

Vladislav Vujčić  
Hrvatski zavod za zapošljavanje  
Područni ured Vinkovci  
vladislav.vujcic@hzz.hr  
tel.: 032 331 155

## PSIHOLOŠKE POSLJEDICE NEZAPOSLENOSTI

### SAŽETAK

Da bi se moglo govoriti o utjecaju nezaposlenosti na psihološko zdravlje pojedinca, važno je navesti dobrobiti koje pruža zaposlenost: sigurnost, zarada, povišenje razine aktivacije, raznolikost okoline i raznolikost socijalnih interakcija, vremenska struktura dana i ostvarenje osobnog identiteta kroz radnu ulogu. Gubitak navedenih dobrobiti značajan je izvor stresa, a on se događa gubitkom posla ili nemogućnošću pronalaženja zaposlenja. Na ovo ukazuju rezultati i transverzalnih i longitudinalnih studija. Osim navedenih gubitaka, nezaposlenost uključuje i učenje novih uloga te prilagođavanje promijenjenim okolnostima. Sve ove promjene za pojedinca predstavljaju izvor stresa koji za sobom povlači i specifične promjene u doživljavanju i ponašanju. Jednim imenom - to su **psihološke posljedice nezaposlenosti**. U ovom smislu rezultati istraživanja ukazuju na ove činjenice; sljedeći aspekti funkcioniranja i doživljavanja pokazali su se jače izraženima kod nezaposlenih ispitanika u odnosu na zaposlene: depresivnost, anksioznost, napetost, nezadovoljstvo životom, osjećaj beznađa (nedostatak vizije i životne perspektive), sniženo samopoštovanje, niža razina dnevne aktivnosti, viša razina socijalne izolacije. Također, postoji slaganje među rezultatima o tome kako je fizičko i psihološko zdravlje nezaposlenih kao grupe općenito niže od zdravlja zaposlenih.

**Ključne riječi:** *nezaposlenost, stres, fizičko i psihološko zdravlje, psihološke posljedice nezaposlenosti*

### UVOD

Prva istraživanja psiholoških posljedica nezaposlenosti provedena su 30-ih godina dvadesetog stoljeća i za cilj su imala utvrditi postoje li uopće takve posljedice. Budući da je nakon prvih istraživanja odgovor bio afirmativan, slijedila su istraživanja usmjerena prvenstveno na utvrđivanje prirode i opsega psiholoških posljedica nezaposlenosti.

No, prije prikaza psiholoških posljedica nezaposlenosti, potrebno je spomenuti sljedeće bitne faktore:

- dobrobiti koje pruža zaposlenost i koje nestaju gubitkom posla (i koji utjecaj imaju na pojedinca)
- definiciju zdravlja i pojam *psiholoških posljedica* u ovom kontekstu
- Maslowljevu hijerarhijsku teoriju ličnosti - potreba – motivacije

### DEFINICIJA ZDRAVLJA

DEFINICIJA ZDRAVLJA prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (WHO) : «Zdravlje je stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti» Ovu definiciju, koja se koristi i danas, dao je 1948. godine Andrija Štampar kao jedan od osnivača i prvi predsjednik Svjetske zdravstvene organizacije.

Važno je kod definicije zdravlja napomenuti da ako izostaje samo jedna komponenta (fizička, psihička, socijalna), ne možemo govoriti o zdravlju. U ovom kontekstu treba razmatrati i pojam nezaposlenosti i psihičkih posljedica koje ona inducira.

## **MASLOWLJEVA HIJERARHIJSKA TEORIJA LIČNOSTI – POTREBA – MOTIVACIJE**

Pedesetih godina dvadesetog stoljeća američki psiholog Abraham Maslow postulirao je svoju poznatu i kasnije empirijski potvrđenu i nadograđenu **hijerarhijsku teoriju ličnosti - potreba – motivacije**.

Teorija polazi od pretpostavke da su potrebe poredane hijerarhijski:

### **1. Fiziološke (primarne biološke) potrebe**

To su najvažnije, najosnovnije i najjače od svih potreba čovjeka. Nezadovoljavanje tih potreba dovodi do smrti organizma. Ako jedna od ovih potreba nije zadovoljena ove ostale ne mogu funkcionirati. To su: potreba za hranom, vodom, kisikom, spavanjem (sanjanjem), potreba za seksualnošću (opstanak vrste), zaštita od ekstremnih temperatura i potreba za izlučivanjem

### **2. Potreba za sigurnošću**

Temeljna psihološka potreba. To je potreba za stalnošću, redom, poretkom, strukturom i potrebe za predvidljivošću događaja u bližoj ili daljnjoj budućnosti

Kad su zadovoljene ove prve dvije potrebe, onda dolazi do zadovoljavanja ostalih potreba.

