

13. Не работайте больше 49 часов в неделю

Выгодность исходной версии: высокая

Доказательность В · исходная версия

для времени и сил

немного денег

мимоходом

немного силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Искали в официальных российских источниках (проверено 07.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Записи британских военных заводов времён Первой мировой войны показывают: если работать не больше 49 часов в неделю, объём сделанного растёт пропорционально времени работы. После 49 часов каждый дополнительный час даёт всё меньше результата. За 70 часов в неделю получается почти столько же, сколько за 56 часов. Дополнительные 14 часов проходят впустую.

Затраты

Китай — исходная версия. Возможно, вы получите немного меньше денег за сверхурочную работу. Возможно, придётся приложить усилия, чтобы поговорить с руководством.

Выгода

Китай — исходная версия. Записи об объёме продукции, выпущенной работниками британских военных заводов во время Первой мировой войны: при работе не больше 49 часов в неделю объём продукции пропорционален рабочему времени. После 49 часов рост объёма продукции начинает замедляться. Максимум достигается примерно при 63 часах. За 70 часов выпускают почти столько же, сколько за 56 часов. Дополнительные 14 часов фактически проходят впустую.

Примечания

Китай — исходная версия. Данные получены на заводах сто лет назад. Работа была физической, среди работников преобладали женщины. Для умственного труда этот порог не обязательно будет таким же. Сам автор тоже говорит, что для других видов работы он может быть выше или ниже. Надёжно общее направление: после определённого момента дополнительная работа почти не увеличивает объём сделанного. Конкретное число 49 ненадёжно.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Pencavel (2015). The Productivity of Working Hours. The Economic Journal.
doi.org/10.1111/eoj.12166

Российские материалы по теме

Официальные страницы, которые нашёл автоматический поиск по теме пункта. Мы не проверяли их вручную и не утверждаем, что они подтверждают текст пункта.

- Продолжительность рабочего времени | Межрегиональная — git23.rostrud.gov.ru
- Как посчитать норму рабочего времени? | Государственная — git28.rostrud.gov.ru