ISSN 2538-6832 online 2026/2(113)
DOI: https://doi.org/10.47458/VS.2026.2(113)-3

POLINKIO Į PRIKLAUSOMYBĘ NUO DARBO SĄSAJA SU ROMANTINIŲ SANTYKIŲ VERTINIMU: EMPIRINĖ ANALIZĖ

***Gabrielė Jackevič*[1], *Modesta Morkevičiūtė*[1,2]**
[1] *Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos katedra*
[2] *Vytauto Didžiojo universiteto Vytauto Kavolio transdisciplininių tyrimų institutas*

SANTRAUKA

Tikslas. Empiriniu tyrimu siekta nustatyti ryšį tarp darbuotojų polinkio į priklausomybę nuo darbo ir jų romantinių santykių vertinimo.

Tyrimo medžiaga ir metodai. Tyrime dalyvavo 215 darbuotojų (74 proc. moterų, 26 proc. vyrų), dirbančių įvairiose Lietuvoje veikiančiose įstaigose. Polinkiui į priklausomybę nuo darbo vertinti naudota Bergeno priklausomybės nuo darbo skalė (BWAS) [1]. Romantinių santykių vertinimas atliktas naudojant Santykių vertinimo skalę (RAS) [2]. Papildomai rinkti duomenys apie sociodemografines dalyvių charakteristikas. Statistinei analizei naudoti Stjudento t (*Student*), ANOVA testai ir koreliacinė analizė.

Rezultatai. Nustatyta, kad susižadėję asmenys savo romantinius santykius vertina palankiausiai, o susituokę asmenys – mažiausiai palankiai. Asmenys, gyvenantys kartu su partneriu, savo romantinius santykius vertina palankiau, palyginti su gyvenančiaisiais atskirai. Galiausiai, rasta, kad polinkis į priklausomybę nuo darbo statistiškai reikšmingai susijęs su prastesniu romantinių santykių vertinimu. Kontroliuojant sociodemografinius kintamuosius, ši sąsaja išlieka statistiškai reikšminga.

Išvados. Tyrimu patvirtinta, kad polinkis į priklausomybę nuo darbo yra susijęs su tarpasmeninio lygmens žala. Gauti rezultatai papildo mokslinę literatūrą nagrinėjama tema ir suteikia svarbių empiriniais įrodymais grįstų žinių, kurios rodo polinkio į priklausomybę nuo darbo prevencijos bei įveikos svarbą. Tyrimo išvados gali būti naudingos polinkį į priklausomybę nuo darbo patiriantiems asmenims, sveikatos priežiūros specialistams ir organizacijų atstovams, besirūpinantiems darbuotojų gerove.

Reikšminiai žodžiai: polinkis į priklausomybę nuo darbo, romantiniai santykiai, darbuotojai, empirinis tyrimas.

ĮVADAS

Daugumai žmonių darbas yra būdas patenkinti socialinius ir psichologinius poreikius, nes suteikia prasmės jausmą, leidžia užmegzti socialinius ryšius, užtikrina finansinę gerovę, padeda siekti statuso [3]. Vis dėlto stebima tendencija, kad kai kurių asmenų darbinis elgesys tampa nevaldomas ir perteklinis, pasireiškiantis kitų gyvenimo sričių ignoravimu [4]. Tai laikoma polinkiu į priklausomybę nuo darbo.

Nors mokslininkai vis daugiau dėmesio skiria polinkiui į priklausomybę nuo darbo nagrinėti, kai kurios sritys nepakankamai ištirtos. Viena tokių sričių – darbuotojų, pasižyminčių polinkiu į priklausomybę nuo darbo, romantinių santykių vertinimas. Pasitenkinimas romantiniais santykiais ir jų vertinimas turi reikšmės tiek norui palaikyti pusiausvyrą tarp darbo ir šeimos, tiek bendram socialiniam funkcionavimui. Taigi reiškinių sąsajos nagrinėjimas svarbus darbuotojų gerovės stiprinimui. Vis dėlto tyrimų šia tema atlikta mažai, negana to, jų rezultatai prieštaringi. Nesant galutinių išvadų apie reiškinių sąsają, polinkis į priklausomybę nuo darbo dažnai vertinamas dviprasmiškai, jo žala lieka nepakankamai pagrįsta. Visa tai rodo poreikį toliau tyrinėti šią tematiką. Todėl šio tyrimo ***tikslas*** – nustatyti ryšį tarp darbuotojų polinkio į priklausomybę nuo darbo ir jų romantinių santykių vertinimo.