### **3. Socijalne potrebe (potrebe za pripadanjem i ljubavlju)**

Privrženost, odanost i ljubav stvara odnos s drugim ljudima.

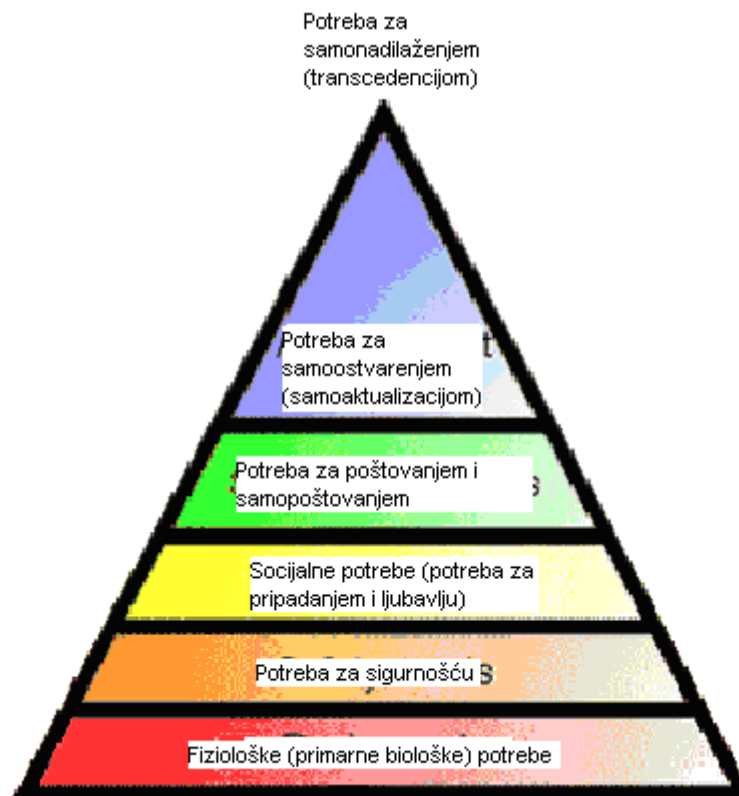
### **4. Potreba za poštovanjem i samopoštovanjem**

Osnova ove potrebe je da se pojedinac zna nositi s poteškoćama i da ih rješava. Sliku o sebi stvaramo na temelju onoga što nam drugi kažu.

### **5. Potreba za samoaktualizacijom (samoostvarenjem)**

Samoostvarene osobe su one osobe koje su postale sve ono što su mogle postati. Mi smo bića koja su uvijek u nastajanju. Pojedinac koji je postigao samoaktualizaciju ostvario je i iskoristio sve svoje kapacitete, potencijalnosti i talente.

- **Potreba za samonadilaženjem** (transcendencijom) – Ovu je potrebu Maslow nadodao pred samu svoju smrt kad se već naziru obrisi transpersonalne psihologije kojoj je on također jedan od prvih začetnika i osnivača.



## UZROCI JAVLJANJA PSIHOLŠKIH POSLJEDICA NEZAPOSLENOSTI – TEORIJSKI ASPEKTI

Nekoliko teorija pokušalo je dati odgovore na pitanje zašto dolazi do nepovoljnih psiholoških posljedica nezaposlenosti.

### Jahodina deprivacijska teorija

Jahodina deprivacijska teorija jedna je od najutjecajnijih po ovom pitanju. Prema ovoj teoriji, zaposlenje uz svoju *manifestnu funkciju* (prihod), ima i svoje *latentne funkcije* (vremenska struktura dana, razina aktivnosti, socijalni kontakti, osjećaj društvene korisnosti i status). Gubitak posla prema ovoj teoriji dovodi do deprivacije i manifestnih i latentnih dobitaka, no upravo ta psihološka deprivacija ima negativan utjecaj na psihološko stanje pojedinca.

