

## A munkanélküliség és a munkamánia

### A munkanélküliség lélektani modelljei

- Funkcionális elmélet – Jahoda
- A munka, mint szociális intézmény
- A munka látens funkciói:
  - Időstrukturálás
  - Külső célok
  - Társadalmilag értékes státusz
  - Aktivitás
  - Részvétel kollektív erőfeszítésekben

### A munkanélküliség lélektani modelljei

- Vitamin modell – Warr (1987)
- A lelki egészség megőrzéséhez szükséges környezeti tényezők:
 

(A és D vitamin „Additional Decrements”):  
a külső célok, a változatosság, a bejósolhatóság, az ellenőrzés, a képességek használata, a társas kapcsolatok

(C és E vitamin „Constant Effects”)  
a pénz, az anyagi biztonság, az értékes szociális pozíció

### A munkanélküliség lélektani modelljei

- Cselekvési esélytelenség – Fryer (1992)
- A munka manifeszt tényezői: a munkanélküliség anyagi deprivációt okoz.
- A pénztelenség az egyént megfosztja a jövő tervezésének és megvalósításának lehetőségétől, meggátolja a cselekvésben, nem biztosít eszközöket, elbátortalanít, alkalmatlanság érzését kelti.

### A munkanélküliség szakaszelméletei

Hopson, Adams (1976)	Harrison (1976)	Hill (1977)	Briar (1977)	Hayes, Nutman (1981)	Borgen, Amundson (1984)
<ul style="list-style-type: none"> <li>•immobilizáció</li> <li>•minimalizáció</li> <li>•depresszió</li> <li>•elfogadás</li> <li>•új lehetőségek felkutatása</li> <li>•elhelyezkedés</li> <li>•értelem keresés</li> <li>•internalizáció</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•sokk</li> <li>•optimizmus</li> <li>•pesszimizmus</li> <li>•fatalizmus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•trauma, tagadás</li> <li>•depresszió</li> <li>•adaptáció</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•sokk</li> <li>•optimizmus</li> <li>•önvadás</li> <li>•depresszió</li> <li>•tehetetlenség</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•sokk és immobilizáció</li> <li>•depresszió és visszahúzódás</li> <li>•deorganizáció és krízis</li> </ul>	<p><b>I. Gyász</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-tagadás</li> <li>-düh</li> <li>-alkudozás</li> <li>-depresszió</li> <li>-elfogadás</li> </ul> <p><b>II. Álláskeresés</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-lelkesedés</li> <li>-stagnálás</li> <li>-frusztráció</li> <li>-apátia</li> </ul>

### A munkanélküliség lélektani hatásai

- A várakozás-értékesség elmélet (Feather & O'Brien, 1959)
    1. Képes vagyok-e eleget tenni az álláskereső követelményeinek?
    2. Várhatóan sikere követi-e az álláskereső próbálkozásaimat?
    3. Az elnyert állás elég értékes-e számomra?
- Várakozás és értékesség mérlegelése (Wiener attribúciós elmélete)

## A munkanélküliség lélektani hatásai

A tanult tehetetlenség (Winefield, 1995)

- Motivációs deficit: csökken az álláskeresési aktivitás, az új készségek és ismeretek iránti törekvés
- Kognitív deficit: önmagukat okolják a munkanélküliségért
- Emocionális deficit: szorongás, depresszív érzelmi állapot

## A munkanélküliség lélektani hatásai

- Stressz és coping felfogás (Latack, Kiniczki & Prussia 1995): a munkanélküliséggel történő megküzdés integratív felfogása
- Szociális identitás megközelítés. (Breakwell, 1984) új keret a szociális hovatartozáshoz

## A munkanélküliség lélektani hatásai

- Az Énre gyakorolt hatás (az identitás újra meghatározása)
- Stressz reakciók súlyosbodása és a lelki egészség hanyatlása, öngyilkossági kísérletek, függőségi állapot
- A bűnözésre, erőszakos cselekedetekre való hajlam erősödése
- A közösségi és politikai aktivitás csökkenése
- A testi egészségre gyakorolt hatás
- Csökkenő társas aktivitás, szociális izoláció
- A családi kapcsolatok romlása
- A munkahelyen maradók elkötelezettségének csökkenése („túlélési szindróma”)

