

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Pracoholicy są bardziej podatni na depresję

Osoby uzależnione od pracy mają większe w porównaniu do innych osób problemy ze snem. W większym stopniu są również podatne na depresję - wynika z badania, które przeprowadzono na blisko 200 osobach pracujących we Francji.

Międzynarodowy zespół naukowców wskazał, że osoby, które podczas badań zakwalifikowano do grupy pracoholików, dwukrotnie częściej niż pozostali uczestnicy badania deklarowały kłopoty z jakością snu.

Według analiz, których wyniki opublikowano w najnowszym wydaniu naukowego pisma "Journal of Environmental Research and Public Health", także dwukrotnie częściej pracoholicy mają problemy z depresją.

"Nasze badanie dowodzi konieczności wdrażania programów prewencyjnych chroniących personel firm przed pracoholizmem" - wskazali naukowcy.

Wyjaśnili, że badanie przeprowadzili na podstawie uzyskanych przez internetową ankietę odpowiedzi na pytania związane z zaangażowaniem w pracę, długość wykonywania zadań oraz codzienne zwyczaje.

Autorzy studium odnotowali, że aż pięciokrotnie częściej osoby uzależnione od pracy wchodziły w skład spółek, na których usługi lub towary notowany jest wysoki popyt.

"W podmiotach tych tzw. grupa wysokiego ryzyka uzależnienia od pracy wykonywała swoje zadania średnio o 7 godzin więcej tygodniowo wobec innych pracowników. Ich większe zaangażowanie w pracę nie tylko nie było wymagane od władz firmy, ale też nikt nie oczekiwał go od nich" - wskazali autorzy studium.

Sprecyzowali, że w pierwotnie zaplanowanym na 1,5 tys. uczestników studium odpowiedzi udzieliło jedynie około 200 osób.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30301.html>



23-06-2026

[Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

[Przyjemnych snów życzy anestezjolog](#)

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

[Za mało siedzenia także może szkodzić](#)

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad](#)

[terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy](#) [protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie](#) [seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy