

## **ترس بی‌کار شدن خطرناک تر از خود بی‌کار شدن است!**

ترس بی‌کار شدن خطرناک تر از خود بی‌کار شدن است! ...



### **ترس بی‌کار شدن خطرناک تر از خود بی‌کار شدن است!**

تحقیقات جدید نشان می‌دهد افرادی که به طور مداوم در نگرانی از دست دادن کارشان به سر می‌برند حتی بیشتر از آنهایی که بیکار شده‌اند در معرض بیماری‌های روحی و جسمی قرار دارند.

محققان دانشگاه میشیگان یک هزار و 700 فرد بالای 25 سال را در مورد سطح سلامت جسمی و روحی و میزان امنیت کاریشان مورد سوال قرار دادند.

افرادی که گفته بودند به علت ترس از دست دادن شغلشان دچار ترس و نگرانی هستند، نسبت به گروهی که کارشان را از دست داده و شغل دیگری پیدا کرده بودند، سطح سلامتی پایین‌تری داشتند و علائمی از افسردگی را نشان می‌دادند.

بر اساس نتایج این مطالعات، سلامت افرادی که به طور مزمز دچار ترس از دست دادن کار هستند حتی بیشتر از افراد سیگاری و یا مبتلایان به فشار خون بالا در معرض خطر قرار دارد.

محققان معتقدند: اثرات منفی ناشی از ترس دائمی از دست دادن کار از استخدام نشدن بیشتر است.