

Univerza v Ljubljani
Filozofska fakulteta
Oddelek za psihologijo

DELO Z DOLGOTRAJNO BREZPOSELNIMI

Seminar pri predmetu Psihološka diagnostika in ukrepi v delovnem okolju

Avtorica: Peter Kovač Vujasinović
Mentorica: doc. dr. Eva Boštjančič
Študijsko leto: 2015/2016

Uvod

Preden se bralec poglobi v branje seminarske je vredno poudariti, da še zmeraj ni povsem jasnega odgovora, kateri aspekt brezposelnosti točno vpliva na posameznika. Je to sama izguba službe, stanje brezposelnosti, slabšanje socialno-ekonomskega statusa, ali kaj povsem tretjega, vendar kateri koli dejavnik že je, je jasno, da ima stanje brezposelnosti negativen vpliv na posameznika (Browning in Heinesen, 2012).

Meta študije ugotavljajo, da lahko okolje posamezniku izkušnjo brezposelnosti olajša ali ojača (Karsten in Klaus, 2009). Hujši stres naj bi brezposelni doživljali predvsem v državah, kjer je:

- neenakost blaginje zelo velika,
- šibak ekonomski razvoj,
- slab sistem pomoči brezposelnim

Okolje in socialno-ekonomski status osebe lahko ta stresni dogodek omilita ali ojačita, tu se vse bolj uveljavlja tudi izraz flexicurity (Karsten in Klaus, 2009) z npr. ureditvijo zdravstvenega zavarovanja v državi (Olson, 1992).

Dolgotrajna brezposelnost vpliva na naslednja področja, katera bom podrobneje opisal v tej seminarski nalogi:

- ▶ Družino
- ▶ Fizično zdravje
- ▶ Mentalno zdravje
- ▶ Osebnostne lastnosti

1. VPLIV DOLGOTRAJNE BREZPOSELNOSTI NA DRUŽINO

Pri začetku obravnave tega dela si lahko postavimo zanimivo vprašanje: Ali različno vpliva na družino če izgubi zaposlitev *mama ali oče*?

Izkaže se, da kljub vse večji egalitarnosti spolov v naši družbi, družina in vsi njeni posamezniki v povprečju huje trpijo, kot če izgubi zaposlitev mati (Kalil in De Leire, 2002). Ugotovili so, da očetova izguba službe vpliva na novorojenčkovo **težo ob rojstvu** (Lindo, 2011) in da v veliko bolj negativno vpliva na šolsko uspešnost otrok in tega učinka ne ublažijo drugi prihodki, ali če se mati zaposli, loči ali preseli (Rege, Telle in Votruba, 2011).

Dolgotrajna brezposelnost v družini vpliva na finančni stres v družini in preko tega na negativno počutje mame, ki nato preko svojega negativnega počutja povzroča kognitivni distress in depresivne simptome pri otrocih (McLoyd, 1994). Dolgotrajna brezposelnost vpliva na psihično blagostanje otrok še pozno v njihovo odraslost (McLoyd, 1994). Nekatere študije kažejo, da stanje brezposelnosti vpliva tudi na stopnjo rodnosti (Del Bono, Weber in Winter-Ebmer, 2008; v Lindo, 2010).

2. VPLIV DOLGOTRAJNE BREZPOSELNOSTI NA FIZIČNO ZDRAVJE

V nedavni študiji so ugotovili, da imajo brezposelni moški iste starosti, kot zaposleni moški do dvakrat krajše telomere. Telomer je eden trenutno najbolj priznanih indikatorjev starosti organizma. Tudi po daljšem času ponovne zaposlitve stanje telomerov ni bilo primerljivo z moškimi, ki so bili neprenehoma zaposleni. Upoštevali so socialne, biološke in vedenjske dejavnike, ki bi lahko vplivali da je posameznik težje zaposljiv ali na krajše telomere (npr. kajenje, prekomerna telesna teža, ipd.) (Ala-Mursula, Buxton, Koiranen, Taanila in Blakemore, 2013)

Izguba službe pomeni večjo možnost težav s srcem, tudi če je to stanje brezposelnosti krajše (Dupre, George, Liu in Peterson; 2012). Ta učinek ni držal za osebe, ki so same zapustile delovno mesto.