### Fryerova teorija ograničavanja djelovanja

Ova teorija, kao alternativa prethodnoj, ističe značaj aktivnog pristupa, koji podrazumijeva da se ljudi u pravilu trude osmisliti, inicirati i suočiti s događajima. To uključuje i planiranje budućnosti te se čovjekovo ponašanje ne može objasniti samo njegovom prošlošću nego i njegovim nadama i željama za budućnost. Nezaposlenost je po ovoj teoriji psihološki destruktivna, jer onemogućuje i obeshrabruje čovjeka u djelovanju; planiranje budućnosti je te, još važnije, mnogo toga je onemogućeno zbog smanjenih materijalnih resursa. Za razliku od prve teorije, ova dakle stavlja naglasak na teret siromaštva te smatra da je uloga financijskih teškoća vrlo podcijenjena u istraživanjima psiholoških posljedica nezaposlenosti.

### Warrov vitaminski model

Ovaj teorijski model navodi devet značajki čovjekove okoline koje doprinose boljem psihičkom zdravlju. To su: prilike za kontrolu, prilike za upotrebu vještina, smisleni ciljevi, raznolikost, jasnoća

okoline, dostupnost novca, fizička sigurnost, prilike za socijalne kontakte i cijenjena socijalna pozicija. Ova teorija koristi analogiju s vitaminima i zdravljem; vitamini doprinose zdravlju do neke razine nakon koje njihovo daljnje uzimanje nema više nikakvog učinka. U pogledu karakteristika okoline, sve one u određenoj količini utječu na psihičko zdravlje, međutim ako su previše izražene, izazivaju poteškoće. Jedino novac, prema ovoj teoriji, fizička sigurnost i cijenjeni status nemaju loš utjecaj bez obzira na njihovu razinu. Nezaposlenoj osobi otežan je pristup većini ovih značajki okoline te upravo to dovodi do loših psiholoških posljedica nezaposlenosti.

## PSIHOLOŠKE POSLJEDICE NEZAPOSLENOSTI

### DOBROBITI KOJE DONOSI ZAPOSLENOST

Da bi se bolje mogle sagledati psihološke posljedice nezaposlenosti, potrebno je prvo sagledati dobrobiti koje donosi zaposlenost.

Najvažnije dobrobiti koje donosi zaposlenost su: sigurnost, zarada, povišenje razine aktivacije, raznolikost okoline i raznolikost socijalnih interakcija, vremenska struktura dana i ostvarenje osobnog identiteta kroz radnu ulogu.

Gubitak navedenih (i ostalih, koje nisu spomenute) dobrobiti značajan je izvor stresa, a on se događa gubitkom posla ili nemogućnošću pronalaženja zaposlenja. Na ovo ukazuju rezultati i transverzalnih i longitudinalnih studija.

Osim navedenih gubitaka, nezaposlenost uključuje i učenje novih uloga te prilagođavanje izmijenjenim životnim okolnostima. Sve ove promjene za pojedinca predstavljaju izvor stresa koji za sobom povlači i specifične promjene u doživljavanju i ponašanju. Jednim imenom - to su **psihološke posljedice nezaposlenosti**.

### PSIHOLOŠKE POSLJEDICE NEZAPOSLENOSTI

U ovom kontekstu govori se o zajedničkim osobinama različitih promjena u ponašanju i doživljavanju koje mogu biti posljedica nezaposlenosti. U tom smislu važno je određenje pojma **psihološkog zdravlja**. Psihološko zdravlje odnosi se na različite afektivne, kognitivne i bihevioralne procese. Psihološko zdravlje proteže se u rasponu od niskog ili narušenog, do visokog ili dobrog. U ovom smislu rezultati istraživanja ukazuju na ove činjenice; sljedeći aspekti funkcioniranja i doživljavanja pokazali su se jače izraženima kod nezaposlenih ispitanika u odnosu na zaposlene:

- depresivnost
- anksioznost
- napetost
- nezadovoljstvo životom
- osjećaj beznađa (nedostatak vizije i životne perspektive)
- sniženo samopoštovanje
- niža razina dnevne aktivnosti
- viša razina socijalne izolacije

Također, postoji slaganje među rezultatima o tome kako je fizičko i psihološko zdravlje nezaposlenih kao grupe niže od zdravlja zaposlenih.

### VARIJABLE (MEDIJATORI I MODERATORI) KOJI POSREDUJU PRI UTJECAJU NA ZAPOSLENOSTI NA PSIHOLOŠKO ZDRAVLJE

Različiti medijatori i moderatori posreduju direktni utjecaj nezaposlenosti i sudjeluju u kreiranju krivulje utjecaja nezaposlenosti na psihološko stanje čovjeka.

