

**Bir Baş Etme Stratejisi Olarak “İşsizliği Normalleştirmek”*****“Unemployment Normalization” As a Coping Strategy*****Ayşe Şeyma TURGUT**

Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakóltesi, Sosyal Hizmet Bölümü

**Emine Elif AYHAN**

Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yoksulluk Çalışmaları Programı

Haziran 2022, Cilt 12, Sayı 1, Sayfa 115-130

June 2022, Volume 12, Issue 1, Page 115-130

E-ISSN: 2148-483X

2022-1

e-posta: [sgd@sgk.gov.tr](mailto:sgd@sgk.gov.tr)

Yazılar yayımlanmak üzere kabul edildiği takdirde, SGD elektronik ortamda tam metin olarak yayımlamak da dahil olmak üzere, tüm yayın haklarına sahip olacaktır. Yayımlanan yazılardaki görüşlerin sorumluluğu yazarlarına aittir. Yazı ve tablolardan kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir.

If the manuscripts are accepted to be published, the SGD has the possession of right of publication and the copyright of the manuscripts, included publishing the whole text in the digital area. Articles published in the journal represent solely the views of the authors.

Some parts of the articles and the tables can be cited by showing the source.

## 22. SAYIDA HAKEMLİK YAPAN AKADEMİSYENLERİN LİSTESİ

### REFeree LIST FOR THIS ISSUE

Prof. Dr. Yusuf ALPER  
Bursa Uludağ Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Umut OMAV  
İstanbul Üniversitesi  
İktisat Fakültesi

Prof. Dr. Sinem YILDIRIMALP  
Sakarya Üniversitesi  
Siyasal Bilgiler Fakültesi

Prof. Dr. Murat ATAN  
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Latif ÖZTÜRK  
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Doç. Dr. Gaye BAYCIK  
Ankara Üniversitesi  
Hukuk Fakültesi

Prof. Dr. Ufuk AYDIN  
İstanbul Aydın Üniversitesi  
Hukuk Fakültesi

Prof. Dr. Metin PİŞKİN  
Ankara Üniversitesi  
Eğitim Bilimleri Fakültesi

Doç. Dr. Erdem CAM  
Ankara Üniversitesi  
Siyasal Bilgiler Fakültesi

Prof. Dr. Mustafa AYKAÇ  
Marmara Üniversitesi  
İktisat Fakültesi

Prof. Dr. Birgül PİYAL  
Ankara Üniversitesi  
Tıp Fakültesi

Doç. Dr. Nagihan DURUSOY ÖZTEPE  
Pamukkale Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Nuray GÖKÇEK KARACA  
Ankara Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi

Prof. Dr. Faruk SAPANCALI  
Dokuz Eylül Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Doç. Dr. Emel İSLAMOĞLU  
Sakarya Üniversitesi  
Siyasal Bilgiler Fakültesi

Prof. Dr. Cemal İYEM  
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi  
Söke İşletme Fakültesi

Prof. Dr. Suat UĞUR  
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi  
Bige İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Doç. Dr. Volkan IŞIK  
Hacettepe Üniversitesi  
Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu

Prof. Dr. İlnur KILKIŞ  
Bursa Uludağ Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Yücel UYANIK  
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Doç. Dr. Fatih YILMAZ  
Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Handan KUMAŞ  
Pamukkale Üniversitesi  
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Gülbiye YENİMAHALLELİ YAŞAR  
Ankara Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi

Doç. Dr. Özlem YORULMAZ  
İstanbul Üniversitesi  
İktisat Fakültesi

---

## 22. SAYI DEĞERLENDİRME İSTATİSTİKLERİ

### *EVALUATION STATISTICS FOR THIS ISSUE*

---

Toplam gelen makale başvurusu	Number of received manuscript	34
Yayına kabul edilen makale sayısı	Number of accepted manuscript	10
Hakem süreci devam eden makale sayısı	Under consideration	11
Red edilen makale sayısı	Rejected after evaluation	13
Ön inceleme aşamasında red edilen makale sayısı	Rejected before evaluation	11
Makale kabul oranı	Accepted manuscript rate	%29

## Bir Baş Etme Stratejisi Olarak “İşsizliği Normalleştirmek”

### “Unemployment Normalization” As a Coping Strategy

**Ayşe Şeyma TURGUT\***

ORCID: 0000-0001-8140-141X

**Emine Elif AYHAN\*\***

ORCID: 0000-0001-6692-0633

Sosyal Güvenlik Dergisi / Journal of Social Security  
Cilt: 12 Sayı: 1 Yıl: 2022 / Volume: 12 Issue: 1 Year: 2022  
Sayfa Aralığı: 115-130 / Pages:115-130  
DOI: 10.32331/sgd.1135369

### ÖZ

İşsizlik olgusu Sanayi Devrimi’nden beri hemen hemen her ekonomide varlığını sürdüren en önemli, en geniş kapsamlı ve en kronik sorunlardan biridir. Beraberinde getirdiği sosyal, psikolojik ve ekonomik riskler ve çöküntüler sebebiyle işsizlik, işsiz bireyin kendisi, ailesi ve içerisinde yaşadığı toplum açısından da tehdit oluşturmaktadır. Bilişsel yeniden değerlendirmeye dayanan duygusal bir düzenleme sürecini ifade eden işsizliğin normalleştirilmesi kavramı ise işsizliği birey, aile ve toplum açısından uyum sağlamaz ve kabul edilemez bir tehdit olmaktan çıkartmayı ve normalleştirmeyi amaçlamaktadır. Literatür tarama modeli ile yapılan bu çalışmada; işsizlik psiko-sosyal yönüyle ele alınarak işsizliğin birey, aile ve toplum üzerindeki etkileri ortaya konulmuş, işsizliğin normalleştirilmesi kavramı açıklanmış ve işsizliğin nasıl normalleştirilebileceği ve işsizliğin normalleştirilmesinin imkân dahilinde olup olmadığı ele alınmıştır. Sonuç olarak; teknolojideki gelişmelerin vasıflı veya vasıfsız fark etmeksizin insan gücüne olan ihtiyacı azaltması, eğitim sisteminin bozulması, artan adaletsizlikler, işgücü piyasasında ayrımcılık, sosyal devlet anlayışının zayıflaması, ekonomik krizler, neoliberal politikaların beraberinde getirdiği esnek çalışma modelleri, yurt dışından gelen kitlesel göçlerin sebep olduğu ucuz ve güvensiz işgücü, yedek işsizler ordusunun giderek büyümesi gibi sorunlar işsizliği insanların büyük bir kısmı için kaçınılmaz kılmaktadır. Bu doğrultuda işsizliği normalleştirmek, bir nevi yeni bir kariyer normali ve psiko-sosyal sorunlarla baş etme stratejisi olarak düşünülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** İşsizlik, işsizliğin normalleşmesi, psiko-sosyal destek, baş etme, işsiz

### ABSTRACT

Unemployment has been one of the most important, wide-ranging and chronic problem that has existed in almost every economy since the Industrial Revolution. Unemployment also poses a threat to unemployed individuals, their families and the societies in which they live, because of the social, psychological and economic risks and depressions that come with unemployment. The concept of normalization of unemployment, which expresses an emotional regulation process based on cognitive reassessment, aims to normalize unemployment and remove it from being an incompatible and unacceptable threat to the individual, family and society. In this study, which was carried out with the literature review model; the effects of unemployment on the individual, family, and society were revealed. The concept of normalization of unemployment was explained, and it was discussed how to normalize unemployment and whether it is possible to normalize unemployment. As a result; technological developments reduce the need for skilled or unskilled workforce, deterioration of the education system, increasing injustices, discrimination in the labor market, weakening of the concept of the welfare state, economic crises, flexible working models brought about by neoliberal policies, cheap and insecure labor force caused by mass migrations from abroad, problems such as growing reserve army makes unemployment inevitable for most people. Normalizing unemployment is considered a kind of new career normal and a strategy for coping with psycho-social problems.

**Keywords:** Unemployment, normalisation of unemployment, psychosocial support, coping, unemployed

Önerilen atf şekli: Turgut, A. Ş. ve Ayhan, E. E. (2022). Bir Baş Etme Stratejisi Olarak “İşsizliği Normalleştirmek”. *Sosyal Güvenlik Dergisi (Journal of Social Security)*. 12(1). 115-130.