Ko so izenačili socialnoekonomski status oseb, kraj bivanja, prihodke, itd. so ugotovili, da brezposelne osebe predela Velike Britanije pravzaprav ne konzumirajo alkohola pogosteje od njim primerljivih zaposlenih oseb, vendar pa so ugotovili, da je rahlo večja verjetnost kajenja cigaret in veliko večja verjetnost (3-4x) uporabe pomirjeval (Cook, Bartley, Cummins in Shaper, 2003).

V zanimivi študiji so preverjali vpliv brezposelnosti na imunski sistem (reaktivnost limfocitov- te so indikatorji uspešnosti imunskega sistema) pri treh skupinah: zaposleni, brezposelni in brezposelni vključeni v programe psihosocialne pomoči. Obe skupini brezposelnih sta imeli veliko slabše delovanje limfocitov (Arnetz, Wasserman, Petrini, Brenner, Levi, Eneroth, Salovaara, Hjelm, Salovaara in Theorel, 1987) in veliko pogostejše pljučne bolezni (Bronhitis, obstruktivne pljučne bolezni, ipd.).

Osebe tudi same poročajo o poslabšanju zdravju po izgubi zaposlitve (Burgard, Brand in House; 2007). Seveda so pri tem upoštevali zgolj ljudi, ki niso bili odpuščeni zaradi zdravstvenih razlogov.

Nekateri mešani rezultati raziskav

Nekatere študije poročajo o izboljšanju na naslednjih področjih: telovadbe, manjšega uživanja cigaret, konzumiranja alkohola, izgube teže in manj težav povezanih z delovnim mestom ter z daljšimi prevozi na delovno mesto "commute-related risks" (Ruhm, 2000; 2001; 2005; v 2007).

Druge raziskave kažejo veliko manj pozitivne obete pri posameznikih, ki so izgubili zaposlitev. Povečalo naj bi se število bolezni povezanih z alkoholom, številom poskusov samomorov in izvedenih samomorov (Browning in Heinesen, 2012). Prav tako naj bi v prvem letu po izgubi zaposlitve umrljivost narasla 50-100%, kar za povprečnega 40-letnika pomeni leto do leto in pol manj pričakovane življenske dobe (Wachter, 2009).

3. VPLIV BREZPOSELNOSTI IN DOLGOTRAJNE BREZPOSELNOSTI NA MENTALNO ZDRAVJE

Mnogo študij je pokazalo, da stanje brezposelnosti negativno vpliva na mentalno zdravje (Browning in Heinesen, 2012). Poslabšanje počutja pogosto traja še veliko časa po tem, ko je oseba ponovno zaposlena (Clark, Georgellis in Sanfey, 2001; Daly in Delaney, 2013; v Boyce, Wood, Daly, in Sedikides, 2015). Nekateri avtorji na podlagi svojih študij menijo, da je možno primerjati negativen vpliv brezposelnosti na psihično blagostanje osebe z dogodki, kot ko oseba postane »disabled« ali po izgubi zakonskega partnerja (Boyce in Wood, 2011b; Lucas, 2007; Oswald in Powdthavee, 2008; v Boyce, Wood, Daly, in Sedikides, 2015).

Kratkotrajna vs. dolgotrajna brezposelnost in njun vpliv na mentalno zdravje

Tudi na tem področju rezultati različnih študij na istih ali zelo podobnih področjih mentalnega zdravja ne kažejo zmeraj v isto smer. Nekatere študije navajajo, da trajanje brezposelnosti pozitivno korelira z osebinimi dobrim počutjem (Oswald, 1994). Nekatere študije niso ugotovile razlik v samem trajanju brezposelnosti pri zadovoljstvu z življenjem (Winkelmann in Winkelmann, 1998). V večini študij ugotavljajo, da pa vseeno brezposelnost pozitivno korelira z negativnimi vidiki mentalnega zdravja, npr. s samomorilnostjo in depresivnimi simptomi (Browning in Heinesen, 2012; Classen in Dunn, 2012).