**Moderatorske varijable** su relativno stabilne osobne karakteristike koje nisu pod utjecajem nezaposlenosti, ali utječu na povezanost nezaposlenosti i psihološkog zdravlja pojedinca. Ovdje spadaju: stabilne osobine ličnosti, spol, dob, obrazovanje, socioekonomsko porijeklo.

**Medijatori** se također odnose na individualne osobine pojedinca, ali na one koje se mijenjaju zbog nezaposlenosti osobe i tako promijenjene utječu na mjere psihološkog zdravlja. Ovdje spadaju: novac; osobne karakteristike poput bazičnog mentalnog zdravlja, privrženosti zaposlenju, stupnja aktivnosti, vulnerabilnosti na stres, doživljenog uzroka nezaposlenosti, prijašnjeg iskustva nezaposlenosti, mogućnosti samostalnog planiranja i ostvarivanja ciljeva; karakteristike kao što su obiteljski i socijalni status, financijska sigurnost, jasnoća i predvidljivost okoline, lokalni stupanj nezaposlenosti, socijalna potpora, pohađanje različitih programa za pomoć nezaposlenima; trajanje nezaposlenosti.

#### VAŽNE ČINJENICE:

1. Psihološko zdravlje opada unutar razdoblja od nekoliko prvih tjedana do tri mjeseca nakon ostanka bez posla, nakon čega ostaje stabilno ili se čak popravlja (Fryer i Payne, 1986) pa izgleda da je trajanje nezaposlenosti mnogo nevažniji faktor od činjenice da je pojedinac izgubio posao.
2. Odnos između dobi i intenziteta reakcija na nezaposlenost nije linearan. Psihološke posljedice nezaposlenosti najveće su za ljude srednjih godina (od 30 do 59 godina).
3. Kod žena su zabilježene teže psihološke posljedice. No, uzrok ovakvim rezultatima vjerojatno ne leži u biološkim predispozicijama nego u različitim situacijama koje muškarce i žene zadese nakon gubitka posla.
4. Mjereći privrženost zaposlenju, to jest percipiranu važnost radne uloge, nekoliko je studija potvrdilo pretpostavku da će psihološke posljedice biti teže što je privrženost zaposlenju veća.
5. Što je lokalna nezaposlenost veća, pogoršanje psihološkog zdravlja zbog nezaposlenosti je manje. To je vjerojatno posljedica eksternalne uzročne atribucije vlastite nezaposlenosti, kao i većeg broja kontakata s drugim nezaposlenima što smanjuje doživljaj osobnog odstupanja od normativnih očekivanja društva.
6. Socijalna potpora obitelji i prijatelja pruža svojevrsan štiti od stresa
7. Psihološko zdravlje pojedinca ovisit će o atribuiranom uzroku nezaposlenosti tako što će biti bolje ako se uzrok pripisuje vanjskim okolnostima, a lošije ako se pripisuje vlastitim osobinama.
8. Stupanj osobne aktivnosti pozitivno utječe na psihološko zdravlje.
9. Studije pokazuju da je financijska sigurnost visoko pozitivno povezana s psihološkim zdravljem. Utjecaj će biti još veći ako o nezaposlenom financijski ovise i drugi članovi obitelji.

#### KONCEPT NAUČENE BESPOMOĆNOSTI

Kod dugotrajne nezaposlenosti postoji povećan rizik od pojave tzv. naučene bespomoćnosti. **Naučena bespomoćnost** je termin koji je prvi upotrijebio američki psiholog Martin Seligman, a označava stanje ljudskog ili životinjskog bića u kojem je ono naučeno da se ponaša bespomoćno, pa čak i kada mu se ponovo pruži prilika da pomogne sebi ili izbjegne nepovoljnu ili štetnu okolnost kojoj je izloženo.

Po teoriji naučene bespomoćnosti smatra se da klinička depresija i s njom povezana duševna oboljenja nastaju od subjektivnog osjećaja nedostatka nadzora pasivnim prihvaćanjem neugode, bez pokušaja bijega i kontroliranja situacije nad ishodom određene situacije.