## A munkanélküliség mint életátmenet jellemzői

- Pszichológiai jellemzők:
  - Bejósolható vagy bejósolhatatlan
  - Általános vagy egyedi
  - Időben behatárolt vagy rövid ideig tartó
- Szociológiai jellemzők:
  - Leválasztó (szerepvesztő)
- Közgazdasági jellemzők
  - Strukturális (megváltozó termelési szerkezet), recessziós, frikcionális (súrlódásos: két munkahely közötti időben)

## A munkanélküliség mint életátmenet jellemzői

- Környezeti tényezők
  - Szociális támogatottság
  - Munkaerő-piaci lehetőségek
  - Az államilag támogatott programokban történő részvétel
  - Kulturális jellemzők ( a munka mint lehetőség, vagy mint kötelezettség)

## A munkanélküliség mint életátmenet jellemzői

- Személyes tényezők
  - Demográfiai jellemzők: nem, életkor, iskolai végzettség és foglalkozási presztízs
  - Anyagi helyzet
  - Egészségi állapot
  - Származás

## A munkanélküliség, mint életátmenet jellemzői

- Pszichológiai jellemzők
  - Az egyén céljai és elköteleződése
  - Önbecsülés
  - Személyes hatékonyság hiedelme
  - Kontroll hely
  - Én jellemzők: Én-komplexitás, Én-diszkrépancia, Szociális Intelligencia
  - Megküzdési jellemzők: lelki szívósság, A-típusú viselkedés
  - Személyiség vonások: neuroticizmus, introverzió
  - Az elhárító mechanizmusok fejlettsége

## Munkamánia

## A munkamánia elméletei

- A szó, „workaholic” első megjelenése: Oates 1971.
- Munkamánia: A kényszer vagy a kontrollálhatatlan szükséglet folytonosan dolgozni (Oates, 1971), azzal a szándékkal, hogy a munkamániás olyan sok időt töltsön munkával, amennyit csak lehet (Machlowitz, 1980).

## A munkamánia elméletei

- Negatív jelenség, amely kedvezőtlen hatással van az egészségre, a személyes kapcsolatokra és az általános jóllétre (Porter, 2001)
- Pozitív következményekkel jár mind a munkamániások, mind a szervezetük számára (Jones, 2001)
- Különbséget tesznek a pozitív forma, az „enthusiastic” munkamániás, és a negatív forma között (Spence & Robbins, 1992)

## A munkamánia definíciói

Jellemzői: (Scott, Moore, Miceli 1997)

1. A személy olyan sok időt tölt munkával, aminek eredménye, hogy feladja fontos szociális, családi és rekreációs tevékenységeit a munka miatt.
2. Állandóan és folyamatosan a munkájára gondol, akkor is, ha nincs munkában.
3. Azon túl is dolgozik, hogy ésszerűen kielégítette a szervezeti és gazdasági követelményeket.

## A „munkamániás” definíciói

- Munkamánia triád:
  - részt venni a munkában
  - motiváltnak lenni a munkában
  - élvezni a munkát
- A munkamániás típusai:
  1. „igazi” munkamániás: magas a részvétel, és a motiváció, alacsony az élvezet
  2. „munka-rajongó”: magas élvezet és motiváció, alacsony részvétel
  3. lelkes munka-alkoholista: mindhárom magas

## A munkamániás személyiség

- Tökéletességre törekvés: jó, jobb, legjobb
  - szakértelem – tökéletes mű
- Megszállottság – kényszeresség – idegeskedés, aggodalom, őrlődés
  - lazaság- megszállottság
- Nárcizmus
  - egészséges önzés – nárcizmus

## A munkamániások fő jellemzői

- Tagadás, el nem ismerés
  - „a császár új ruhája”
- Rejtett irányítás
  - a dolgok szörnyű kiforgatása
- Nyílt irányítás
  - Villogó neonfény
- Hatalom
  - „A várúr”- versengés

## Összefüggések a munkamániával

- Munka és a munkán kívüli tényezők:
  - magas a konfliktusok száma
- Az egészség: magas stressz, megterhelés és megbetegedési hajlam
- A típusú viselkedés és elkötelezettség:
  - különbözik a munkamániától

## A munkamániás viselkedés mérése

- Work Addiction Risk Test – Robinson, 1999.
- Skálái:
  - Kényszeres tendenciák
  - Kontroll
  - Csökkent kommunikáció - Én-feloldódás/ Önmagába mélyülés
  - Képtelenség a delegálásra
  - Önértékelés