Adresas susirašinėti: Gabrielė Jackevič
Vytauto Didžiojo universitetas
Jonavos g. 66, 44191 Kaunas
El. p. gabriele.jackevic@vdu.lt

Nors polinkis į priklausomybę nuo darbo pradėtas tirti prieš beveik 60 metų [5], iki šiol trūksta bendro sutarimo, kaip šis konstruktas turėtų būti apibrėžtas. Reiškiniui apibūdinti naudojamos kelios sąvokos, pvz., priklausomybė nuo darbo (angl. *work addiction*), darboholizmas (angl. *workaholism*), potraukis darbui (angl. *work craving*), perteklinis darbas (angl. ex*cessive work*), intensyvus įsitraukimas į darbą (angl. *heavy work investment*), o pats reiškinys skirtingų autorių suvokiamas kaip priklausomybė, asmenybės savybė, nepatologinio elgesio modelis ir pan. [6]. Dažniausiai tapatinami priklausomybės nuo darbo ir darboholizmo terminai, suprantami kaip to paties reiškinio sinonimai. Vis dėlto toks terminų tapatinimas kelia diskusijų. Manoma, kad reikėtų atskirti šiuos reiškinius dėl konceptualių skirtumų, nes priklausomybė nuo darbo – patologinis reiškinys, o darboholizmas suvokiamas kaip kasdienis su darbu susijęs elgesys, turintis tiek neigiamų, tiek teigiamų padarinių [7]. Kadangi priklausomybė nuo darbo koncepciniu ir operacionalizaciniu požiūriais aiškesnė, šiame tyrime nagrinėtas pastarasis reiškinys. Vartotas dažniausiai sutinkamas apibrėžimas – tai pernelyg didelis susirūpinimas darbu, nekontroliuojama darbo motyvacija ir perteklinis energijos bei laiko skyrimas darbui, dėl ko nukenčia asmens santykiai, laisvalaikis ir / ar sveikata [1, 8]. Išskiriami šie reiškinio komponentai: 1) svarba (darbo dominavimas mintyse ir elgesyje), 2) tolerancija (didėjanti darbo veiklos apimtis norimam poveikiui pasiekti), 3) nuotaikos pokyčiai (darbo veiklos arba jos trūkumo paskatinti nuotaikos pasikeitimai), 4) atkrytis (grįžimas prie ydingo su darbu susijusio elgesio po pagerėjimo periodo), 5) abstinencijos simptomai (nemalonūs pojūčiai negalint dirbti), 6) konfliktas (darbo veiklos paskatinti konfliktai tarpasmeniniuose santykiuose ir kasdienėje veikloje) ir 7) problemos (neigiamos ydingo su darbu susijusio elgesio pasekmės) [1]. Vadovaujantis tuo, kad reiškinys oficialiai nepripažintas priklausomybe ir neįtrauktas į tarptautinius ligų klasifikatorius, šiame darbe vartojama „polinkio į priklausomybę nuo darbo“ sąvoka.

Tyrimų, susijusių su polinkiu į priklausomybę nuo darbo, aktualumas grindžiamas reikšmingu reiškinio paplitimu ir potencialia žala. Kai kuriose šalyse polinkio į priklausomybę nuo darbo mastas viršija 20 proc., o bendras paplitimas įvertintas ~15 proc. [3]. Be to, šis reiškinys siejamas su neigiamais padariniais asmeniniu lygmeniu: emociniu išsekimu [9], padidėjusiu stresu, didesne psichikos sutrikimų (pvz., depresijos) rizika [10], sveikatai rizikingu elgesiu (pvz., priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimu, nepakankamu fiziniu aktyvumu, prastesne mityba) [11, 12], prastesne fizine sveikata (pvz., miego sutrikimais, širdies ir kraujagyslių sistemos problemomis) [13] ir kt. Taip pat nustatyta, kad šis reiškinys žalingas organizaciniu požiūriu, nes linkę į priklausomybę nuo darbo asmenys neretai pasižymi sumažėjusiu produktyvumu [14], dažnesniu organizacijos taisyklių pažeidimu ir agresyviu elgesiu darbovietėje [15], o tai gali neigiamai atsiliepti organizacijos veiklai. Taigi ankstesnių tyrimų rezultatai rodo perteklinio darbo žalą asmeniui ir organizacijai. Vis dėlto polinkio į priklausomybę nuo darbo sąsaja su tam tikrais socialinio / tarpasmeninio lygmens reiškiniais nepakankamai ištirta. Atsižvelgiant į tai, kad polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių ryšys nagrinėtas retai, reikalinga tolesnė šių reiškinių sąsajos analizė.

Romantinių santykių vertinimas dažnai matuojamas bendruoju pasitenkinimu jais. Kai kurie autoriai apibūdina šį reiškinį kaip laimės lygį ir santykių kokybę [16], kiti – kaip jausmus ir nuostatas partnerio atžvilgiu, kurie orientuoti į poreikių patenkinimą [17]. Šiame darbe romantinių santykių vertinimas suprantamas kaip emocinė būsena, pasižyminti asmens pasitenkinimu romantiniais santykiais ir patirtimi juos kuriant [18].