Meta študija Karsten-a in Klaus-a (2009) je obsegala več kot 300 študij, ki so raziskovale vpliv brezposelnosti na osebo. Približno tretjina analiziranih študij je bila longitudinalnih. Ugotovili so, da ima brezposelna populacija veliko pogostejše probleme na naslednjih področjih:

- Anksioznost,
- Psihosomatski simptomi,
- Psihično blagostanje in
- Samozavest

Prav tako sta avtorja poročala, da okolje in socialno-ekonomski status osebe lahko stanje brezposelnosti omilita ali ojačata. Brezposelna populacija naj bi v primerjavi v z zaposleno populacijo imeli veliko pogostejše mentalne težave (34% vs 16%). Prav tako naj bi osebe, ki so izgubile delovno mesto dela vrste „modri ovratniki“ nasproti delovnim mesto vrste „belih ovratnikov“, izgubo delovnega mesta doživele veliko slabše.

Učinkovitost programov psihosocialne pomoči na mentalno zdravje

Tudi tu so ocene mešane, vendar v resnici ni najbolj primerljivo, saj so različne študije upoštevale učinkovitost različnih programov psihosocialne pomoči. Kljub temu navajam nekaj študij, ki navajajo te rezultate: Meta študija Karsten-a in Klaus-a, 2009 je ugotovila zmerno učinkovitost programov psihosocialne pomoči. Nekatere študije ugotavljajo, da niso opazile učinkov programov psihosocialne pomoči na brezposelnih v primerjavi z brezposelnimi, ki se niso udeležili teh programov (Arnetz, Wasserman, Petrini, Brenner, Levi, Eneroth, Salovaara, Hjelm, Salovaara in Theorel, 1987; Ala-Mursula, Buxton, Koironen, Taanila in Blakemore, 2013).

4. VPLIV DOLGOTRAJNE BREZPOSELNOSTI NA OSEBNOSTNE LASTNOSTI

Že nekaj časa je v psihologiji znano, da se osebnostne lastnosti spreminjajo s staranjem osebe, vendar v zadnjih časih ugotavljajo, da so nekatere spremembe na področju osebnostnih lastnosti pogojene z normativnimi dogodki v posameznikovem življenju (npr. prva zaposlitev, upokožitev, vstop v prvo partnersko zvezo). Vse večje število raziskav poroča o spremembah na področju osebnostnih lastnosti po izgubi zaposlitve. Spodaj jih bom podrobneje naštel.

Dolgotrajna brezposelnost in vestnost

Vestnost je pomembna za uspeh na delovnem mestu (Barrick idr., 1993; Judge in Ilies, 2002; Mueller in Plug, 2006; Nyhus in Pons, 2005; v Boyce, Wood, Daly in Sedikides, 2015), vendar ugotavljajo, da je delo pomembno za vestnost (Boyce, Wood, Daly in Sedikides, 2015). Višja vestnostjo=večji upad zadovoljstva z življenjem (Boyce, Wood in Brown, 2010), vendar hkrati aktivnejše iščejo novo zaposlitev (Kanfer, 2001; v Boyce, Wood in Brown, 2010). Z daljšim trajanjem brezposelnosti= Nižanje vestnosti (Boyce, Wood, Daly in Sedikides, 2015).

Dolgotrajna brezposelnost in nevroticizem

Ta močno korelira z intenzivnejšim stresom (Frost in Clayson, 1991; v Boyce, Wood in Brown, 2010), depresijo (Dooley, Prause in Ham-Rowbottom, 2000; v Boyce, Wood in Brown, 2010) in nižjo samozavestjo (Karsten in Klaus, 2009). Nevroticizem prav tako močno negativno korelira s Psihičnim blagostanjem, ki se močno poslabša po izgubi zaposlitve (Boyce, 2013; DeNeve in Cooper, 1998; Steel, Schmidt in Shultz, 2008; v Boyce, Wood, Daly, in Sedikides, 2015).