● Geliş Tarihi/Received: 28/03/2022 ● Güncelleme Tarihi/Revised: 23/05/2022 ● Kabul Tarihi/Accepted: 27/06/2022

\* Arş. Gör., Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, ayseseyma.turgut@kocaeli.edu.tr

\*\* Doktora Öğrencisi, Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yoksulluk Çalışmaları Programı, elifayhan93@gmail.com

## GİRİŞ

İşsizlik olgusu Sanayi Devrimi'nden beri hemen hemen her ekonomide varlığını sürdüren en önemli, en geniş kapsamlı ve en kronik sorunlardan biridir. Beraberinde getirdiği sosyal, psikolojik ve ekonomik riskler ve çöküntüler sebebiyle işsizlik, işsiz bireyin kendisi, ailesi ve içerisinde yaşadığı toplum açısından da tehdit oluşturan, işsizlik oranlarının artması halinde toplumlara yoksulluğa ve toplumsal çözülmeye karşı güvencesiz hale getiren kamusal bir sorundur. Sosyolojik Tahayyül isimli kitabında Wright Mills (2016), sorunları kişisel sorunlar ve kamusal sorunlar olarak sınıflandırmıştır. Kişisel sorunlar bireylerin karakteristik özelliklerinden kaynaklanan ve yalnızca kendilerini ilgilendiren örnek olaylar iken kamusal sorunlar kişisel olamayacak kadar toplumsal kökenli sorunlardır. Kişisel sorunlar ile toplumsal sorunların ayrımı konusunda Mills işsizlik örneğini vermiştir. Örneğe göre, 100 bin nüfuslu bir kentte yalnızca bir kişinin işsiz olması özellikle o kişiyi ilgilendiren şahsi bir sorundur fakat 50 milyonluk işgücüne sahip bir ülkede 15 milyon kişi işsiz kalmışsa, bu tüm toplumu ilgilendiren bir mesele haline gelmektedir. Dolayısıyla, bireylerin deneyimlediği ortak sorunların ne zaman kişisel ne zaman kamusal sorun kabul edilebileceği, sorunu yaşayan bireylerin toplum içerisindeki niceliği ve etkisi ile anlaşılabilir. Mills'in de değindiği üzere işsizlik olgusu ele alındığında bu niceliğin aynı sorunu yaşayan her bir birey için bir rahatlama etkisi yapıp yapmadığı üzerinde durmak anlamlı olacaktır. Toplum içinde yalnız olmadığını bilmek, benzer sorunu yaşayan pek çok insanla bir arada bulunmak ve sorunu normalleştirmek psiko-sosyal bir rahatlama sebepleri olabilir.

Tam da bu noktada, son yıllarda işsizliğin beraberinde getirdiği psiko-sosyal sorunlarla baş etmek amacıyla işsizliğin normalleştirilmesi fenomeni ortaya atılmıştır. İşsizliğin normalleştirilmesi fenomeni kökenini, Ashfort ve Kreiner'ın (2002) belli başlı alışılmamış durumların nasıl normalleştirilebileceğini ele alan çalışmasının Pignault ve Houssemand (2018) tarafından işsizlik olgusuna uyarlamasından ve "işsizliğin normalleştirilmesi" olarak kavramlaştırmasından almaktadır. İşsizliği normalleştirmek ile beklenen durum, işsiz bireyin işsizliğe yönelik olumsuz duygularını düzenleyerek öznel iyilik halini sağlaması ya da öznel iyilik halinin olumsuz etkilenmesini önlemesi ve psikolojik dayanıklılığını (yılmazlığını) artırmasıdır (Rasmussen vd., 2006; Wanberg, 2012; Johnson vd., 2016). Zira teknolojik gelişmeler, pandemi ve iklim değişikliği gibi küresel krizler ve yedek işsizler ordusunun giderek büyümesi gibi sorunlar sonucunda işsizlik birçok insan için kaçınılmaz hale gelmekte ve bu durum işsizlerin iyilik halleri için önlemler alınmasını gerekli kılmaktadır.

Bu çalışmada işsizliğin normalleştirilmesi fenomeni, işsizlerin iyilik hallerinin korunması açısından bir önlem olarak ele alınmış ve açıklanmıştır. Bu amaçla ilk olarak işsizlik tanımlanmış, işsizliğin psiko-sosyal etkileri ele alınmış ve işsizliğin nasıl normalleştirilebileceği tartışılmıştır. Türkçe literatüre bakıldığında, uluslararası literatürde dahi henüz çok yeni olan işsizliğin normalleştirilmesi konusunda daha önce herhangi bir çalışmanın yapılmadığı görülmüştür. Hem literatüre bu konuda bir çalışma kazandırmak hem de işsizleri, işsizliğin kısa vadeli (stres, özsaygıda azalma, boşluk hissi, ümitsizlik vb.) ve uzun vadeli (depresyon, intihar vb.) sonuçlarından korumak adına öneri sunmak amacıyla hazırlanan bu çalışma, işsizliği normalleştirmenin bir an önce bir baş etme stratejisi olarak kabul edilmesi ve buna uygun planlamaların yapılması gerektiğini savunmaktadır.

## I- İŞSİZLİK KAVRAMI

İşsizlik bireysel ve toplumsal anlamda farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Talas (1997) birey açısından işsizliği, "çalışma yeteneğinde, isteğinde ve çalışmaya hazır bir durumda olup, gelir sağlayan bir işe sahip olamama durumu" olarak, toplum açısından işsizliği, "en değerli üretici kaynak

olan işgücünün bir bölümünün kullanılmaması, boşa harcanması” olarak tanımlamış ve bir kimsenin işsiz olarak kabul edilebilmesi için dört unsuru taşıması gerektiğini belirtmiştir. Bu unsurlar; çalışma yeteneği, çalışmaya isteklilik, çalışmaya hazır olmak ve kendisine önerilen işi derhal kabul edecek olmaktır. Başka bir ifade ile çalışabilecek durumda olan, çalışmak isteyen, kendisine önerilecek bir işi kabul etmeye razı ve o işte çalışmaya hazır olan fakat hâlihazırda bazı sebeplerden çalışmıyor olan kimseler işsiz olarak kabul edilmektedir. İşsizlik, işgücü seviyesi ile istihdam seviyesi arasındaki fark olarak da tanımlanabilir. İşsiz birey piyasadaki cari ücret seviyesinde çalışmak istediği ve çalışabilecek gücü olduğu halde uygun bir iş bulamayan kimsedir. Bu tanımdaki uygun iş kavramı; işçinin alışık olduğu bir ücret haddinde çalışabileceği, yetenekleriyle uyumlu, ikametgâhına yakın bir yerde bulunan işi ifade etmektedir (Zaim, 1997: 172). Bu tanımdan hareketle işçinin alacağı ücretin emeğinin değerine karşılık gelmesi, işçinin sahip olduğu beceriler ile işin gerektirdiği becerilerin örtüşmesi, işyerinin işçinin yaşadığı yere yakın ve işçiyi ulaşım açısından zorlamayacak konumda olması o işi, işçi için makul kılabilir. Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO)’ne göre bir kişinin işsiz olarak değerlendirilmesi için gereken kriterler (Biçerli, 2020: 55):

- Referans döneminde işsiz olmak,
- İki hafta içinde işi başlamaya hazır olmak,
- Son üç ay boyunca iş arama kanallarından en az birini kullanmış olmaktır.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) işsiz birey kavramını “referans dönemi içinde istihdam halinde olmayan kişilerden iş aramak için son dört hafta içinde aktif iş arama kanallarından en az birini kullanmış ve 2 hafta içinde işbaşı yapabilecek durumda olan kurumsal olmayan çalışma çağındaki tüm kişiler işsiz nüfusa dahildir” şeklinde tanımlamaktadır (TÜİK, 2022). Toplam işgücünde, işsizlerin nispi ağırlıklarını ifade etmek üzere işsizlik oranı hesaplanmaktadır. İşsizlik oranı, ülkedeki işgücünün etkin kullanıp kullanılmadığını gösterdiğinden ve diğer ülkelerle karşılaştırma yapılabilmesine imkân verdiğinden son derece önemli bir ekonomik gösterge olarak kabul edilebilir. İşsizlik oranı, “İşsizlik oranı= (işsizler/iş gücü) x 100” formülü ile hesaplanmaktadır (Güney, 2021: 11).