Ankstesnių tyrimų, kuriuose analizuota sąsaja tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo, rezultatai prieštaringi. Kai kuriuose tyrimuose ryšys tarp reiškinių nenustatytas [19]. Kitur pastebima, kad intensyvus darbas turi teigiamos reikšmės tarpasmeniniams santykiams – romantinių santykių vertinimas tampa pozityvesnis [20]. Pastarieji rezultatai aiškinami tuo, kad linkę į priklausomybę nuo darbo asmenys patenkina pripažinimo, saviraiškos, statuso poreikius ir suvokia savo darbo veiklą kaip prasmingą, todėl pagerėja jų emocinė savijauta [21], o kartu palankiau vertinamos ir kitos gyvenimo sritys, pvz., romantiniai santykiai.

Kita vertus, esama daugiau įrodymų, kad labiau išreikštas polinkis į priklausomybę nuo darbo siejamas su prastesniu romantinių santykių vertinimu [22, 23, 24]. Polinkio į priklausomybę nuo darbo nulemtas prastesnis romantinių santykių vertinimas aiškinamas stresu, kylančiu dėl pernelyg aukštų darbo reikalavimų ir per didelio darbo krūvio [25]. Tai pasireiškia padidėjusiu asmens dirglumu bei kylančiomis nemaloniomis emocijomis [22]. Esant

suprastėjusiai emocinei būklei, asmuo gali jausti mažesnį emocinį prisirišimą, fizinį potraukį ir gali tapti mažiau rūpestingas partnerio atžvilgiu [19]. Patiriamas stresas ir neigiama emocinė būklė perduodama romantiniam partneriui, todėl neigiamai paveikiama santykių kokybė ir jų dinamika. Tai atitinkamai skatina polinkiu į priklausomybę nuo darbo pasižyminčius asmenis prasčiau vertinti romantinius santykius. Kitas galimas neigiamo ryšio paaiškinimas – dažnesni konfliktai poroje. Polinkiu į priklausomybę nuo darbo pasižymintys asmenys skiria itin daug laiko ir energijos darbui, o tai riboja galimybes patenkinti šeimai svarbius saugumo, intymumo, pripažinimo ir meilės poreikius [21]. Tai sukelia konfliktus poroje bei didina patiriamą nuovargį ir išsekimą, kurie dar labiau apsunkina bendravimą su partneriu [26]. Natūralu, kad ilgainiui tai gali lemti prastesnį romantinių santykių vertinimą. Neigiamas reiškinių ryšys taip pat aiškinamas nepakankama polinkiu į priklausomybę nuo darbo pasižyminčių asmenų gaunama emocine parama. Asmenys, linkę į priklausomybę nuo darbo, dažnai atsiriboja nuo savo partnerio [21], jam (jai) neskiria pakankamai laiko [27]. Dėl šių priežasčių patys gauna mažiau emocinės paramos [28], o tai gali pasireikšti bendru nusivylimu romantiniais santykiais.

Galiausiai, polinkio į priklausomybę nuo darbo ir prastesnio romantinių santykių vertinimo sąsaja aiškinama atsistatymo modeliu (angl. *recovery model*) [29]. Remiantis šiuo modeliu, dirbdamas asmuo patiria stresą, sužadinama jo psichofiziologinė sistema, kuri turėtų būti nuslopinta kompensaciniu būdu, t. y. ilsintis. Tačiau polinkiu į priklausomybę nuo darbo pasižymintys asmenys dirba ilgas valandas ir negeba atsiriboti nuo darbo. Jų darbo krūvis yra nuolatinis, atsistatoma nepakankamai, dėl to stresas tampa lėtinis, o kartu su juo kyla emocinis išsekimas [30]. Ilgainiui nuovargis mažina norą bendrauti, o pats asmuo tampa apatiškas ir lydimas tuštumos jausmo [31]. Dėl to nukenčia romantiniai santykiai, nes jiems palaikyti būtinas artimas bendravimas bei laikas kartu [32], o tai, nepakankamai pailsėjus ir daug dirbant, sunkiai įgyvendinama. Taigi, atsižvelgiant į anksčiau pateiktus argumentus ir daugumos tyrimų rezultatus, šiame darbe keliama prielaida: labiau išreikštas polinkis į priklausomybę nuo darbo susijęs su prastesniu romantinių santykių vertinimu.

TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

Tyrimo imtis ir procedūra. Atliktas kiekybinis skerspjūvio tyrimas, vykdytas 2025 m. vasario–kovo mėnesiais. Duomenys rinkti patogiosios netikimybinės atrankos principu. Kvietimas dalyvauti tyrime ir su juo susijusi informacija paskelbti socialiniuose tinkluose bei potencialiems dalyviams siųsti asmeniškai. Tyrimo dalyviai turėjo užpildyti elektroninę anketą *Google Forms* platformoje. Prieš pildydami anketą dalyviai buvo supažindinti su informuoto sutikimo forma, t. y. tyrimo tikslu, dalyvavimo jame sąlygomis ir informuoti apie anonimiškumą, konfidencialumą bei savanorišką dalyvavimą. Apklausą užpildę asmenys sutiko dalyvauti tyrime ir pažymėjo esą dirbantys bei įsitraukę į romantinius santykius. Tyrimas paremtas savanoriškumo principu, papildomos skatinimo priemonės netaikytos.

