

يعد عدم العمل احد المصادر الرئيسية للضغوط الاسرية والمجتمعية بصفه عامة نظرا لما يمثله من كونه مصدرا للتوترات النفسية التي ينجم عنها العديد من الاضطرابات السلوكية ان الضغط النفسي نوعان ضغط نفسي ايجابي وهو عبارته عن التغييرات والتحديات التي تقيد نمو المرء وتطوره وان هذا النوع من الضغط يحسن من الاداء واعادة التقدير في مواجهه المولقف بكفاءة بما لا يتعارض مع الاخرين اما الضغط السلبي عبارة عن حالة من الانهاك ناجمة من الانهماك الذي يعرقل نمو المرء وتطورة والعمل