Ekonomideki üretim faktörlerinden biri olan emeğin, ekonomik yönü olduğu kadar sosyal bir yönü de vardır. Bu durum emeği, diğer üretim faktörlerinden farklı kılarak daha önemli bir noktaya taşımaktadır. Ancak ekonomide işsizlik sorunu meydana geldiğinde, emeğin tam kapasiteli olarak işlev görmediği ve bundan dolayı elde edilecek üretimde aksamalar yaşanabileceği söylenebilir. Amerikalı iktisatçı Arthur Okun, işsizlik ile üretim arasındaki ilişkiyi incelemiş ve ‘Okun Kanunu’nu ortaya koymuştur. Okun Kanunu’na göre; işsizlik oranında görülen her %1’lik artış, Gayri Safi Milli Hasıla’yı yaklaşık %3 oranında azaltmaktadır (Schnabel, 2002). Böylece işsizliği, ekonomik dengeyi olumsuz yönde etkileyen ve toplumsal refahı bozan bir sorun olarak görmek mümkündür. Her dönemde aynı sebeplerle ortaya çıkmayan ve benzer sonuçları da olmayan işsizliğin açık ve gizli olmak üzere iki farklı türü bulunmaktadır.

### A- Gizli İşsizlik

Toplum üyelerinin, istihdamda yer almalarına rağmen ellerinde olan veya olmayan nedenlerle toplam üretime katkısı olmayabilir. Böyle bir durumda emek verimliliği düşük olmakta ve kişi iş yerinden ayrılsa bile üretim seviyesinde herhangi bir değişiklik gözlemlenmemektedir. Bu durum, gizli işsizlik olarak isimlendirilmektedir (Özdemir vd., 2006: 7). Emek verimliliği bir ekonominin küresel pazardaki konumunu ve rekabet gücünü etkilediğinden, bu gösterge bir bütün olarak ekonomi için oldukça önemlidir. Marjinal verimliliği sıfır veya sıfırın altında olan çalışanların durumunu tasvir etmek üzere kullanılan gizli işsizlik, bir anlamda ülke için ekonomik bir kayıp olarak nitelenebilir (Semenova vd., 2020).

## B- Açık İşsizlik

İş arama ve çalışma maksadında olmasına rağmen mevcut ekonomik koşullar sebebiyle iş bulamayanların durumunu ifade eden açık işsizlik, ekonomi literatüründe dört türe ayrılabilir. Bunlar; friksiyonel, konjonktürel, yapısal ve mevsimlik işsizliktir (Ehrenberg ve Smith, 2003).

**i) Friksiyonel işsizlik:** İnsanlar, işgücü piyasasındaki pozisyonlar arasında hareket ettikleri zaman aralığında belli bir süreyle de olsa işsizlik ortaya çıkmaktadır. Genellikle kısa dönemli ve dünyanın hemen her yerinde görülmesi muhtemelen olan bu işsizlik, friksiyonel, geçici veya arızı işsizlik olarak isimlendirilmektedir (Irmen, 2009: 1127). Emek piyasası, çalışanların hareketliliği nedeniyle dinamik bir piyasa olarak kabul edilmektedir. Bu durumda insanların yeni bir işi hemen bulamaması ve doğru işi aramak için zaman ve çaba harcaması muhtemeldir. İş verenler de boş iş pozisyonlarını doldurmak ve uygun adayları aramak için zaman harcamaktadır. Sonuç olarak, iş arayanlar açık pozisyonlarla hemen yerleşememekte ve geçici bir işsizlik dönemi yaşayabilmektedir (Li ve Zeng, 2022: 152).

**ii) Konjonktürel işsizlik:** Ülkelerin ekonomisi her dönemde aynı işlev seviyesinde gerçekleşmemektedir. Bu seviye kimi zaman yükselme, kimi zaman da düşme eğilimi göstermektedir. Özellikle toplam talep azalmasıyla meydana gelen toplam üretimdeki azalma sonucu, ekonominin işlev seviyesi düşmekte ve birçok kişi işini kaybetmektedir. Bu bağlamda ülke ekonomisinin işlev seviyesinde görülen düşme sonucunda ortaya çıkan işsizlik, konjonktürel işsizliktir (Galušćák ve Münich, 2007: 103). Ekonomik aktivitedeki dalgalanmalardan kaynaklanan konjonktürel işsizlik, ekonomik bir gerileme sırasında, mal ve hizmetlere olan talebin azalması nedeniyle arz fazlasının oluşturarak üretimin yavaşlamasına hatta durmasına neden olmaktadır. Üretimin durma aşamasına gelmesi nedeniyle, çalışmak istemelerine rağmen kişiler iş bulamamaktadır. Bu durumda konjonktürel işsizlikle mücadele edebilmek için ekonomik faaliyetlerin artması gerekmektedir.

**iii) Yapısal işsizlik:** Ülkelerin ekonomik ve teknolojik yapılarında zaman içinde değişimler meydana gelmektedir. Bu yapısal değişimler sebebiyle emek piyasasında emeğini arz edenler ve emek talebinde bulunanlar arasında bir uyumsuzluk ortaya çıkabilmekte ve bu uyumsuzluk nedeniyle insanlar işsiz kalabilmektedir. Ülke ekonomisindeki mal ve hizmet talebindeki farklılıklar nedeniyle emek talebinin de yapısında değişime gözlemlenmektedir. Bu durumda işgücünün, değişen ekonomik şartlarla bütünleşmesine kadar görülen işsizlik, yapısal işsizlik olarak adlandırılmaktadır (Orlandi, 2012). Yapısal işsizlik sadece gelişmekte olan ülkelerin değil, gelişmiş ülkelerin de sorunudur. Zira gelişmiş ülkelerde daha sık teknolojik alanda değişiklikler görülmesi muhtemeldir. Bu durum emek arz ve talebinin yapısını değiştireceğinden ortaya çıkacak uyumsuzluk yapısal işsizliği doğuracaktır (Zaim, 1997: 139).

**iv) Mevsimlik işsizlik:** Mevsimsel değişiklikler veya hava şartları bazı ekonomik faaliyetleri azaltmakta hatta durdurmaktadır. Bundan dolayı pek çok insan işini kaybetmekte ve bir işsizlik sorunu ortaya çıkmaktadır. Mevsimlik işsizlik olarak adlandırılan bu durum, kişinin kendi iradesinden bağımsız olarak gerçekleşmekte ve dönem dönem kendini tekrarlamaktadır (Grady ve Kapsalis, 2002). Mevsimlik işsizlik ekonomisi tarıma dayalı gelişmekte olan ülkelerde daha sık görülmektedir. Fakat ülkelerin gelişmişlik seviyesinden bağımsız olarak, turizm ve inşaat sektöründe de karşılaşılmaktadır.

## II- PSİKOSOSYAL BİR SORUN OLARAK İŞSİZLİK

İşsizlik genel olarak diyalektik bir düşünce tarzı ile ele alınması gereken mevzudur. Ollman (2015) diyalektiği insan hayatında ortaya çıkması olası olan tüm önemli değişim ve etkileşimleri göz

önüne seren bir düşünme tarzı olarak kavramsallaştırmıştır. Bilindiği üzere işsizliğin yalnızca gelir kaybından yoksunluk gibi ekonomik değil, psikolojik ve sosyal sonuçları da bulunmaktadır. İşsizlik nedeniyle aile ilişkileri bozulan ve intihar eden bir kişi ele alınıp ve bu vaka üzerinden açıklamalar yapılarak bu durumu örneklendirmek mümkündür. Burada işsizlik politikanın, aile ilişkilerinin bozulması sosyal hizmetin ve psikolojinin, intihar psikiyatrinin, olayın intihar olup olmadığının netleştirilmesi ise adli tıp ve hukukun konusudur. Ama en geniş anlamda bu olay sosyolojinin konusunu teşkil etmektedir. Bu olaya diyalektik bakılması halinde olay parça parça değil bir bütün olarak görülecek ve bütünden parçaya sorgulama daha verimli olacaktır. Fakat bu çalışmanın konusu gereği işsizliğin psiko-sosyal etkilerine odaklanılacaktır.