Norą dalyvauti tyrime išreiškė 260 žmonių, tačiau galutinę imtį sudarė 215 dirbančių suaugusiųjų, atitikusių atrankos kriterijus. Dalyvių moterų buvo žymiai daugiau (74 proc.) nei vyrų (26 proc.). Vidutinis dalyvių amžius – 33 metai (SD = 8,4). Dauguma (80 proc.) tyrimo dalyvių nurodė turintys aukštąjį išsilavinimą. Tiriamieji nurodė dažniausiai dirbantys viešajame (63,3 proc.), rečiau – privačiame (29,3 proc.) sektoriuose. Mažiausia dalyvių grupė dirbo kitokio pobūdžio organizacijose (7,4 proc.). Vidutinis dalyvių darbo stažas esamoje darbovietėje – 7,2 metų (SD = 7,2). Beveik pusės (47,9 proc.) dalyvių santykiai truko 6 metus ar ilgiau. Beveik pusė (46 proc.) tyrimo dalyvių nurodė palaikantys santykius, tačiau yra nesusituokę ir nesusižadėję, šiek tiek mažiau (42,8 proc.) – susituokę, o mažuma (11,2 proc.) nurodė esantys susižadėję. Didžioji dalis (81,9 proc.) tiriamųjų nurodė gyvenantys kartu su partneriu, kita dalis (18,1 proc.) nurodė gyvenantys atskirai.

Metodika. Polinkiui į priklausomybę nuo darbo matuoti naudota Bergeno priklausomybės nuo darbo skalė (BWAS) [1], kurią sudaro 7 teiginiai, matuojantys visus priklausomybėms būdingus požymius (svarbumas, nuotaikos pokyčiai, tolerancija, nutolimas, konfliktai, atkrytis ir problemos). Skalės klausimo pavyzdys: „Kaip dažnai per pastaruosius metus pagalvodavote, kaip rasti daugiau laiko darbui?“. Teiginiai vertinti pagal 5 balų Likerto skalę (1 – „Niekada“, o 5 – „Visada“). Bendras skalės įvertis – nuo 7 iki 35 balų; didesnis balų skaičius siejamas su labiau išreikštu polinkiu į priklausomybę nuo darbo. Skalės vidinio suderinamumo koeficientas (Cronbacho alfa)

šiame tyrime siekė 0,845.

Romantinių santykių vertinimas atliktas naudojant Santykių vertinimo skalę (RAS) [2], sudarytą iš 7 klausimų. Skalės klausimo pavyzdys: „Kaip gerai Jūsų partneris (-ė) atitinka jūsų poreikius?“. Teiginiai vertinti pagal 5 balų Likerto skalę, kur 1 reiškė prastą vertinimą, o 5 – puikų vertinimą. Bendras skalės įvertis – nuo 7 iki 35 balų; didesnis balų skaičius reiškia palankesnį romantinių santykių vertinimą. Šiame tyrime skalės vidinio suderinamumo koeficientas (Cronbacho alfa) siekė 0,81.

Papildomai rinkti duomenys apie dalyvių amžių, lytį, išsilavinimą, darbo stažą esamoje darbovietėje, sektorių, kuriame dirbama, romantinių santykių trukmę, jų statusą bei gyvenimą kartu su partneriu.

Statistika. Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant *IBM SPSS STATISTICS 24.0* versiją. Skaičiavimai pradėti nuo aprašomosios statistikos. Skirtumams tarp dviejų grupių tikrinti naudotas Stjudento-t (*Student*) testas, o daugiau nei tarp dviejų grupių – vienfaktorė dispersinė analizė (ANOVA). Ryšio tarp kintamųjų analizei naudota Pirsono (*Pearson*) ir dalinė koreliacija. Taikytas statistinio reikšmingumo lygmuo – $p \leq 0,05$.

TYRIMO REZULTATAI

Aprašomoji statistika. 1 lentelėje pateikiama aprašomoji tyrimo kintamųjų statistika (vidurkiai (M) ir standartiniai nuokrypiai (SD)).

Ryšys su sociodemografinėmis charakteristikomis. Pagrindinių tyrimo kintamųjų skirtumai pagal sociodemografines charakteristikas pateikiami 2 lentelėje.

Atlikus kintamųjų palyginimą (žr. 2 lentelę), reikšmingų polinkio į priklausomybę nuo darbo skirtumų pagal lytį, išsilavinimą, organizacijos, kurioje dirbama, tipą bei santykių ypatumus (statusą ir gyvenimą kartu ar atskirai) nenustatyta. Reikšmingų romantinių santykių vertinimo skirtumų pagal lytį, išsilavinimą ir organizacijos tipą taip pat nerasta. Nustatyta, kad romantinių santykių vertinimas skiriasi pagal santykių statusą: susižadėję asmenys savo romantinius santykius vertino palankiausiai, o susituokę – mažiausiai palankiai. Taip pat nustatyta, kad asmenys, gyvenantys kartu su partneriu, savo romantinius santykius vertina palankiau, palyginti su gyvenančiaisiais atskirai.