Vendar kljub temu sprememb v nevroticizmu ni pri povprečnem posamezniku, kar je presenetljivo, saj za vestnost to ne drži (Boyce, Wood, Daly, in Sedikides, 2015).

Dolgotrajna brezposelnost, Velikih 5 in razlike med spoloma

Pri moških se najbolj spremeni tekom dolgotrajne brezposelnosti vestnost in malo manj sprejemljivost, ki po nekaj letih (2-3) začne zopet rahlo naraščati, vendar nato zopet upade (Boyce, Wood, Daly in Sedikides, 2015). Pri ženskah se najbolj spremeni sprejemljivost in odprtost, ter malo manj vestnost, ki začne po nekaj letih zopet rahlo naraščati (Boyce, Wood, Daly in Sedikides, 2015).

KAJ LAHKO NAREDI PSIHOLOG ZA DOLGOTRAJNO BREZPOSELNE OSEBE

Izguba službe ne pomeni le izgubo finančnega prihodka, tudi **določene latentne ugodnosti službe**, preko katerih lahko **zadovoljimo svoje potrebe izgubimo** po npr.:

- Strukturiranosti dneva, (zaznavanje svojih aktivnosti kot organizirane, strukturirane in namenske)
- Možnost za biti aktiven,
- Doseči osebne cilje, ter cilje skupine, itd.

Osebe, ki ohranjajo **višjo strukturiranost časa**, kot način soočanja z brezposelnostjo izkusijo višjo stopnjo **psihičnega blagostanja** (McKee-Ryan, Song, Wanberg in Kinicki, 2005).

Strukturiranost časa kot morebiten visoko učinkovit način spopadanja se z negativnimi simptomi stanja brezposelnosti. Dimenzije strukturiranosti časa so naslednje:

- ▶ Občutek smisla
- ▶ Strukturirana rutina
- ▶ Usmerjenost v sedanost

- ▶ Učinkovita organiziranost
- ▶ Vztrajnost

Vse naštetе dimenzije, razen strukturirane rutine korelirajo s psihičnim blagostanjem (McKee-Ryan, Song, Wanberg in Kinicki, 2005).

Občutek smisla; V kolikšni meri ljudje čutijo, da so ljudje del svojih osebnih ciljev in del širšega cilja (McKee-Ryan, Song, Wanberg in Kinicki, 2005).

Korelira z:

1. (-) Odprtostjo novim izkušnjam
2. (-) Nevroticizmom
3. (+) Psihičnim blagostanjem
4. (+) Vestnostjo
5. (+) Ekstravertnostjo
6. (+) Proaktivnostjo

Strukturirana rutina; Koliko oseba čuti, da ima strukturirano rutino v vsakodnevnem življenju (McKee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005).

Korelira s:

1. (+) Proaktivnostjo
2. (+) Vestnostjo
3. (+) Pogostejše pri osebah z otroci

Učinkovita organiziranost reflektira zaznavanja stopnje lastne učinkovite organizacije (McKee-Ryan, Song, Wanberg in Kinicki, 2005). Osebe z visoko učinkovito organiziranostjo ne preklapajo hitro ali brezglavo med aktivnostmi in ne potrebujejo veliko časa „da se ogrejejo“ oz. zaženejo.

Korelira z

1. (+) Vestnostjo
2. (+) Ekstravertnostjo
3. (-) Nevroticizmom
4. (+) Proaktivnostjo
5. (+) „Household chores“ (Gospodinjska opravila morda)

Usmerjenost v sedanjost: V katerem obsegu oseba živi tukaj in zdaj. Brezposelne osebe z nizko usmerjenostjo v sedanjost so pogosto anksiozni glede prihodnosti, razmišljajo o izgubljenih priložnostih v preteklosti ali sanjarijo (McKee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005).

Korelira s:

1. (-) Proaktivnostjo
2. (-) Nevroticizmom
3. (+) Osebe z otroci bolj usmerjene v sedanjost

Vztrajnost opisuje, v kolikšni meri ljudje ostanejo aktivno usmerjeni proti reševanju ciljev, tudi če ovire naraščajo (McKee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005).