İşsizliğin psiko-sosyal etkileri konusunda gizli yoksunluk modelinin sahibi, sosyal psikolog Marie Jahoda’dan bahsetmek yerinde olacaktır. Jahoda, istihdamın en bilindik faydalarından olan ekonomik gelir sahibi olmanın yanı sıra psiko-sosyal bazı faydalarının da bulunduğunu belirtmiştir. İnsanlar bir işe girdiklerinde, işleri boyunca zaman yapısı, sosyal temas, ortak hedefler, statü ve faaliyet olmak üzere beş farklı gizli faydadan da istifade etmektedirler. İstihdamın olmaması durumunda ise insanlar hem gelirden hem de gizli faydalardan yoksun kalmaktadır (Creed ve Macintyre, 2001: 325). Jahoda (1984) insanların zaman kullanımlarını ve bakış açılarını yapılandırmak, sosyal ufkunu genişletmek, yararlı hissedebilecekleri kolektif girişimlere katılmak, toplumda tanınmış bir yere sahip olduklarını bilmek ve aktif olmak için köklü ihtiyaçlara sahip olduklarını ve bu ihtiyaçların istihdam ile karşılanabileceğini savunmuştur. Bir iş sahibi olmanın getirdiği bu gizli (örtük) faydalar insanların ruh sağlığı açısından ihtiyaç duyduğu temel girdilerdir. Dolayısıyla işsiz olmak bu faydalardan yoksun olmaya ve çeşitli sıkıntılar yaşamaya yol açmaktadır (Thill vd., 2019).

İşsizliğin birey açısından sonuçları ilgili literatürde sıklıkla ele alınmıştır. Bu literatürün önemli bir kısmını işsiz olmanın ya da iş kaybı yaşamının bireyin bedensel sağlığı ve fiziksel iyilik hali üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmalar oluşturmaktadır. Bazı araştırmalarda işsiz bireylerin yaşamlarını idame ettirecekleri bir gelirden yoksun olmaları, yoksulluk içinde olmaları ve algılanan düşük sosyal statü nedeniyle sigara ve alkol kullanımı, kronik rahatsızlıklar gibi birtakım sağlık sorunları yaşadığı bulunmuştur (Bartley, 1994; Dean ve Wilson, 2009; Krug ve Eberl, 2018). Beden sağlığının yanı sıra işsizliğin ruh sağlığına olan etkileri de araştırılmıştır. Buna ilişkin yakın tarihteki araştırmaların bir kısmı aşağıda özetlenmiştir.

İlk olarak Yüksel (2005) işsizlerin depresyon düzeyini araştırdığı araştırmasında; ciddi ekonomik zorlukları olan işsizlerin depresyon düzeyi ortalamasının diğerlerinden anlamlı derecede fazla olduğunu, iş bulma umudu olan ve gelecekte umutlu olan işsizlerin depresyon düzeylerinin iş bulma umudu olmayan ve gelecekte umutlu olmayan işsizlerden daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Pelzer vd. (2014), işsizler ve çalışanlar ile yaptıkları araştırmada işsizlerin çalışanlara göre daha fazla depresif semptomlar gösterdiğini bulmuştur. Konstantakopoulos vd. (2019)’un ekonomik krizin toplum ruh sağlığına etkilerini incelemek için yaptığı çalışmada; toplum ruh sağlığı merkezine başvuran işsizlerin oranının 2008 yılından 2013 yılına kadar yaklaşık iki kat artış gösterdiği ve bu merkeze başvuran işsizlerin sıklıkla depresyon ve anksiyete tanısı aldığı tespit edilmiştir. Merkeze başvuran işsizlerin sayısındaki artış, 2008 ekonomik krizinin beraberinde getirdiği geçim zorluklarına yorulmaktadır.

Bazı araştırmalarda işsizliğin psiko-sosyal etkileri, işsizler arasında yapılan kıyaslamalar ile incelenmiştir. Örneğin; Turner ve Turner (2004), fiziksel bir engeli bulunan işsizlerle yaptığı araştırmada engelli işsizlerin engelli olmayan işsizlere göre 5 kat fazla gayri iradi işsizliği deneyimlediğini ve depresyon yaşama olasılıklarının daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum her şeyden önce bir kesişimsellik (Crenshaw, 1989) sorundur. Başka bir ifade ile hem



işsiz hem engelli olan bir bireyin sorunu çok boyutludur ve bireyin bir özelliği (işsiz olması) diğer özelliklerle de (engelli olması) kesişim göstererek var olan sorunu ve ayrımcılığı büyütmektedir. Bu bağlamda; kadın, engelli, göçmen/sığınmacı gibi farklı dezavantajlı grupların da söz konusu işsizlik olduğunda daha derin sorunlar yaşayabileceği açıktır. İşsizler ile çalışan Avustralyalıların depresyon, fiziksel sağlık ve genel doktor ziyaretleri arasındaki farkı saptamak amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmada Broom vd. (2006); işsizlerin istihdamdakilere göre daha fazla sağlık sorunu bildirdiğini, güvencesiz işlerde çalışanların diğerlerine göre sağlık durumlarının kötü olduğunu, üç veya daha fazla strese neden olan etkenin bulunduğu işlerde çalışanların sağlık durumlarının işsizlerden daha iyi olmadığını ortaya koymuştur. Dolayısıyla her ne kadar ücretli bir işin sağlık avantajı sağladığı gerçekse de birkaç stres etkenine sahip güvencesiz işlerde çalışmanın da sağlığı işsizlik kadar olumsuz etkilediğini söylemek mümkündür. Yine Backhans ve Hemmingsson (2012) işsizliğin; düşük meslek sınıfında bulunan, bir önceki işinde düşük ücret alıyor olan ve fazla mesai ile çalışan erkekleri ruhsal açıdan daha çok etkilerken; evli ama çocuğu olmayanları daha az etkilediğini ortaya koymuştur.

Konu ile ilgili bazı araştırmalar işsizliğin psiko-sosyal etkilerini farklı ülkeler örnekleminde ele almıştır. Örneğin; Strandh vd. (2012) İsveçli ve İrlandalı işsizler ile yaptıkları çalışmada; İrlandalı erkeklerin kadınlara göre işsizlikten daha çok etkilendiklerini ve işsizliğin ruhsal sağlıklarını daha olumsuz etkilediğini, İsveçlilerin ise kadın veya erkek fark etmeksizin işsizlikten eşit derecede olumsuz etkilendiklerini bulmuştur. İki ülke arasındaki bu farkta, İsveç'in cinsiyet eşitliği konusunda İrlanda'dan çok fazla olmasa da daha ileride yer almasının (OECD, 2012) etkili olması muhtemeldir. Cygan-Rehm vd. (2017) ise; Avustralya, Almanya, Birleşik Krallık ve Amerika Birleşik Devletleri örnekleminde yaptığı araştırmada, işsizlik olgusunun bu ülkelerin hepsinde kadın ve erkek fark etmeksizin işsizliği yaşayanların ruh sağlığını olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur.