Toliau tikrinta polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo sąsaja su tyrimo dalyvių amžiumi, santykių trukme ir darbo stažu. Rezultatai pateikiami 3 lentelėje.

Statistiškai reikšmingų sąsajų tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo, romantinių santykių vertinimo ir santykių trukmės, darbo stažo bei amžiaus nenustatyta (žr. 3 lentelę).

Hipotezės tikrinimas. Tolesniu etapu atliktas ryšio tarp pagrindinių tyrimo kintamųjų tikrinimas. Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo ($r = –0,232$, $p = 0,001$). Taigi, kuo labiau išreikštas polinkis į priklausomybę nuo darbo, tuo prastesnis romantinių santykių vertinimas.

Atsižvelgiant į nustatytus statistiškai reikšmingus romantinių santykių vertinimo skirtumus pagal santykių statusą ir gyvenimą kartu arba atskirai, atlikta dalinė koreliacija ryšiui tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių įvertinti. Taikytas minėtų sociodemografinių kintamųjų kontroliavimas. Nustatyta, kad kontroliuojant reikšmingus sociodemografinius kintamuosius sąsaja išlieka statistiškai reikšminga ($r = –0,216$, $p = 0,001$).

REZULTATŲ APTARIMAS

Atsižvelgiant į didėjantį polinkio į priklausomybę nuo darbo paplitimą, jo daromą žalą ir vis gausėjančius duomenis apie galimus neigiamus šio reiškinio padarinius, tampa itin svarbu toliau vykdyti šios srities tyrimus. Jau žinoma apie tam tikras reiškinio pasekmes asmeniui ir organizacijai, tačiau kol kas nepakankamai ištirtas polinkio į priklausomybę nuo darbo poveikis tarpasmeniniams santykiams. Todėl šiuo tyrimu siekta nustatyti ryšį tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo.

Tyrime kelta hipotezė patvirtinta. Nustatyta, kad polin-

1 lentelė. Aprašomoji statistika

	M	SD
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	18,95	6,09
Romantinių santykių vertinimas	27,35	4,65

kis į priklausomybę nuo darbo susijęs su prastesniu romantinių santykių vertinimu. Tokie rezultatai sutampa su ankstesnių tyrimų rezultatais [pvz., 22, 23]. Gauti rezultatai aiškinami tuo, kad perteklinis darbas padidina stresą, įtampą [33], dirglumą [22], o tai veda prie emocinio išsekimo [26]. Dėl to pamažu prarandamas emocinis prisirišimas, šilti jausmai ir potraukis partneriui [19]. Taip pat linkę į priklausomybę nuo darbo asmenys pernelyg aukojasi ir atsiduoda darbui, jam skiria itin daug laiko, dėl to pritrūksta jėgų santykiams palaikyti, o tai ilgainiui siejama su dar stipresniu nepasitenkinimu santykiais ir prastesniu jų vertinimu [24].

Papildomai analizuoti pagrindinių tyrimo kintamųjų skirtumai pagal sociodemografines charakteristikas. Nustatyta, kad susižadėję asmenys savo romantinius santykius vertina palankiau, palyginti su susituokusiais ar palaikančiais santykius, bet nei susižadėjusiais, nei susituokusiais asmenimis. Tokie rezultatai gali būti aiš-

2 lentelė. Polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo skirtumai pagal sociodemografines charakteristikas

Kintamieji	Grupės	Imties dydis	Vidurkiai	Statistinio reikšmingumo įvertis (p)
Lytis				
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Vyrai	64	18,99	0,891
	Moterys	159	18,52	
Romantinių santykių vertinimas	Vyrai	64	27,29	0,753
	Moterys	159	27,52	
Išsilavinimas				
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Turi aukštąjį išsilavinimą	172	19,23	0,189
	Neturi aukštojo išsilavinimo	43	17,86	
Romantinių santykių vertinimas	Turi aukštąjį išsilavinimą	172	27,24	0,511
	Neturi aukštojo išsilavinimo	43	27,77	
Organizacijos tipas				
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Privatus sektorius	63	18,06	0,379
	Viešasis sektorius	136	19,29	
	Kita	16	19,63	
Romantinių santykių vertinimas	Privatus sektorius	63	28,03	0,380
	Viešasis sektorius	136	27,04	
	Kita	16	27,25	
Santykių statusas				
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Susituokę	92	19,60	0,088
	Kuria santykius, bet nei susituokę, nei susižadėję	99	18	
	Susižadėję	24	20,41	
Romantinių santykių vertinimas	Susituokę	92	26,16	**0,003**
	Kuria santykius, bet nei susituokę, nei susižadėję	99	28,04	
	Susižadėję	24	29,04	
Gyvenimas kartu arba atskirai				
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Kartu	176	18,65	0,235
	Atskirai	39	20,33	
Romantinių santykių vertinimas	Kartu	176	27,94	**<0,001**
	Atskirai	39	24,69	