Korelira z:

1. (+) Vestnostjo

2. (+) Odprtostjo
3. (+) Ekstravertnostjo
4. (-) Nevroticizem
5. (+) Proaktivnostjo

Ugotovili so, da različne vloge drugače vplivajo na strukturiranost časa (McKee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005):

- ▶ **Zakonski stan**- višja strukturiranost časa
- ▶ **Imeti otroke**- Brezposelne ženske razširijo svoj prosti čas v času brezposelnosti na otroke.
- ▶ Če je oseba bila **edina, ki je prinašala dohodek** s svojo zaposlitvijo v družino je prišlo do
 - Večja izguba občutka svojega smisla
 - Pasivnejši v času brezposelnosti v primerjavi z osebami, ki so izgubile službo, vendar niso bili edini zaposleni v družini.
 - Večji upad psihičnega blagostanja (v primerjavi z osebami, ki so izgubile službo, vendar niso bili edini zaposleni v družini)
- ▶ **„Household demands“** Gospodinjska dela- Usmerjanje na te aktivnosti, lahko do neke mere deluje kot kompenzacija.

Ohranjanje službe: DBO (36,2%) težje ohranijo službo v primerjavi z ostalimi brezposelnimi (45,7%) (ZZRS, 2015) in tudi dobijo službo v primerjavi z brezposelnimi, ki niso bili toliko časa brezposelni.

Na tem mestu se je vredno vprašati, čemu je tako. Zakaj težje ohranijo službo? Zakaj se tudi veliko težje zaposlijo? Ali je možno, da so dolgotrajno brezposelne osebe z razlogom brezposelnosti npr. zaradi prevelike *izbirčnosti*, *nemotiviranosti*, *nezainteresiranosti* ali njihove *lenobe* pri iskanju službe, morda imajo dejansko *slabše izkušnje* pri delu in se zato težje zaposlijo?

Ghayad in Dickens (2012) sta vsaj delno odgovorila na to vprašanje in ugotovila, da krivda ni zgolj znotraj dlje časa brezposelnih, pač pa tudi, da so pogosto diskriminirani, četudi so primernejši za delovno mesto kot kakšni drugi kandidati. Poslala sta 4800 CV-jev na 600 delovnih mest in spremljala koga bodo povabili na intervju oz. v naslednjo fazo selekcije. Ugotovila sta

- ▶ Delodajalci se izogibajo oseb, ki so brezposelne 14 tednov ali več. Še veliko huje za brezposelne nad 27-imi tedni.
- ▶ Pogosteje povabili v naslednjo fazo selekcije osebe, ki so bile manj časa brezposelne, tudi, ko so imeli neprimernejše izkušnje in bili slabše kvalificirani za delovno mesto v primerjavi z dlje časa brezposelnimi.

V kolikor hočemo kot psihologi učinkovito pomagati skupini brezposelnih rabimo poznati lastnosti te skupine in strukturo, npr. iz katerih regij so najpogostejše, spol, starost, izobrazba, poklic, dejavnosti zadnjega delodajalca, mednarodna primerjava (bolj slabo nam gre po deležu dolgotrajno brezposelnih), ipd.

V Sloveniji je praksa za brezposelne naslednja:

- Individualizirana obravnava (osebni svetovalci)
- Zgodnja aktivacija (zaposlitveni načrt v 14 dneh)
- Stopnjevanje aktivnosti glede na potrebe posameznika
- Spremljanje izvajanja dogovorjenih aktivnosti (lahko tudi elektronsko ali telefonsko)

Stopnjevanje aktivnosti glede na potrebe brezposelne osebe zajema učenje uporabe samostojnega vodenja kariere, osnovna karierna svetovanja (za DBO poglobljena), učenje veščin vodenja kariere, delavnice zavoda (Skupinske oblike svetovanja, Delavnica Drugače, Zaposlitev kot prednost) in nenazadnje je ZRSZ v sodelovanju z delodajalci razvil nove oblike sodelovanja z namenom zaposlovanja DBO.