Bazı araştırmalar ise işsizliğin yaşam tatmini ile ilişkisini araştırmışlardır. Yaşam tatmini insanın iyilik halinin en temel unsuru olarak kabul edilmektedir (Haybron, 2007). İyilik hali tüm insanların ulaşmak istediği nihai hedef olup; sağlıklı, mutlu ve hem fiziksel hem de ekonomik açıdan güvende olmayı ifade etmektedir (Attepe-Özden vd., 2017). Dolayısıyla yaşam tatminine sahip olmamanın bireylerin iyilik hali üzerinde bir tehdit oluşturduğunu söylemek mümkündür. Bato-Çizel vd. (2011); işsizlik sürecinde erkeklerin kadınlara göre daha fazla maddi zorluk yaşadığını, daha stresli olduğunu, maddi zorluk yaşamının psikolojik olarak erkek işsizleri kadın işsizlerden daha çok etkilediğini, erkeklerin bu süreçte yaşam tatmininin kadınlara göre daha düşük olduğunu bulmuştur. Aysan ve Aysan (2017) ise Avrupa Yaşam Kalitesi Anketi verilerinden analiz yaptığı çalışmada; işsizliğin bireylerin yaşam kalitesini azalttığını, sosyal dışlanmaya maruz kalma, yoksunluk ve maddi durumun yaşam doyumu üzerindeki etkisinin, demografik özelliklerin (yaş, eğitim vb.) ve istihdam durumunun etkilerinden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Söz konusu ruh sağlığı olduğunda, intihar vakaları belki de en ciddi ve geri dönüşü olmayan biyopsiko-sosyal olgulardan biridir. İntihar hem biyolojik (Turecki ve Brent, 2009), hem psikolojik hem de sosyolojik (Durkheim, 2019) bir olgudur. Sosyolog Emile Durkheim intiharı sosyolojik bir sorun olarak ele almış ve intihar türlerini bencil intihar, özgeci intihar ve anomik intihar olarak sınıflandırmıştır (Durkheim, 2019). İntihar, sorunların biten ve unutulmuş doğası sebebiyle geçici olan sorunlara getirilmiş kalıcı bir çözümdür (Güzeldere, 2015). Bir diğer bakış açısı ise, intiharın kişinin kendisine yönelttiği saldırganlık dürtüsü olduğu yönündedir (Kemaloğlu, 2015). Bu anlayışa göre, çevresindeki insanlara ve/veya içinde yaşadığı topluma ve/veya sosyal, ekonomik ve politik sistemlere öfkelenen ama kimseyi incitmek istemeyen ve umutsuzluk içinde olan bireyler saldırganlık dürtülerini kendilerine yöneltebilir ve bu durum bireyin intiharı ile sonuçlanabilir. Zira ünlü psikiyatrist Aaron Beck depresyonu, intihar isteğini ve intihar davranışını düşük problem çözme becerisi ve umutsuzluk ile açıklamıştır (Beck, 1986; Weishaar ve Beck, 1992).

İntihar işsizlik açısından ele alındığında, konu ile ilgili ülkemizde yapılan araştırmalara değinmek yerinde olacaktır. Dilber ve Uysal (2020) işsizlik ile intihar arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; TÜİK verilerine dayanarak 2008 yılında yaşanan küresel kriz döneminde ticari başarısızlık ve geçim sıkıntısı nedeniyle intihar edenlerin sayısının önceki yıllara göre belirgin bir artış gösterdiğini ve işsizlikten intihara doğru tek yönlü bir nedensellik ilişkisi olduğunu bulmuştur. Bu araştırmanın buğusuna benzer şekilde, ülkemizde işsizlik ile intihar arasındaki ilişkiyi ortaya koyan yakın tarihli çalışmalar bulunmaktadır (Tunalı ve Özkaya, 2016; Ayas, 2016; Bayrak, 2018; Aksu, 2018; Dündar ve Sağır, 2022). Bilimsel araştırmaların yanı sıra, özellikle COVID-19 pandemisi ile birlikte işsizlik ve geçim zorluğu kaynaklı pek çok intihar vakası medyada yer almıştır.

### III- İŞSİZLİĞİ NORMALLEŞTİRMEK

1970’lerden önce hâkim olan işsizliğe yönelik bireyci (bireyin işsiz oluşundan bizzat kendisi, eğitimsiz oluşu, yeterince çaba göstermeyişi, tembel ve çalışmaya isteksiz oluşu sorumludur) ve kaderci yaklaşımlar (bireyin işsiz olması onun kötü şansının bir sonucudur), ekonomik krizler ve teknolojiye yaşanan hızlı gelişmeler nedeniyle yerini yapısalci atflara (bireyin işsiz olmasının sorumlusu yetersiz veya kötü yapılandırılmış istihdam politikaları, ekonomik krizler, doğal afetler gibi bireyin kendisi dışından kaynaklı sorunlardır) bırakmış ve günümüzde birkaç yıl devam eden işsizlik kaçınılmaz olarak kabul görmeye başlamıştır. Maassen ve De Goede (1987) 1970’li yıllarda yaşanan ekonomik kriz ile birlikte Hollanda’da işsizlik konusunda kültürel bir değişimin yaşandığını, işsizliğin ekonomik krizlerin bir sonucu olarak değerlendirilmeye başlamasıyla birlikte de işsizliğin normal olarak görülmesinin toplum tarafından kabul gördüğünü belirtmiştir. Buradaki toplumsal kabul, işsizlik ile stres arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda neden stres belirtilerinin işsiz olmanın üzerinden birkaç yıl geçtikten sonra ortaya çıktığını da açıklamaktadır (akt. Schaufeli ve Van Yperen, 1992: 293). Çünkü işsizliğin ilk yılları herkesin başına gelebilecek ve olağan bir durum olarak karşılanmaktadır.

Benzer şekilde teknolojinin günümüzde geldiği nokta, meseleyi işsizlik sorununun eğitim eksikliği, tembellik, yeteneksizlik, şanssızlık gibi bireysel yetersizliklerden kaynaklandığı varsayımından bambaşka bir boyuta taşımakta ve normal kılmaktadır. Martin Ford (2020) çalışmanın, işlerin ve işçilerin geleceğini ele aldığı Robotların Yükselişi: Yapay Zekâ ve İşsiz Bir Gelecek Tehlikesi isimli kitabında toplumu bekleyen geleceği şöyle açıklamıştır: “Bu yeniçağın en tanımlayıcı özelliği, işçilerin yerlerini makinelere bırakması olacak. Teknolojiye dair en temel varsayımlarımızdan biri olan ‘Makine, işçinin üretkenliğini artıran bir araçtır.’ varsayımını da sorgulamamız gerekecek. Çünkü günümüzde artık bizzat makineler işçi haline geliyor.”

Bu satırlar her ne kadar makineleşmenin ve yapay zekânın yalnızca mavi yakalıları tehdit ettiğini düşündürse de kitapta beyaz yakalıların da işlerini kaybetme tehdidi ile yüzleştikleri, çok yakın bir gelecekte birçok işin ortadan kalkacağı vurgulanmaktadır. Hem hızlı makineleşme ve yapay zekâ çalışmaları hem de 2020 yılından beri içinde bulunulan ve yeni bir toplumsal kontrol aracı görevi gören COVID-19 pandemisi nedeniyle, işsizlik sorunu giderek daha geniş kitleleri kapsamaktadır. Özellikle pandeminin sebep olduğu ekonomik kayıplar ve yüksek işsizlik oranlarına karşı hemen hemen tüm ülkelerde ilk sığınak sosyal yardımlar olmuş fakat bu yardımların yeterliliği sorgulanmıştır. Bunun üzerine dünyada bazı ülkeler; vatandaşlarına süresiz, koşulsuz ve düzenli şekilde ödenen nakit desteği ifade eden (Beken, 2021) evrensel temel gelir uygulamasına geçeceğini ilan etmiştir (Seçkiner-Bingöl, 2020). Böylece yapay zekâ ve salgınlar karşısında giderek yaygınlaşan ve normalleşen işsizliği ve yoksulluğu tazmin edici reçete konusunda bir adım atılmıştır.

İşsizlik histerisi, işsizliğin normalleşmesi konusunda bahsedilmesi faydalı olacak bir kavramdır. İşsizlik histerisine göre, toplumdaki birçok insanın işini kaybetmesi ve uzun süre işsiz kalması, işsizliğin psikolojik etkilerini ve iş arama davranışını azaltacak ve işsizliği bir kültür haline getirecektir. Dahası, bir bölgede işsizlerin sayısındaki ve işsizlik süresindeki artış, sosyal yardıma bağlı olarak yaşamının getirdiği damgalanmayı azaltacak, işsizlerin öznel iyilik halini artıracaktır. Dolayısıyla işsizlik “alışılabilen” bir durum ve de “sosyal norm” haline gelecektir (Blanchard, 1988; Lindbeck vd., 1999; Oesch ve Lipps, 2013).