3 lentelė. Polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo ryšys su sociodemografinėmis charakteristikomis

		Pirsono (*Pearson*) koreliacijos koeficientas	Statistinio reikšmingumo įvertis (p)
Polinkis į priklausomybę nuo darbo	Santykių trukmė	–0,133	0,052
	Darbo stažas	0,034	0,624
	Amžius	–0,017	0,80
Romantinių santykių vertinimas	Santykių trukmė	–0,152	0,25
	Darbo stažas	–0,174	0,11
	Amžius	–0,017	0,80

kinami tuo, kad susižadėjimas – išskirtinė santykių fazė, kuriai būdingas padidėjęs optimizmas, aukšti lūkesčiai ir emocinis įsitraukimas, dar nepatyrus iššūkių, susijusių su rutina, ir vaidmenų pasikeitimo, kas įprastai pasireiškia susituokus [17, 34, 35]. Taip pat nustatyta, kad asmenys, gyvenantys kartu su partneriu, savo romantinius santykius vertina palankiau, palyginti su gyvenančiaisiais atskirai – tai sutampa su kitų autorių tyrimų rezultatais Tai, kad kartu gyvenantys asmenys palankiau vertina romantinius santykius, aiškintina gaunamu dažnesniu palaikymu iš partnerio, užtikrinančiu pasitenkinimą santykiais [37]. Kartu gyvenantys partneriai dažniau sąveikauja, patiria bendrų įspūdžių ir jaučiasi labiau įsipareigoję, todėl santykiams skiria daugiau išteklių, o tai padeda išlaikyti aukštesnę santykių kokybę. Be to, gyvendami kartu, ypač jauname amžiuje, asmenys jaučia stipresnį artumą, kas taip pat siejama su palankesniu romantinių santykių vertinimu [36].

Atliktas tyrimas turi tam tikrų ribotumų. Pirmiausia, tyrimo dalyviai atrinkti patogiosios netikimybinės atrankos būdu, todėl gauti rezultatai yra mažiau reprezentatyvūs. Tyrimo rezultatų reprezentatyvumą taip pat mažina ir tyrimo imtis pagal dalyvių kiekį bei lyčių pasiskirstymą. Be to, tyrimas atliktas Lietuvoje, todėl jo rezultatai turi ribotą pritaikomumą kitose šalyse ir kultūrose. Taip pat, kadangi tyrime dalyvavo gana specifinė imtis (netikimybinė, nereprezentatyvi, Lietuvoje gyvenančių asmenų), tikėtina, kad rezultatams įtakos galėjo turėti jai būdingi socialiniai, kultūriniai ar darbo aplinkos ypatumai. Tiriant kitokių charakteristikų imtis gali būti gaunami kitokie rezultatai. Siekiant padidinti rezultatų reprezentatyvumą ir pritaikomumą, rekomenduojama rinkti didesnes imtis, tirti įvairių kultūrų atstovus ir siekti tolygaus dalyvių pasiskirstymo lyties požiūriu. Be to, tyrimas vykdytas nuotoliniu būdu, o tai neleido įvertinti ir kontroliuoti įvairių rezultatams potencialiai svarbių veiksnių. Šio ribotumo būsimuose tyrimuose galima išvengti renkantis kitus tyrimo metodus. Galiausiai, tyrimui atlikti pasirinktas skerspjūvio metodas, ribojantis galimybę nustatyti priežasties ir pasekmės ryšius, todėl rezultatų interpretacija paremta tik teorinėmis prielaidomis. Ateityje rekomenduotina atlikti longitudinius tyrimus, leidžiančius daryti patikimesnes išvadas.

IŠVADOS

1. Nustatyta reikšminga neigiama sąsaja tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo: labiau išreikštas polinkis į priklausomybę nuo darbo susijęs su prastesniu romantinių santykių vertinimu.
2. Kontroliuojant santykių statusą ir gyvenimo kartu / atskirai kintamuosius, neigiamas ryšys tarp polinkio į priklausomybę nuo darbo ir romantinių santykių vertinimo išlieka statistiškai reikšmingas.

PADĖKA

Už empirinių tyrimo duomenų rinkimą autoriai dėkoja Monikai Bagdonaitei.

