

## ¿Soy adicto al trabajo?

Trabajoadicto: comportamiento de una persona loca por trabajar. Quienes padecen esta adicción pueden ver cómo se deterioran sus relaciones personales y para ellas quedarse en paro puede ser sinónimo de depresión.

«Se preocupa en exceso por el trabajo, conducido por una motivación incontrolable e invierte tanto tiempo y esfuerzo en este que le impide realizarse en otras áreas importantes de la vida». Así define la revista *Journal of Managerial Psychology* al adicto al trabajo. Ovidio Peñalver, del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, presenta datos provenientes de un estudio que han realizado la Universidad Politécnica de Valencia, la Universidad Jaume I y la Universidad del País Vasco, que concluyen que entre un 10 y un 15 por ciento de la población activa sufre este problema.

El comportamiento de estas personas es compulsivo y buscan una satisfacción inmediata.