İşsizlik halihazırda günümüzde giderek normal görülmeye ve bir sosyal norm haline almaya başlamıştır. Peki, bu normalleşme bireye ve topluma nasıl yardımcı olacaktır? Bu sorunun üzerinde durmakta da yarar vardır. Clark (2003) işsizliği sosyal bir norm olarak kabul etmiş ve diğer insanlar arasında daha yüksek bir işsizlik seviyesinin, bireyin kendi işsizliğinin psikolojik etkisini azaltacağını belirtmiştir. Clark; işsizlik oranı yüksek olduğunda istihdamda olanların iyilik halinin azaldığını, fakat bunun aksine işsizlik oranı yüksek olduğunda işsizlerin iyilik hallerinin yükseldiğini bulmuştur. Yine başka bir araştırmasında Clark vd. (2010); iyi bir iş olasılığı olan çalışan ya da işsiz erkeklerin yaşadıkları bölgedeki işsizlik oranının fazla olmasından oldukça olumsuz etkilenirken, güvencesiz bir işte çalışan ve iyi bir iş bulma olasılığı zayıf olan işsiz erkeklerin bu durumdan daha az olumsuz ya da olumlu etkilendiğini ortaya koymuştur. Buradan hareketle, bireyin yakın ilişki içinde olduğu kişilerin ve yaşadıkları çevredeki insanların işgücü piyasası statüsünün kendi işsizlik deneyiminin yüklediği psikolojik anlamı yumuşattığını söylemek mümkündür. Ek olarak, diğer sorunlarda olduğu gibi işsizlik sorununda da aynı sorunu yaşayan binlerce belki milyonlarca insanın olduğunu bilmek, yalnız olmadığını hissetmek birey açısından rahatlatıcı ve suçlamayı iç odaktan dış odağa çeviren bir durum olabilmektedir.

Bazı araştırmalar, işin kaybedilmesinden sonra işsizlerin psiko-sosyal iyilik hallerinin hızlı bir şekilde azaldığını ama bir süre sonra bu azalmanın belirli bir seviyede durduğunu, bazen de işsizlerin iyilik hallerinin işsiz kaldıktan aylar sonra yeniden yükselmeye başladığını ortaya koymuştur (Fryer ve Payne, 1986; Warr, 1987). De Witte vd. (2010) de benzer bir çalışmayı kısa süreli ve uzun süreli Belçikalı işsizler ile yapmıştır. Çalışmanın sonucunda; kısa süreli işsizlerin uzun süreli işsizlere göre daha fazla psiko-sosyal sorun yaşadığı, kısa süreli işsizlerin işe bağlılıklarının ve yaptıkları iş başvurusu sayısının uzun süreli işsizlerden daha fazla olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bulguları, işsizlerin zamanla işsizliğe uyum sağladığını, daha az iş arayarak işsizliği normalleştirdiklerini göstermektedir. İşsizlerin işsizliğe uyum sağlamasını kültürler arası farklılık açısından değerlendiren Stravrova vd. (2011) 28 OECD ülkesinin 1999-2009 yılları arasındaki Dünya Değerler Araştırmasında yer alan verilerini analiz etmiş; işsizliğe daha toleranslı toplumlarda işsiz olmanın bireyi daha az incittiğini, işsizliğin olumsuz etkilerinin çalışmaya yönelik emredici normların güçlü olduğu toplumlarda daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Dolayısıyla işsizliğe uyum sağlamak ve sosyal norm haline getirmek toplumdan topluma değişebilen kültürel bir mesele de olabilmektedir.

Pignault ve Houssemand (2017) işsizliğin normalleşmesinin birbiriyle ilişkili dört duygusal veya bilişsel boyuta dayandığını belirtmiştir. Bunlar; olumsuz işsizlik algısı, olumlu işsizlik algısı, işsizlik gerekçesi ve işsizlik normudur. Duygusal boyutta, bireyler işsiz olma durumları ile ilgili sırasıyla olumsuz ve olumlu duygular yaşamaktadır. Bu duygular birbirleri ile kısmen ilişkili fakat çelişkili duygular olmakla birlikte işsizlere kişisel faaliyetler için daha fazla zaman veya olası kariyer değişiklikleri üzerinde düşünme fırsatı sağlamaktadır. Bilişsel boyutta ise bireyin işsizliğinin sebebine yönelik açıklamalarının ne olduğu önem kazanmaktadır. Bireyler işsiz olmalarının gerekçesini dış etkenlere (ekonomik krizler, şirketler vb.) bağlayabildikleri gibi

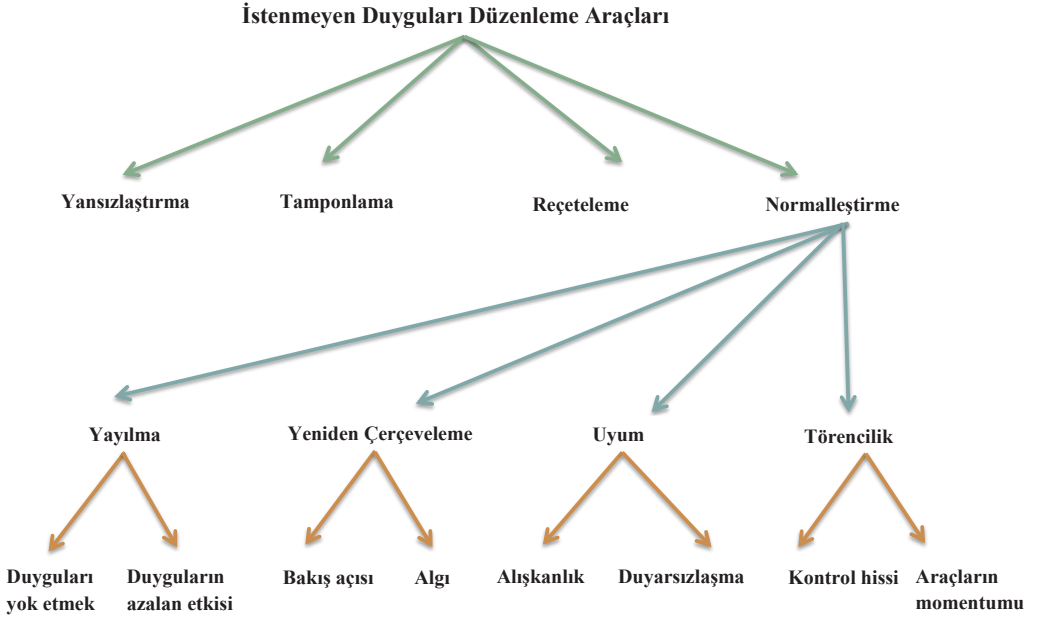
kadere ya da şanssız olmaya (işsizliğin kaçınılmaz olduğu düşüncesi vb.) da bağlayabilmektedir (Houssemand vd., 2020). Özetle; işsizlik doğru bakış açısıyla başka bir deyişle bireyin kendini suçlamadığı, durumu objektif olarak ele aldığı bir değerlendirme ile aslında bir fırsat olarak da görülebilir. Çünkü işsizlik süreci birey açısından hem hobi, eğitim, aile ve hedeflere zaman ayırma gibi kişisel faaliyetlere hem de kariyer değişikliği planlarına olanak tanır. Bu durum İngilizce literatürde yer alan “funemployment” (Pignault ve Houssemand, 2018) kavramını anımsatmaktadır. Bu ironik kavram, bireylerin tercihen işsiz kalıp bu süreçte tasarrufları ile eğlence ve hobilerini gerçekleştirmediği dönem anlamına gelmektedir.

Bu fütürist öngörülerin ve halihazırda yaşanmakta olan gelişmelerin ardından işsizliğin normalleştirilmesinin kavramsal temeline değinmek yararlı olacaktır. Çünkü bu kavramla kast edilen işsizliğin yıllar içinde kendiliğinden normal bir olgu hale gelmesinin yanında bu bakış açısı değişikliğinin bireyin isteği ve bilişsel çabası ile de yapılabilecek olmasıdır. Zira Pignault ve Houssemand (2018) işsizliğin normalleştirilmesini, “bilişsel yeniden değerlendirmeye dayanan duygusal bir düzenleme süreci” olarak tanımlamıştır. Bunun dışında yazarlara göre işsizliğin normalleşmesi, işsizliğin olumsuz algılanmasından ve sağlığa olan olumsuz etkilerinden dolayı çokça araştırılmış bir olgu olmaktan uzaktır. Bu nedenle işsizliğin normalleşmesi toplumsal bir anlayıştan ziyade yeni bir duruma verilen çok boyutlu bilişsel uyarlanabilir tepki olarak tanımlanmaktadır. Peki, işsizlik nasıl normalleştirilecek ve işsizliğe yönelik olumsuz duygu ve inançlar nasıl değiştirilebilecektir? Bu bağlamda duygu düzenleme kavramına değinmek açıklayıcı olacaktır.