Straipsnis gautas 2026-02-02, priimtas 2026-05-03

Literatūra

1. Andreassen CS, Griffiths MD, Hetland J, Pallesen S. Development of a work addiction scale. Scandinavian Journal of Psychology. 2012;53(3):265–272. DOI:10.1111/j.1467-9450.2012.00947.x.
2. Hendrick SS. A generic measure of relationship satisfaction. Journal of Marriage and the Family. 1988;50:93–98. DOI:10.2307/352430.
3. Andersen FB, Djugum ME, Sjåstad VS, Pallesen S. The prevalence of workaholism: A systematic review and meta-analysis. Frontiers in Psychology. 2023;14:1252373. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1252373.
4. Kornaszewska-Polak M. Balancing between professional and private life: Analysis of psychological determinants in family context. Family Forum. 2021;11:15–34. DOI: 10.25167/FF/3979.
5. Oates WE. On being a workaholic. Pastoral Psychology. 1968;19(8):16–20. DOI: 10.1007/BF01785472.
6. Morkevičiūtė M, Endriulaitienė A. Defining the border between workaholism and work addiction: A systematic review. International Journal of Mental Health and Addiction. 2023;21(5):2813–2823. DOI: 10.1007/s11469-022-00757-6.
7. Clark MA, Smith RW, Haynes NJ. The Multidimensional Workaholism Scale: Linking the conceptualization and measurement of workaholism. Journal of Applied Psychology. 2020;105(11):1281–1307. DOI: 10.1037/apl0000484.
8. Griffiths M. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use. 2005;10(4):191–197. DOI: 1080/14659890500114359.
9. Balducci C, Alessandri G, Zaniboni S, Avanzi L, Borgogni L, Fraccaroli F. The impact of workaholism on day-level workload and emotional exhaustion, and on longer-term job performance. Work & Stress. 2021;35(1):6–26. DOI: 10.1080/02678373.2020.1735569.
10. McFarlane TA, Morgan SS. Work addiction and work-related depression in Jamaica: What is the cost of too much work? Psychological Applications and Trends. 2024:266–270. DOI: 10.36315/2024inpact055.
11. Salanova M, López-González AA, Llorens S, Del Líbano M, Vicente-Herrero MT, Tomás-Salvá M. Your work may be killing you! Workaholism, sleep problems and cardiovascular risk. Work & Stress. 2016;30(3):228–242. DOI: 10.1080/02678373.2016.1203373.
12. Airagnes G, Fisk D, Haddad RE, Le Faou AL, Limosin F. Burnout mediates the association between workaholism and substance use: Findings from a French National Company. Journal of Prevention. 2024;45(3):451–466. DOI: 10.1007/s10935-024-00770-6.
13. Falco A, Girardi D, Dal Corso L, De Carlo A, Di Sipio A. Does workload moderate the association between perfectionism and workaholism? Journal of Personnel Psychology. 2020;19:1–11. DOI: 10.1027/1866-5888/a000253.
14. Borges EM, Sequeira CA, Queirós CM, Mosteiro-Díaz MP. Workaholism, engagement and family interaction: Comparative study in Portuguese and Spanish nurses. Journal of Nursing Management. 2021;29(4):731–740. DOI: 10.1111/jonm.13213.
15. Balducci C, Menghini L, Conway PM, Burr H, Zaniboni S. Workaholism and the enactment of bullying behavior at work: A prospective analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022;19(4):2399. DOI: 10.3390/ijerph19042399.
16. Hendrick SS, Hendrick C. Measuring respect in close relationships. Journal of Social and Personal Relationships. 2006;23(6):881–899. DOI: 10.1177/0265407506070471.
17. Bühler JL, Krauss S, Orth U. Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. Psychological Bulletin. 2021;147(10):1012–1040. DOI: 10.1037/bul0000342.
18. Ward PJ, Lundberg NR, Zabriskie RB, Berrett K. Measuring marital satisfaction: A comparison of the revised dyadic adjustment scale and the satisfaction with married life scale. Marriage & Family Review. 2009;45(4):412–429. DOI: 10.1080/01494920902828219.
19. Bakker AB, Demerouti E, Burke R. Workaholism and relationship quality: A spillover-crossover perspective. Journal of Occupational Health Psychology. 2009;14(1):23–33. DOI: 10.1037/a0013290.
20. Asghar M, Badshah S, Bano M. Workaholism as an outcome of childhood experiences and its effect on health and sleep. Peshawar Journal of Psychology and Behavioral Sciences. 2017;3(1):105–121. DOI: 10.32879/pjpbs.2017.3.1.105-121.
21. Chrapek E. Workaholism and its consequences for the functioning of the family system. Daroczi M, Robak E, Vinogradov S, eds. Management, organizations and society. Agroinform Publishing House; 2017:187–193. DOI: 10.18515/dBEM.M2017.n01.ch19.
22. Enache RG, Matei RS. Consequences of work dependence on couple life. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. 2019. DOI: 10.15405/epsbs.2019.08.03.152.
23. Russo E, Atroszko P, Zaniboni S, Toderi S, Balducci C. The relationship between workaholism and personal burnout in dual-earner couples: an analysis using the actor-partner interdependence model. Sustainability. 2023;15(17):13009. DOI: 10.3390/su151713009.
24. Ferguson M. You cannot leave it at the office: Spillover and crossover of coworker incivility. Journal of Organizational Behavior. 2012;33(4):571–588. DOI: 10.1002/job.774.
25. DeMott B, Aziz S, Wuensch K, Dolbier C. Labor of love or love of labor? Psychological capital's mitigating role in the relationship between workaholism and work stress. Work. 2023;74(1):341–352. DOI: 10.3233/wor-210467.
26. Sawhney G, Delongchamp A, Sinclair RR, Britt TW. Daily expression of workaholism and family outcomes: The buffering and magnifying effects of economic resources. Stress and Health. 2023;39(1):74–86. DOI: 10.1002/smi.3169.
27. Soroka E, Iwanicka A, Olajossy M. Workaholism: Psychological and social determinants of work addiction. Current Problems of Psychiatry. 2020;21(1):7–14. DOI: 10.2478/cpp-2020-0001.
28. Peplińska A, Wojdylo K, Kosakowska-Berezecka N, Połomski P. The role of purpose in life and social support in reducing the risk of workaholism among women in Poland. Health Psychology Report. 2015;3(4):326–335. DOI: 10.5114/hpr.2015.50902.
29. Geurts SA, Sonnentag S. Recovery as an explanatory mechanism in the relation between acute stress reactions and chronic health impairment. Scandinavian Journal of Work, Environment & Health. 2006;32(6):482–492. DOI: 10.5271/sjweh.1053.
30. Khoo EJ, Aldubai S, Ganasegeran K, Lee BX, Zakaria NA, Tan KK. Emotional exhaustion is associated with work related stressors: a cross-sectional multicenter study in Malaysian public hospitals. Archivos Argentinos de Pediatría. 2017;115(3):212–219. DOI: 10.5546/aap.2017.eng.212.
31. Kato L, Radchuk O, Tukaiev S. The influence of emotional burnout on relational maintenance strategies. European Psychiatry.