V zadnjem času se tudi na zavodu dogaja sprememba pri pristopu obravnave brezposelnih oseb. Bolj se osredotočajo na iskanje ustrezne rešitve, prihodnost in prednosti kandidata, kot pretirano osredotočanje na problem, preteklost in deficite kandidata. Večina svetovalcev naj bi skušala ubrati pristop sodelovalnosti in doseči delovno alianso, ki je drugače eden temeljnih ciljev psihoterapije.

Izvajajo se preventivni in kurativni ukrepi na naslednjih področjih, kjer vidim tudi veliko prostora za vključevanje psihologov:

- ▶ Usposabljanje in izobraževanje,
- ▶ Spodbujanje zaposlovanja,
- ▶ Kreiranje delovnih mest,
- ▶ Spodbujanje samozaposlovanja.

ZAKLJUČEK

Dolgotrajna brezposelnost je vse bolj pereč problem v Evropi, vendar se vlade skušajo proti temu boriti z različnimi direktivami in spodbudami delodajalcev in brezposelnih oseb (finačne ugodnosti za delodajalce, različne delavnice veščin za brezposelne osebe npr.) Temu pa priča tudi direktiva Evropske unije, kateri je do leta 2020 zelo zmanjšati trajanje povprečne dolgotrajne brezposelnosti in deleža dolgotrajno brezposelnih med celotno brezposelno populacijo. V tej seminarski nalogi sem predstavil nekaj področij, v katera bi bilo smiselno vključiti psihologe in nekaj konkretnih načinov soočanja se z brezposelnostjo za višjo psihično blagostanje posameznika in čim večjo aktivacijo posameznika (npr. strukturiranost časa).

LITERATURA

- Ala-Mursula, L., Buxton, J.L., Ek, E., Koiranen, M., Taanila, A., Blakemore, A.I.F., et al. (2013) Long-Term Unemployment Is Associated with Short Telomeres in 31-Year-Old Men: An Observational Study in the Northern Finland Birth Cohort 1966. *PLoS ONE* 8(11).
- Arnetz, B B; Wasserman, J., Petrini, B, Brenner, S.O., Levi, L., Eneroth, P., Salovaara, H., Hjelm, R., Salovaara, L., Theorell, T., (1987). Less Immune Function in Unemployed Women.. *Psychosomatic Medicine*, 49(1):3-12.
- Bertrand, M. in Mullainathan, S. (2004). Are Emily and Greg more employable than Lakisha and Jamal? A field experiment on labor market discrimination. *The American Economic Review* 94, 991-1013.
- Boyce, C..J., Wood, A.M. in Brown, G.D. (2010). The dark side of conscientiousness: Conscientious people experience greater drops in life satisfaction following unemployment. *Journal of Research in Personality*, 44(4), 535-539.
- Boyce, C. J., Wood, A., M., Daly, M. in Sedikides, C. (2015). Personality change following unemployment. *Journal of Applied Psychology*, 100(4), 991-1011.
- Browning, M. in Heinesen, E. (2012). Effect of job loss due to plant closure on mortality and hospitalization. *Journal of health economics* 31(4), 599-616.
- Cook, D.G., Bartley, M.J., Cummins, R.O. in Shaper, A.G, (2003). Health of unemployed middle-aged men in Great Britain. *The Lancet*, 319, 290–1294.
- Dupre, M.E., George, L.K., Liu, G. in Peterson, E.D. (2012). The Cumulative Effect of Unemployment on Risks for Acute Myocardial Infarction. *Arch Intern Med*, 172(22):1731-1737.
- Ghayad, R. in Dickens, W. (2012). What Can We Learn by Disaggregating the Unemployment-Vacancy Relationship? *Federal Reserve Bank of Boston*, 12-3.
- Karsten, I.P., in Klaus, M.(2009). Unemployment impairs Mental Health: Meta- analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74(3), 264-282.
- Milkman, K.L., M. Akinola, and D. Chugh. (2014) What Happens Before? A Field Experiment Exploring How Pay and Representation Differentially Shape Bias on the Pathway into Organizations. *Journal of Applied Psychology*, Forthcoming, 14-3.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C.R. in Klinicki, A.J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta analytic study. *Journal of applied psychology* 90(1), 53-76.