

Uzależnienie od pracy można zdefiniować jako uzależnienie behawioralne mające podobne symptomy co uzależnienia od substancji, takie jak objawy odstawienne, tolerancja, zmiana nastroju czy konflikty. Badania nad rozpowszechnieniem uzależnienia od pracy wskazują, że może ono dotyczyć, w zależności od kraju, od około 6 do 20% pracowników. Te liczby są zdecydowanie wyższe niż w przypadku większości innych uzależnień, co wskazuje na powagę problemu oraz na konieczność prowadzenia szeroko zakrojonych badań nad czynnikami ryzyka uzależnienia od pracy. Te dane sugerują również, że czynniki związane z poziomem makro (np. kulturowe) mają istotne znaczenie dla rozpowszechnienia tego problemu. Większość badań nad czynnikami ryzyka uzależnienia od pracy ma poważne ograniczenia w postaci uwzględniania jedynie charakterystyk pracowników (poziom mikro), np. cech osobowości lub w mniejszym stopniu czynników organizacyjnych (poziom mezo), takich jak wymagania w pracy, z pominięciem czynników kulturowych i socjoekonomicznych (poziom makro), takich jak socjoekonomiczny poziom rozwoju państwa, jak również wzajemnych oddziaływań między różnymi poziomami czynników.

Badania potwierdzają relację między uzależnieniem od pracy a pogorszonym funkcjonowaniem psychospołecznym o znaczeniu klinicznym. Uzależnienie od pracy wiąże się z problemami natury fizycznej i psychicznej, konfliktami rodzinnymi, obniżoną satysfakcją z pracy i niższą efektywnością pracy. Niestety, większość badań nad zdrowotnymi konsekwencjami uzależnienia od pracy ma charakter poprzeczny (tzn. obejmują tylko jeden pomiar), co wyklucza możliwość wnioskowania o związkach przyczynowo-skutkowych. Dodatkowo, niewiele badań dotyczy dziennych wahań poziomu symptomów uzależnienia od pracy oraz ich związków z problemami zdrowotnymi doświadczanymi tego samego i kolejnego dnia. Podobnie, w bardzo niewielu badaniach sprawdza się, czy, a jeśli tak, to w jaki sposób czynniki organizacyjne i indywidualne mają wpływ na przebieg relacji między uzależnieniem od pracy a problemami zdrowotnymi.

W ramach projektu zbadamy wzajemne oddziaływanie kulturowych, socjoekonomicznych, organizacyjnych i indywidualnych czynników związanych z uzależnieniem od pracy. Przykładowo, ciekawi nas, czy mieszkanie w kraju o wysokim poziomie rozwoju socjoekonomicznego lub praca w organizacji lub firmie, w której wspierana jest równowaga między pracą a życiem osobistym, mogą łagodzić potencjalnie negatywną relację między wybranymi cechami jednostki (jak wysoka neurotyczność czy wysoki poziom perfekcjonizmu) a nasileniem symptomów uzależnienia od pracy. By odpowiedzieć na pytania tego typu, przeprowadzimy międzykulturowe badanie, w którym udział weźmie co najmniej 2000 osób z co najmniej 40 krajów (50 osób z każdego kraju). Osoby badane odpowiedzą na pytania mierzące poziom uzależnienia od pracy, czynniki ryzyka uzależnienia z różnych poziomów oraz cechy socjodemograficzne. Większość danych na temat czynników makro zostanie pozyskana ze światowych baz danych, udostępnianych m.in. przez Bank Światowy (the World Bank Open Data).

W ramach projektu zbadamy również długoterminowe i krótkoterminowe związki między uzależnieniem od pracy a problemami zdrowotnymi. W tym celu przeprowadzimy dwa badania: pierwsze będzie miało charakter klasycznego badania podłużnego (tj. uwzględniającego więcej niż jeden pomiar tych samych osób), a drugie formę intensywnego badania podłużnego – badania dzienniczkowego. W pierwszym badaniu weźmie udział co najmniej 1000 pracowników organizacji i firm działających w Polsce. Pomiary zostaną przeprowadzone czterokrotnie, co trzy miesiące. W badaniu dzienniczkowym weźmie udział co najmniej 200 osób, które poświęcają swojej pracy dużo czasu. Badanie będzie składało się z dwóch części: (a) sesji poprzedzającej badanie dzienniczkowe, podczas której badani wypełnią kwestionariusze mierzące ich cechy indywidualne oraz cechy organizacji lub firmy, w której pracują; (b) 14-dniowy dzienniczek, w ramach którego mierzony będzie dzienny poziom symptomów uzależnienia oraz problemów zdrowotnych.

Nasze badania pozwolą lepiej zrozumieć naturę uzależnienia od pracy i jednocześnie naturę uzależnienia w ogóle. Projekt wyznaczy również nowe kierunki badań nad uzależnieniem od pracy, zwłaszcza nad czynnikami ryzyka z różnych poziomów. W ten sposób może przyczynić się do opracowania rekomendacji dla rządów dotyczących warunków pracy, jak również wpływać na wewnętrzne regulacje i procedury przyjmowane przez organizacje, a dotyczące klimatu w miejscu pracy czy wartości w organizacji. Zaletą projektu jest także to, że obejmuje on współpracę międzynarodową oraz założenie naukowego konsorcjum pomiędzy Uniwersytetem Śląskim w Katowicach a Uniwersytetem Gdańskim. Daje to możliwość stworzenia silnego zespołu badawczego zaangażowanego w intensywne badania międzykulturowe nad różnorodnymi czynnikami ryzyka oraz konsekwencjami zdrowotnymi uzależnienia od pracy.