2017;41(1):S706. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2017.01.1257.
32. Walsh CM, Neff LA, Gleason ME. The role of emotional capital during the early years of marriage: Why everyday moments matter. Journal of Family Psychology. 2017;31(4):513–527. DOI: 10.1037/fam0000277.
33. Atroszko PA, Kun B, Buźniak A, Czerwiński SK, Schneider Z, Woropay-Hordziejewicz N, ... Charzyńska E. Perceived coworkers' work addiction: Scale development and associations with one's own workaholism, job stress, and job satisfaction in 85 cultures. Journal of Behavioral Addictions. 2025;14(1):246–262. DOI: 10.1556/2006.2025.00011.
34. Cassepp-Borges V, Gonzales JE, Frazier A, Ferrer E. Love and relationship satisfaction across romantic relationship stages. Trends in Psychology. 2023;1–16. DOI: 10.1007/s43076-023-00333-4.
35. Dupuis HE, Girme YU, Overall NC, Cross EJ, Sibley CG. Changes in well-being and relationship satisfaction in the years before and after marriage in a sample of New Zealand adults. Journal of Social and Personal Relationships. 2025;42(4):1079–1101. DOI: 10.1177/02654075251315199.
36. Józefacka NM, Szpakiewicz E, Lech D, Guzowski K, Kania G. What matters in a relationship-Age, sexual satisfaction, relationship length, and interpersonal closeness as predictors of relationship satisfaction in young adults. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2023;20(5):4103. DOI: 10.3390/ijerph20054103.
37. Lewin AC. Health and relationship quality later in life: A comparison of living apart together (LAT), first marriages, remarriages, and cohabitation. Journal of Family Issues. 2017;38(12):1754–74. DOI: 10.1177/0192513X16647982.

THE LINK BETWEEN WORK ADDICTION AND THE ASSESSMENT OF ROMANTIC RELATIONSHIPS: AN EMPIRICAL ANALYSIS

***Gabrielė Jackevič*[1], *Modesta Morkevičiūtė*[1,2]**
[1]*Department of Psychology, Vytautas Magnus University*
[2]*Vytautas Kavolis Transdisciplinary Research Institute, Vytautas Magnus University*

SUMMARY

Aim. The empirical study aimed to determine the relationship between employee work addiction and the assessment of romantic relationships.

Methods. The study involved 215 employees (74% women, 26% men). Work addiction was measured using the Bergen Work Addiction Scale (BWAS) [1]. The assessment of romantic relationships was conducted using the Relationship Assessment Scale (RAS) [2]. Additionally, data were collected on sociodemographic characteristics. Statistical tests included Student's t-test, ANOVA, and correlation analysis.

Results. It was found that engaged individuals evaluate their romantic relationships most favorably, whereas married individuals evaluate them least favorably. Individuals who live with their partner evaluate their romantic relationships more favorably compared to those who live separately. Finally, a statistically significant association was found between work addiction and poor evaluation of romantic relationships. This association remains significant after controlling for sociodemographic variables.

Conclusions. The study confirmed that work addiction is associated with harm at the interpersonal level. The results obtained contribute to the scientific literature on this topic and provide evidence-based insights that demonstrate the importance of prevention and intervention regarding work addiction. The findings may be useful for individuals experiencing work addiction, healthcare professionals, and organizational representatives concerned with employee well-being.

Keywords: work addiction, romantic relationships, employees, empirical study.

Received 2 February 2026, accepted 3 May 2026

Correspondence to Gabrielė Jackevič
Vytautas Magnus University
Jonavos str. 66, LT-44191 Kaunas, Lithuania
E-mail: gabriele.jackevic@vdu.lt