---- **NAUČENI OPTIMIZAM** nasuprot naučenoj bespomoćnosti (kako upravljati optimizmom)\*

	uzrok i posljedica	tumačenje	odgovornost
optimisti	postoji jasna veza između uzroka i posljedice	specifična obrazloženja vezana za situaciju	vjeruju da mogu poduzeti nešto da stvari promijene
pesimisti	ne postoji veza između uzroka i posljedice	generaliziranje na cijeli život	vjeruju da su žrtve onoga što im se dogodilo

\* Rijavec, M., Miljković, D. (2004.)

## (PSIHO)SOCIJALNE POSLJEDICE NEZAPOSLENOSTI

Nezaposlenost ne pogađa samo pojedinca, nego i obitelj i šire slojeve društva. Ponekad je, zbog uske povezanosti, teško razdvojiti psihološke i socijalne posljedice, pa govorimo o **psihosocijalnim posljedicama nezaposlenosti**. Slijedi prikaz posljedica kod kojih dominira *socijalna* komponenta:

### PROMJENE U RADNOJ ETICI I VRIJEDNOSTIMA RADA

Istraživanja su pokazala sljedeće: u životima većine nezaposlenih mladih ljudi prisutna je snažna radna etika. Vrijednosti koje su usvojene u procesu socijalizacije vrlo su stabilne i ne mijenjaju se lako. Mladim, dobrostojećim ljudima nezaposlenost znači razdoblje produljene mladosti, no to ne znači da se njihova radna etika fundamentalno i trajno izmijenila. Kod siromašnije nezaposlene mladeži, obeshrabrenje može rezultirati "alternativnim vrijednostima" prema poslu. Ako se ti stavovi prenesu na djecu i njihovo ponašanje će biti pogođeno alternativnim vrijednostima.

### KRIMINALNO PONAŠANJE I DELINKVENCIJA

Većina teorija pretpostavlja jednosmjernu vezu između nezaposlenosti i kriminalnog ponašanja iako je taj odnos zapravo recipročan; nezaposlenost dovodi do kriminalnog ponašanja, ali i kriminalno ponašanje povećava vjerojatnost nezaposlenosti (poslodavci nisu skloni zapošljavanju pojedinaca s kriminalnim dosjeima). Istraživanja su pokazala sljedeće: dugoročna nezaposlenost smanjuje percepciju jednakih šansi i dovodi do toga da mladi ljudi okrivljuju vladu, privatnu industriju i ekonomiju kao odgovorne za svoje stanje. Kombinacija ovih uvjeta i percepcija navodi mlade ljude na pomisao da će biti ekonomski uspješniji ukoliko pristupe ilegalnom tržištu rada, ali i na nasilno iskazivanje očaja i frustracije. Gubitak posla vrlo lako generira ljutnju ukoliko je to averzivno iskustvo doživljeno kao nepošteno i osobno. Ljutnja će, kao ključni aktivator agresije, najvjerojatnije rezultirati nasiljem jer će smanjiti utjecaj inhibitornih procesa.

### POJAVA „PODKLASE“

Dugotrajna nezaposlenost mladih može rezultirati specifičnom "podklasom" nezaposlenih, skromno obrazovanih i socijalno marginaliziranih ljudi, odvojenih od glavnih struja društva. Pripadnost "podklasi" znači socijalnu izoliranost od glavnih društvenih institucija te zaposlenih ljudi. Ti ljudi razlikuju se i po kulturnim osobinama: niska samoefikasnost, fatalizam, niska razina aspiracija, sumnja u sebe i svoje sposobnosti. "Podklasa" implicira kontinuitet socijalne marginaliziranosti kroz generacije. Neka istraživanja ukazuju na to da djeca koja imaju nezaposlene roditelje i rođake i sama imaju veće šanse da budu nezaposleni. Nezaposlenost ostaje u obitelji kao rezultat transmisije deprivacije i neadekvatnih strategija suočavanja.

Krajem 70-ih godina 20. stoljeća mnoge su zapadnoeuropske zemlje razvile ideju da centralna vlada treba pronaći strategiju koja će spriječiti da se "podklasa" uopće pojavi, prvenstveno preko povećanja razine obrazovanja nezaposlenih. Teško je precizno predvidjeti budućnost socijalne pomoći i razvoja nezaposlenosti među mladima. Budućnost ovisi o tome hoće li vlade i njeni socijalni partneri moći razviti nove načine integriranja marginalnih grupa u socijalni i ekonomski sustav.

### „ODLJEV MOZGOVA“

**"Odljev mozгова"** (engl. *brain drain*) predstavlja specifičan oblik migracije stanovništva koji se odnosi na odlazak visokoobrazovanih stručnjaka, znanstvenika i intelektualaca neke zemlje (Šverko, 1996).

