



Часто нежелание заниматься чем-либо вызвано умственной или физической перегрузкой. При работе на износ человек просто не может найти в себе сил для каких-то действий. Организм отказывает ему повиноваться. Сегодня это встречается повсеместно.

Ведь у каждого из нас бывают моменты, когда в самый разгар рабочего дня очень сильно хочется прилечь с книжкой на диване, посидеть в социальных сетях, поговорить с друзьями или вздремнуть часок-другой. Вроде надо работать, а вы не знаете, [как победить лень](#)

. Данным видом лени страдает класс людей-трудоголиков. Эти люди по разным причинам работают, как говорится, по «25 часов в сутки». В результате такой работы на износ организм включает свои защитные механизмы, дает сбой, начинает бунтовать и требовать так необходимого отдыха.

А трудоголик говорит, что он сегодня ленится и это не очень хорошо. В этом случае трудоголику в качестве оправдания помогает чувство вины. Ведь он, как старательный работник просто не может позволить себе лень, но и организм больше не может терпеть этого. В результате оптимальным решением для отдыха от работы становится болезнь. Конечно, большинство людей болеют от заражения инфекциями и вирусами. В том числе, это касается и детей. Посмотрите, какие нагрузки в школе, у детей после учебы даже бывают покрасневшие глаза, переутомление и огромное желание выкинуть учебники в окно.

А может быть просто организм ребенка не справляется с таким количеством заданий на дом, что ему задают? В итоге то, что мы принимаем за лень может оказаться просто перерывом, который хочет себе объявить организм ребенка. Часто переутомление является причиной «лени» старшеклассников. Со стороны кажется, что они пытаются отлынивать от домашней работы и заданий родителей. Но в реальности они просто переутомлены и им еле хватает сил вытягивать данные нагрузки, которые не потянет даже большинство взрослых. Рабочий день у старшеклассников весьма реальный и продолжается, как минимум 15 часов. Здесь 8-10 уроков в школе и еще домашние задания. Также в старших классах многие занимаются с репетиторами и на подготовительных курсах.