

Россияне стали меньше отдыхать

news

Россияне стали меньше отдыхать

politsturm.com

2026-07-29

3 мин. на чтение

В капиталистической системе, несмотря на бурное развитие науки и техники, происходит усиление эксплуатации трудящихся. Конкуренция в бизнесе побуждает искать любые способы повышения эффективности использования рабочей силы, в том числе за счет сокращения фактического времени отдыха работников. Предприниматели используют рост производительности труда и технический прогресс для максимизации своей прибыли. Это проявляется в интенсификации труда наемных работников, в размывании границ между свободным и рабочим временем. Такая политика работодателей приводит к хроническому стрессу и профессиональному выгоранию трудящихся.

Детали. По данным опросов, 18% россиян в 2026 г. откажутся от отпусков. В последние годы доля таких «отказников» растёт — например, в 2022 г. их насчитывалось всего 12%. В то же время, 67% опрошенных россиян ответили, что продолжают работать и во время отпуска. Они не расстаются с рабочим компьютером и регулярно «сидят» в рабочих чатах. Наиболее высокая доля работающих во время отпуска наблюдается среди управленцев, рабочих узкой квалификации, работников из сферы торговли и IT-отрасли.

► По данным РБК, около 20% руководителей берут себе отпуск меньше недели за год или не уходят на отдых совсем. Из тех, кто всё же уходит в отпуск, 78% не расстаются с рабочим компьютером и остаются на связи как с начальством, так и с подчинёнными.

► По данным аналитиков, в отпуске чаще всего отказывают себе работники с доходом от 150 тыс. рублей. В основном, это разного рода управленцы и наладчики сложного оборудования, которым сложно найти замену. Поэтому они зачастую вынуждены оставаться на связи, даже во время отдыха. Согласно исследованиям, всего 21% из них «отгуляли» в 2025 г. свой отпуск полностью, остальные же предпочитали дробить его по частям. В эту же категорию входят работники со сдельной и комбинированной оплатой труда, для которых отдых означает прямую потерю дохода — риэлторы, продавцы, курьеры и т.д.

► Свыше 70% работников IT-сферы частично заняты или выходят на работу во время положенного отдыха, чтобы закончить работу к конкретной дате. Зачастую они работают удалённо, не выходя из дома, по ночам, даже находясь за пределами страны. Около 30% работников IT, от рядового программиста до директора, не берут весь отпуск из-за нехватки кадров и чтобы не портить ключевые показатели эффективности (KPI). Вместо длительного отдыха они берут денежную компенсацию, либо дробят отпуск на короткие периоды по 2–4 [дня](#).

Контекст. Основная причина, вынуждающая россиян не брать отпуск — потенциальная возможность потерять доход или утратить свое положение из-за перерыва в работе. Проблема с деньгами сильнее всего бьёт по рядовым работникам. А для руководителей высокая должность — не только хорошая зарплата, но и постоянная конкуренция с коллегами. Всё это толкает их отказываться от заслуженного отдыха, чтобы быть на «хорошем счету» у вышестоящего начальства, не выпасть из рабочего [ритма](#).

► Конкуренция между наёмными работниками, зависимость заработка от результатов труда, кадровые дефициты и распространение систем оценки

эффективности позволяют работодателям фактически расширять рабочее время без формального изменения трудового законодательства.

► По данным исследований, 37% россиян не откладывают денег и воспринимают отпуск как дополнительные траты, которые придётся восполнять, а не как время на восстановление. Они отказывают себе в путешествиях, предпочитая непрерывную работу и стабильный [доход](#).

► В 2025 г. 46% россиян не уходили в отпуск или брали его лишь частично, а 20% вовсе отказались от отпуска. Согласно опросам, россияне не отдыхают из-за плохого настроения. Около 30% чувствуют опустошение и подавленность, 22% ощущают усталость и измотанность, 19% испытывают стресс, а ещё 14% отмечают раздражительность и [агрессию](#).

Важно знать. Капиталистическое производство стремится максимально использовать работника, ограничивая до минимума его время на отдых и восстановление. Оно не дает скидок и послаблений ни для простых рабочих, ни для работников руководящего звена. Право на отдых - это не «подарок» от капиталистов, а предмет постоянного спора и борьбы между трудящимися и работодателями.

► Впервые в России отпуска появились 14 июня 1918 года, когда В. И. Ленин подписал декрет о «Временных правилах об отпусках», закрепив право рабочих на двухнедельный отпуск после 6 месяцев работы.

► История показала, что продолжительность рабочего времени и право на отдых никогда не были результатом доброй воли нанимателей. Только благодаря организованной и сплочённой борьбе наёмных работников, их осознанному давлению на капитал, их права становились шире и закреплялись в законе. Лишь в условиях подлинного народовластия, когда средства производства и экономика страны станут управляться трудящимися, их отдых и досуг будет полностью освобождён от посягательств эксплуататоров и станет принадлежать только самим трудящимся.

Оригинальная статья