту в зависимом поведении, многообразны и обычно представляют собой сложное взаимодействие различных факторов: психологических, нейробиологических, социальных, средовых, а также факторов, связанных с самой деятельностью. Весьма значимыми, на наш взгляд факторами, играющими роль в формировании urgentной зависимости от работы, являются личностные факторы, среди которых выделяются личностные черты и особенности самооотношения «трудоголика».

С целью изучения личностных факторов urgentной зависимости от работы нами было проведено эмпирическое исследование, в котором в качестве основной гипотезы выступило предположение о том, что самооотношение, уровни ответственности и стремления к доминированию выступают предикторами формирования urgentной зависимости у профессионала.

На диагностическом этапе исследования нами были применены следующие методики: Опросник «Диагностика urgentной зависимости», N. Tassi, в адаптации О. Л. Шибко; Методика «Голландская шкала трудовой зависимости» (DUWAS) В. Шауфели, адаптация А. В. Ловакова; Тест-опросник самооотношения, ОСО (В. В. Столин, С. Р. Пантилеев) и Пятифакторный личностный опросник 5PFQ (Х. Тсуйи).

Выборка испытуемых была представлена 60 респондентами, возраст которых варьировал в диапазоне от 26 до 65 лет, а трудовой стаж составлял не менее 5 лет. Осуществляется профессиональная деятельность опрошенными в сферах обслуживания, бизнеса, медицины и образования.

Результаты исследования

Проверка на нормальность распределения значений по шкалам опросников Тасси и Шауфели показала, что по всем шкалам Опросника «Диагностика urgentной зависимости» и по шкалам «трудовая зависимость» и «чрезмерность работы» методики «Голландская шкала трудоголизма» наблюдается нормальное распределение значений, что позволило для проверки гипотезы использовать однофакторный дисперсионный анализ. В качестве предикторов выступали шкалы Опросника самооотношения В. В. Столина и Пятифакторного личностного опросника Х. Тсуйи.

Как показали результаты дисперсионного анализа, на общий уровень urgentной зависимости значимое влияние оказывают такие составляющие самооотношения, как аутосимпатия ($F=2,843$, $p=0,014$), установки на самопринятие ($F=3,337$, $p=0,020$) и самоинтерес ($F=2,894$, $p=0,036$). Для трудоголизма, как компонента urgentной зависимости, значимыми предикторами выступают такие личностные характеристики, как настойчивость ($F=2,329$, $p=0,040$) и самоконтроль ($F=3,066$, $p=0,007$).

Далее было установлено, что показатели по шкале «личное время» зависят от показателей по шкалам: «глобальное самооотношение» ($F=3,350$, $p=0,005$), «самопринятие» ($F=2,662$, $p=0,049$), «подозрительность-доверчивость» ($F=2,841$, $p=0,015$) и «пластичность-ригидность» ($F=2,285$, $p=0,047$). На показатели по шкале «межличностные отношения» оказывает достоверно значимое влияние самоуверенность, как составляющая самоуважения ($F=3,641$, $p=0,007$).

Для шкалы «темп жизни» значимыми факторами выступают: аутосимпатия ($F=2,268$, $p=0,042$) и самопринятие ($F=3,614$, $p=0,014$).

И, наконец, дисперсионный анализ показал, что уровень аутосимпатии оказы-

вает значимое влияние на общий трудоголизм ($F=3,255$, $p=0,006$) и склонность чрезмерно работать ($F=2,723$, $p=0,017$).

Для изучения взаимосвязей между проявлениями ургентной зависимости, самоотношением и личностными характеристиками нами был проведен корреляционный анализ (по Пирсону), в результате которого было выявлено достаточное количество значимых связей. Особенное внимание привлекло несоответствие результатов корреляционного и дисперсионного анализов. Согласно первому: чем выше аутосимпатия и самопринятие, тем ниже ургентная зависимость, а согласно второму: высокая аутосимпатия и самопринятие связаны с высокой ургентной зависимостью. Возможное объяснение кроется в том, что связь между ними не линейная: U-образная или перевернутая U-образная. То есть, существуют реальные различия в ургентной зависимости между группами с разным уровнем аутосимпатии. Так, в группах респондентов с очень низким уровнем аутосимпатии отмечается высокий уровень ургентной зависимости, в группах со средним и низким уровнями аутосимпатии – ургентность снижается. При умеренно высокой аутосимпатии отмечаются минимальные значения по шкале ургентной зависимости, а при очень высокой аутосимпатии ургентность вновь растёт. Из этого можно сделать вывод, что не все уровни аутосимпатии одинаково защищают от ургентной зависимости, существует её оптимальный диапазон.

