

# האם תהיו מאושרים יותר אם תעבדו יותר? הקשר בין השקעה ניכרת בעבודה ושביעות רצון מהחיים

ד"ר אורית שמאי  
מרכז אקדמי כרמל, חיפה  
לימודים רב תחומיים, אוניברסיטת חיפה

[Orit.Shamai@gmail.com](mailto:Orit.Shamai@gmail.com)

## תקציר

בעידן המודרני התשוקה לאושר מאפיינת כמעט את כל התרבויות, ורוב האנשים שואפים לחיים מאושרים. במקביל, מקום העבודה הוא אחד התחומים החשובים ביותר בחייהם של אנשים, והוא מהווה מרכיב חשוב באיכות חייהם ובאושרם. רבים עובדים באופן אינטנסיבי ומשקיעים שעות רבות ומאמץ בעבודה, תופעה הנקראת "השקעה ניכרת בעבודה", אשר לעיתים מתפרשת כ"וורקוהוליזם". ההרצאה תעסוק בתופעה זו ובממדי האושר, ותוצגנה תוצאות של מחקר חדש, העוסק בקשר בין השקעה ניכרת בעבודה לאושר קוגניטיבי, המשתקף בשביעות רצון מהחיים של עובדים בישראל.