"Odljev mozgov" jedna je od najvažnijih posljedica problema nezaposlenosti kako u svijetu, tako i u Hrvatskoj. Podaci ukazuju na to da među emigrantima ima razmjerno više darovitih i kreativnih (pa i afirmiranijih) istraživača negoli u istraživačkoj populaciji koju napuštaju i onaj u koju dolaze.

### SOCIJALNA ISKLJUČENOST

Nezaposlenost je usko povezana s pojmom socijalne isključenosti. Još 1989. godine pojam socijalne isključenosti postao je sastavnim dijelom preambule Europske socijalne povelje (temeljnog dokumenta Vijeća Europe o socijalnim pravima). Socijalnu isključenost teško je precizno operacionalizirati; pristupi socijalnoj isključenosti u sklopu zemalja EU uglavnom se naslanjaju na dvije istraživačke tradicije: anglosaksonsku tradiciju istraživanja siromaštva, koja naglašava utjecaj raspodjele financijskih/materijalnih dobara i „društvenih nagrada“ na socijalnu isključenost (distribucijski aspekti) i francusku (frankofonsku) tradiciju koja ističe utjecaj društvenih veza i odnosa (relacijski aspekti). Distribucijski aspekti uključuju: dohodak, osnovne elemente životnog standarda, tržište rada, obrazovanje, stambene uvjete, zdravlje i rezidencijalni prostor, a relacijski aspekti uključuju: socijalne veze, sudjelovanje u civilnim organizacijama, sudjelovanje u političkom životu i obiteljski život (Program Ujedinjenih naroda za razvoj: Siromaštvo, nezaposlenost i socijalna isključenost, 2006.). Socijalna isključenost najčešće se poima kao začarani krug koji ima tri sastavnice:

- nezaposlenost
- siromaštvo
- socijalnu izolaciju (marginalizaciju)

Socijalna isključenost ponajprije se shvaća kao isključenost iz tržišta rada. Kada se ističe središnja uloga rada, onda se ne misli samo na to da je rad osnova ekonomske nezavisnosti, već i da promiče određene moralne, etičke i životne vrijednosti, kao što su samopoštovanje, želja za napredovanjem i sl. U ovom kontekstu, ako je zaposlenost preduvjet socijalnog uključivanja, onda je obrazovanje jedan od ključnih mehanizama socijalnog uključivanja.

## ZAKLJUČAK

Rezultati istraživanja redovito ukazuju da je gubitak posla visoko stresno iskustvo koje kod pojedinca izaziva neke promjene u doživljavanju i ponašanju (Knezović, T., 2004.). Utvrđujući moguće posljedice nezaposlenosti, istraživanjima se pokušalo provjeriti postojanje povezanosti stanja nezaposlenosti s različitim varijablama kojima su operacionalizirani različiti aspekti funkcioniranja nezaposlene osobe. Jedan od ispitivanih ishoda je psihološko zdravlje. Taj konstrukt obuhvaća niz afektivnih, kognitivnih i bihevioralnih procesa, a proteže se u rasponu od niskog ili narušenog, do visokog ili dobrog psihološkog zdravlja. Nisko psihološko zdravlje u ovom kontekstu (i općenito) očituje se kao anksioznost, depresija, nesposobnost za suočavanje s problemima nedostatak samopouzdanja, nezadovoljstvo sobom i svojom okolinom. Brojna istraživanja pokazala su da je nezaposlenost rizičan faktor u pogledu psihološkog zdravlja i kao takva povezana s nižim razinama psihološkog zdravlja.

## LITERATURA:

Knezović, Tana *Financijske brige, psihološka deprivacija i intenzitet traženja posla kod nezaposlenih u Hrvatskoj*: diplomski rad, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Zagreb, 2004.

Psihološki aspekti nezaposlenosti: Zbornik radova XII. Ljetne psihologijske škole, Silba, 2002.

Rijavec, M., Miljković, D. *Kako postati i ostati nesretan*, IEP, Zagreb, 2004.

Starc, Nenad (ur.) - *Program Ujedinjenih naroda za razvoj: Siromaštvo, nezaposlenost i socijalna isključenost*, Zagreb, 2006.

Šverko, I. *Neke psihologijske determinante "odljeva mozgova" u Hrvatskoj* : diplomski rad. Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Zagreb, 1996.