Duygular genellikle karar verme süreçlerini etkilemede, sosyal ilişkileri kolaylaştırmada ve eylemsel belleği geliştirmede oldukça faydalıdır. Fakat duygular insanlara yardımcı olduğu gibi zarar da verebilmektedir. Bir durum karşısında hissedilen yanlış bir duygu, bu duygunun yoğunluğu ve süresi bireyi olumsuz etkileyebilmektedir (Gross, 2014). Böyle durumlarda insanlar bilinçli ya da bilinçsiz olarak çeşitli işlevsel ya da işlevsel olmayan duygu düzenleme davranışlarına başvurmaktadır. Duygu düzenleme en temel tanımıyla, bireyin sahip olduğu bir duyguyu, duyguya sahip olduğu zamanları ve duyguyu deneyimleme veya ifade etme şeklini biçimlendirmesi eylemidir. Duygu düzenleme, içsel olabileceği gibi dışsal da olabilmektedir (Gross, 2014). Başka bir deyişle, birey kendi duygusunu düzenleyebildiği gibi (içsel duygu düzenleme) bir başkasının duygusunu da düzenleyebilmektedir (dışsal duygu düzenleme). Dolayısıyla olumsuz duygularla bireyin kendi başına baş edebilme potansiyeli olduğunu, baş edemeyeceği durumlarda ise bunu bir başkasının (psikolog, sosyal hizmet uzmanı vb.) bireye öğretebileceği ve uygulatabileceğini söylemek mümkündür.

Bir durumu normalleştirmek, o duruma yönelik duygu düzenlemeyi de gerektirmektedir. Ashforth ve Kreiner (2002) normalleşmeyi olağandışı durumların görünüşte sıradan hale getirildiği kurumsallaşmış süreçler olarak tanımlamış ve normalleşme sürecinin dört yolu olduğunu belirtmiştir. Bunlar; (1) istenmeyen duyguların dağıldığı veya etkilerinin azaldığı durumlarda yayılması, (2) duygu veya durumun, duyguların önleneyeceği, yeniden tanımlanacağı veya daha kabul edilebilir kılınacağı şekilde yeniden çerçeveselenmesi, (3) bir duruma defaatle maruz kalmanın duygusal etkisinin azalması, (4) standartlaştırılmış süreçlerin hayata geçirilmesinin imkânların kontrolünü ve hızını sağlaması, duyguları azaltmasıdır. Şekil 1’de normalleşmenin dört yolunu da içeren istenmeyen duyguları düzenleme araçları gösterilmiştir.

Şekil 1. İstenmeyen Duyguları Düzenleme Araçlarının Hiyerarşisi



Not: Bu şekil Ashforth ve Kreiner'ın (2002) "Normalizing emotion in organizations" isimli eserinden alınıp Türkçeye çevrilmiştir.

Yayımla; mizah, yakınma seansları, kişinin dikkatini yeniden yönlendirme yoluyla istenmeyen duyguları yok etmek anlamına gelirken, duyguların azalan etkisi ise sorumluluğu kabul eden ve pişmanlık ifade eden özürler yoluyla yapılan girişimleri ifade etmektedir. Yeniden çerçeveleme; istenmeyen bir duyguyu ya da duygunun ortaya çıkma nedenini yeniden biçimlendirme ve duyguyu meşrulaştırma girişimlerini ifade etmektedir. Yeniden çerçeveleme; olağanüstü olanı kabul edilebilir, haklı, sıradan ve kişinin arzularına bağlı olarak kaçınılabilir veya ulaşılabılır kılmaktadır. Genellikle sosyolojik anlamda kullanılan uyum kavramının psikolojideki karşılığı, uyarılara verilen tepkilerin azaltıldığı süreçtir. Uyum başlığı altında yer alan alışkanlık kavramı, aynı uyarana defalarca maruz kalmanın daha zayıf tepkilerle sonuçlanma sürecini ifade ederken duyarsızlaşma, bireylerin farklı uyarılara karşı duygusal tepkilerinin bir sosyal aktör tarafından şekillendirilmesini içermektedir. Törencilik ise; ritüellerin (törenlerin) kasıtlı veya değil, duyguları normalleştirme bir aracı olarak kullanımına atıfta bulunmaktadır. Kontrol hissi odağında ritüeller, genellikle tekrar eden sıkıntı kaynakları etrafında gelişir ve kişinin sıkıntısını ölçülü ve psikolojik olarak daha güvenli bir şekilde deneyimlemesi işlevini görmektedir. Araçların momentumu ise; sürekli bir odak merkezi sağlamakta, kişiyi ya araçların ya da araçları tasarladıkları amaçların başka türlü rahatsız edici yönlerinden uzaklaştırmaktadır (Ashforth ve Kreiner, 2002).

Bu duygu düzenleme araçlarını işsizlik olgusuna uyarlamak ve daha anlaşılır kılmak sürecin daha iyi anlaşılmasına olanak sağlayacaktır. İşsiz bir bireyin; bakmakla yükümlü olduğu bireylere (eş, çocuk, kök aile olabilir) işsiz olmanın kendisine neler hissettirdiğini ve düşündürdüğünü, endişe ve üzüntüsünü ifade etmesi, sosyal destek sağlaması yayılmaya örnektir. Son işinden ayrıldıktan sonra uzun bir süre iş aramış ama bulamamış bir bireyin "işsizim, tüm gün evdeyim" düşüncesinin yerine

“tüm gün evde olduğuma göre hobilerime, kendime ve sevdiklerime daha fazla zaman ayırabilirim, yeni hobiler bulabilirim” düşüncesinin koyulması yeniden çerçevelemeye örnektir. İşsiz bir bireyin kendisi gibi işsizlerden oluşan, işsizlik konulu bir kendine yardım grubuna katılması, burada işsizlik ile ilgili olumlu veya olumsuz birçok uyarana (deneyimlere) maruz kalması ve zamanla bunlardan rahatsız olmaması uyuma, bireyin böyle bir etkinliğe katılması ise törenciliğe örnek teşkil etmektedir.

Houssemand vd. (2020) işsiz olma durumuna yönelik duygusal düzenlemenin; kişilik, kontrol odağı, baş etme stratejileri ve iş odaklılık gibi psikolojik özelliklere ve yaş, cinsiyet ve işsizlik geçmişi gibi psikolojik olmayan özelliklere bağlı olup olmadığını araştırmıştır. Fransa ve Lüksemburg’daki kariyer merkezleri aracılığıyla ILO’nun işsizlik kıstaslarına uygun şekilde ulaşılan 1038 katılımcı ile yapılan bu çalışmada; işsizliğe yönelik negatif algılarının yoğunluğu ile ruh sağlığı sorunları, iş odaklılık, nevroitiklik ve duygu odaklı başa çıkma arasında güçlü bir pozitif ilişki olduğu, işi/ çalışmayı hayatın gerekli bir parçası olarak gören işsizlerin daha kolay olumsuz duygular ifade ettiği, işsizlikle aktif bir şekilde baş edemediği ve sağlık durumunun kötüleştiği, işsizlik döneminin olumlu yanlarını görebilen ve işi/çalışmayı çok gerekli görmeyen işsizlerin sağlık durumlarının daha iyi olduğu bulunmuştur. Ayrıca araştırmanın diğer bulgularına göre; olumsuz işsizlik algısı işsizlik süresi uzadıkça artmaktadır, olumlu işsizlik algısı işsizlik süresinin 1 yılı aşmasıyla zamanla azalmaktadır, yaşça büyük işsizler genç işsizlere göre işsizliğe yönelik daha fazla olumsuz algıya sahiptir. Bu bulgular işsizliği normalleştirme sürecinin, işsizlerin kendi bilişsel sürecinin dışında oluşturulacak psiko-sosyal destek programları ile hem işsiz hem de ailesi açısından desteklenmesi gerektiğini göstermektedir.

İşsizliğin bireylere olan etkisini inceleyen diğer araştırmalar ise sık sık işsiz olmanın iş arama davranışı üzerindeki ve işgücü piyasasında karşılaşılan zorluklar açısından etkilerine atıfta bulunmaktadır. Nilsen ve Reiso (2011) işsizleri 10 yıl boyunca takip etmiş ve işsizliğin işgücü piyasası bağlılığı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu fakat bu olumsuz etkinin zamanla azaldığını bulmuştur. Rothstein (2011) işsizlik sigortasının işsizlik oranını çok az (0,1-0,5 puan) artırdığını, işsizlerin işgücünden çıkışında ise azalma oluşturduğunu belirtmiştir.