Стоит отметить и такие личностные характеристики, как настойчивость и самоконтроль, выступающие предикторами работооголизма.

Настойчивость как черта личности означает способность продолжать деятельность, несмотря на препятствия и трудности, а в контексте работооголизма это может проявляться как навязчивое стремление «довести начатое дело до конца». Как показывают наблюдения, настойчивые люди могут с трудом останавливаться, даже когда работа уже не требует дополнительных усилий. Вероятно, настойчивость незаметно превращается в ригидность, не позволяющую человеку гибко менять стратегии поведения. Далее желание достичь цели становится важнее самого процесса и

личного благополучия, и, как следствие, формируется навязчивая потребность завершения, не позволяющая остановиться. Выявленное нами влияние самоконтроля на трудоголизм выглядит несколько неожиданно, поскольку самоконтроль обычно считается защитным фактором, но у него есть и негативные стороны. Возможно такое объяснение связи: высокий уровень самоконтроля детерминирует развитие способности заставлять себя работать, что в дальнейшем приводит к игнорированию потребностей в отдыхе и, в результате, развивается работооголизм.

Как показали результаты дисперсионного анализа, самоуверенность выступает значимым предиктором возникновения межличностных проблем, связанных с ургентной зависимостью. Здесь возможны несколько механизмов влияния. Так, очень низкая самоуверенность может стать причиной проблем в общении на работе из-за неспособности отказать коллегам в просьбе, что приводит к перегрузкам и в итоге к ургентности. Включается механизм избегания и подчинения. Из-за низкой уверенности в себе человек старается избегать обсуждения своих потребностей в отдыхе, поэтому усиленно работает, переживает страх разочаровать других и берет на себя нереалистичные обязательства или приносит в жертву собственные интересы, чтобы завоевать одобрение коллег или руководства. Очень высокая самоуверенность также может выступать причиной проблем в отношениях, благодаря механизму доминирования и игнорирования. Самоуверенный работник может навязывать другим свой темп работы, игнорируя то, что не все к нему готовы, критикует коллег, работающих в нормальном режиме, при этом ставит свои ургентные потребности важнее потребностей других. Таким образом, как очень низкая, так и очень высокая самоуверенность создают специфические проблемы в отношениях в контексте ургентной зависимости, поэтому требуют разных подходов к объяснению.

Вывод

Таким образом, проведенное исследование показало, что:

1. Самоотношение является комплексным предиктором ургентной зависимости, демонстрируя нелинейный характер связи.

Исследование выявило значимое влияние аутосимпатии, установок на самопринятие и самоинтереса на общий уровень ургентной зависимости.

2. Личностные черты выступают важными предикторами различных аспектов ургентной зависимости, в частности, настойчивость и самоконтроль идентифицируются, как значимые предикторы работоголизма.

3. Самоконтроль и настойчивость, традиционно воспринимаемые как позитивные качества, могут парадоксально способствовать развитию работоголизма.

4. Самоуверенность оказывает нелинейное влияние на межличностные проблемы, связанные с ургентной зависимостью. Как очень низкий, так и очень высокий уровни самоуверенности могут приводить к трудностям в межличностных отношениях в рабочем контексте.

5. Ургентная зависимость проявляется не только в отношении к работе, но и влияет на повседневную жизнь и социальное взаимодействие человека.

Литература

1. Бурдукова В. А. Ургентная зависимость специалистов социально-педагогических и психологических служб / Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер: сборник научных статей. Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2021. С. 100-104.

2. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. СПб.: Питер, 2011. 24 с.

3. Короленко Ц. П. Работоголизм – respectable форма аддиктивного поведения // Обзор психиатрии и медицинской психологии. 1993. № 1. С. 17-29.

4. Ловаков А. В. Психометрический анализ русскоязычной версии Голландской шкалы трудовой зависимости (DUWAS) // Организационная психология, 2016. Т. 6. № 3, С. 22-37.

5. Пантилеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: МГУ, 1991. 110 с.

6. Столин В. В. Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. 284 с.

7. Шаповалова А. В. Ургентная аддикция – проблема современного общества / Наука, общество, культура: проблемы и перспективы взаимодействия в современном обществе: сб. ст. IV Международной научно-практической конференции. Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука», 2021. С. 48-55.

8. Шибко О. Л. Диагностика ургентной аддикции // Психологический журнал. 2008. № 1. С. 23-33.

9. McMillan, L. H. W., Brady, E. C., O'Driscoll, M. P., & Marsh, N. V. (2002). A multifaceted validation study of Spence and Robbins' (1992) Workaholism Battery. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 75. Pp. 357-368.

10. Spence, J. T., & Robbins, A. S. (1992). Workaholism: Definition, Measurement, and Preliminary Results. *Journal of Personality Assessment*, 58. Pp. 160-178.

11. Tassi N. *Urgency Addiction*. New York: A Signet Book, 1993. 272 p.

References

1. Burdukova V. A. *Urgentnaya zavisimost' spetsialistov sotsial'no-pedagogicheskikh i psikhologicheskikh sluzhb* [Urgent addiction of specialists in socio-pedagogical and psychological services]. Increasing the quality of professional training for specialists in the social and educational spheres: collection of scientific articles. Vitebsk: VSU named after P. M. Masharov, 2021. Pp. 100-104. (In Russian)

2. Ilyin E. P. *Rabota i lichnost'. Trudogolizm, perfektsionizm, len'* [Work and personality. Workaholism, perfectionism, laziness]. St. Petersburg: Piter, 2011. 224 p. (In Russian)

3. Korolenko Ts. P. *Rabotogolizm – respektabel'naya forma addiktivnogo povedeniya* [Workaholism – a respectable form of addictive behavior]. Review of Psychiatry and Medical Psychology. 1993. No. 1. Pp. 17-29. (In Russian)

4. Lovakov A. V. *Psikhometricheskii analiz russkoyazychnoy versii Gollandskoy shkaly trudovoy zavisimosti (DUWAS)* [Psychometric analysis of the Russian-language version of the Dutch Work Addiction Scale (DUWAS)]. *Organizational Psychology*, 2016. Vol. 6. No. 3. Pp. 22-37. (In Russian)

5. Pantileev S. R. *Samootnosheniye kak emotsional'no-otsenoch'naya sistema* [Self-attitude as an emotional-evaluative system]. Moscow: MSU, 1991. 110 p. (In Russian)

6. Stolin V. V. *Samosoznaniye lichnosti* [Self-consciousness of personality]. Moscow: Moscow University Publishing House, 1983. 284 p. (In Russian)

7. Shapovalova A. V. *Urgentnaya addiktsiya – problema sovremennogo obshchestva* [Urgent addiction – a problem of modern society]. Science, society, culture: problems and prospects of interaction in modern society: collection of articles of the IV International Scientific and Practical Conference. Petrozavodsk: International Center for Scientific Partnership "New Science", 2021. Pp. 48-55. (In Russian)

8. Shibko O. L. *Diagnostika urgentnoy addiktsii* [Diagnostics of urgent addiction]. Psychological Journal. 2008. No. 1. Pp. 23-33. (In Russian)

9. McMillan, L. H. W., Brady, E. C., O'Driscoll, M. P., & Marsh, N. V. (2002). A multifaceted validation study of Spence and Robbins' (1992) Workaholism Battery. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 75. Pp. 357-368.

10. Spence, J. T., & Robbins, A. S. (1992). Workaholism: Definition, Measurement, and Preliminary Results. *Journal of Personality Assessment*, 58. Pp. 160-178.

11. Tassi N. *Urgency Addiction*. New York: A Signet Book, 1993. 272 p.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Принадлежность к организации

Омарова Марина Карахановна, доцент, кандидат психологических наук, доцент, кафедры общей и социальной психологии, Дагестанский государственный университет, Махачкала, Россия; e-mail: makaom@mail.ru

Принята в печать 16.07.2025 г.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Affiliation

Marina K. Omarova, Ph. D. (Psychology), assistant professor, chair of General and Social Psychology, Dagestan State University, Makhachkala, Russia; e-mail: makaom@mail.ru

Received 16.07.2025.