## SONUÇ

Günümüz şartlarında işsizlik insanların büyük bir kısmı için neredeyse kaçınılmaz ve uzun süreli bir deneyimdir. Teknolojideki gelişmelerin insan gücüne olan ihtiyacı azaltması, eğitim sisteminin bozulması, artan adaletsizlikler, işgücü piyasasında ayrımcılık, sosyal devlet anlayışının zayıflaması, ekonomik krizler, neoliberal politikaların beraberinde getirdiği esnek çalışma modelleri, yurt dışından gelen kitlesel göçlerin sebep olduğu ucuz ve güvencesiz işgücü, yedek işgücü ordusunun giderek büyümesi gibi sorunlar işsizliği kaçınılmaz kılan yapısal sorunlardır. Bu doğrultuda işsizliği normalleştirme, bir nevi yeni bir kariyer normalidir.

İşsizliğin normalleştirilmesi, insanların işsizliği arzulaması veya iş bulma çabasında bulunmaması anlamına gelmemekte, işsiz bireylerin işsizliğin yapısal bir sorun olduğunu kabul edip işsiz olma durumuna yönelik duygularını kendi sağlığı lehine düzenlemesi ve işsizliğin olumsuz sonuçlarına karşı sağlıklı ve işlevsel bir baş etme stratejisi geliştirmesini ifade etmektedir. İşsizlerin işsizliği normalleştirme ve işsizlikle işlevsel baş etme stratejisi geliştirme sürecinde dışarıdan bir desteğe ihtiyaç duyması da olasıdır. Çünkü uzun süre işsiz durumda olan, bu sebeple çeşitli psikolojik rahatsızlıklar yaşayan, sosyal destek ağları zayıf olan ya da hiç olmayan, eğitim seviyesi düşük bireylerin hiçbir yardım ve destek olmadan işsizliği normalleştirilmesi ve işlevsel baş etme stratejileri geliştirmesi mümkün olmayabilmektedir. Dolayısıyla hem işsizler arasında artan intihar vakaları gibi kitlesel sıkıntıları hem de işsizliğin birey ve ailesi üzerinde oluşturduğu tahribatı önlemek adına

koruyucu önleyici ve tedavi edici çalışmaların planlanması ve uygulanması önümüzdeki yıllarda daha da önem kazanacaktır.

## Kaynakça

- Aksu, L. (2018). İşsizlik, Suç, Boşanma, İntihar Oranları ile İktisadi Büyüme İlişkisinin; Nedensellik Testleri ile Analizi: Türkiye Örneği. *İktisat Politikası Araştırma Dergisi*. 5(2). 58-100.
- Ashforth, B. E. ve Kreiner, G. E. (2002). Normalizing Emotion in Organizations. *Human Resource Management Review*. 12(2). 215-235.
- Attepe-Özden, S., Pak, M. D. ve İçağasıoğlu-Çoban, A. (2017). Sosyal Hizmette İyilik Hali Kavramı. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*. 1(2). 87-104.
- Ayas, S. (2016). İşsizlik ve Eğitim Seviyesinin İntihar Üzerindeki Etkisi: TÜİK Verileri Üzerine Ampirik Bir Çalışma. *Yönetim Bilimleri Dergisi*. (28). 101-119.
- Aysan, M. F. ve Aysan, U. (2017). The Effect of Employment Status on Life Satisfaction in Europe 335-347. Springer.
- Backhans, M. C. ve Hemmingsson, T. (2012). Unemployment and Mental Health-Who is (not) Affected? *The European Journal of Public Health*. 22(3). 429-433.
- Bartley, M. (1994). Unemployment and İll Health: Understanding the Relationship. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 48(4). 333-337.
- Bato-Çizel, R., Güzeller, C. O. ve Mütevellioğlu, N. (2011). İşsizliğin Psikolojik Sonuçları: Antalya Örneği. *Çalışma İlişkileri Dergisi*. 2(1). 26-41.
- Bayrak, S. (2017). İşsizliğin İntihar Üzerindeki Etkileri: Türkiye için Bir Nedensellik Analizi. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*. 73(2). 125-141.
- Beck, A. (1986). Hopelessness as A Predictor of Eventual Suicide in: J. J. Mann ve M. Stanley (Eds) *Psychobiology of Suicidal Behavior (Annals of the NewYork Academy of Sciences*. 487. 90-96).
- Beken, H. G. (2021). Evrensel Temel Gelir Deneyi ve Projelerinin Değerlendirilmesine Teorik Bir Bakış. *Çalışma İlişkileri Dergisi*. 12(2).
- Blanchard, O. (1988). Unemployment: Getting the Question Right-and Some Answers. NBER Working Paper Series 2698.
- Bıçerli, K. (2000). *Çalışma Ekonomisi*. İstanbul: Beta Basım A.Ş.
- Broom, D. H., D'souza, R. M., Strazdins, L., Butterworth, P., Parslow, R. ve Rodgers, B. (2006). The Lesser Evil: Bad Jobs Or Unemployment? A Survey of Mid-Aged Australians. *Social Science and Medicine*. 63(3). 575-586.
- Clark, A. E. (2003). Unemployment As a Social Norm: Psychological Evidence from Panel Data. *Journal of Labor Economics*. 21(2). 323-351.
- Clark, A., Knabe, A. ve Rätzl, S. (2010). Boon or Bane? Others' Unemployment, Well-Being and Job Insecurity. *Labour Economics*. 17(1). 52-61.
- Creed, P. A. ve Macintyre, S. R. (2001). The Relative Effects of Deprivation of the Latent and Manifest Benefits of Employment on the Well-Being of Unemployed People. *Journal of Occupational Health Psychology*. 6(4). 324-347.
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine. *Feminist Theory and Antiracist Politics*. *University of Chicago Legal Forum*. 1(8). 139-167.

- Cygan-Rehm, K., Kuehnle, D. ve Oberfichtner, M. (2017). Bounding the Causal Effect of Unemployment on Mental Health: Nonparametric Evidence From Four Countries. *Health Economics*. 26(12). 1844-1861.
- De Witte, H., Hooge, J. ve Vanbelle, E. (2010). Do the Long-Term Unemployed Adapt to Unemployment. *Romanian Journal of Applied Psychology*. 12(1). 8-14.
- Dean, J. A. ve Wilson, K. (2009). Education? It is Irrelevant to My Job Now. It Makes Me Very Depressed: Exploring the Health Impacts of Under/Unemployment Among Highly Skilled Recent Immigrants in Canada. *Ethnicity and Health*. 14(2). 185-204.
- Dilber, T. ve Uysal, D. (2020). İşsizlik ve İntihar Arasındaki İlişki: Türkiye Örneği. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*. 16(3). 729-744.
- Durkheim, E. (2019). *İntihar*. F. Kıyan (Çev.), Ankara: Dorion Yayınları.
- Dündar, Ö. ve Sağır, Z. (2022). Yükseköğretim Mezunlarının İntihar Davranışının Ekonomik Boyutu: Dinamik Panel Veri Analizi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*. 21(1). 41-58.
- Ehrenberg, R. ve Smith, R. (2003). *Modern Labor Economics: Theory and Public Policy*. Boston: Addison Wesley.
- Ford, M. (2020). *Robotların Yükselişi: Yapay Zeka ve İşsiz Bir Gelecek Tehlikesi*. (7. Baskı). İstanbul: Kronik Kitap.
- Fryer, D. ve Payne, R. (1986). Being Unemployed: A Review of the Literature on the Psychological Experience of Unemployment. In C. Cooper ve I. Robertson (Eds). *International Review of Industrial and Organisational Psychology*. Chichester, Wiley.
- Galušćák, K. ve Münich, D. (2007). Structural and Cyclical Unemployment: What Can Be Derived from the Matching Function? *Czech Journal of Economics and Finance*. 57(3-4). 102-125.
- Grady, P. ve Kapsalis, C. (2002). *The Approach to Seasonal Unemployment in the Nordic Countries: A Comparison With Canada*. MPRA Paper No. 2991.
- Gross, J. J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations.
- Güney, G. (2021). *Emek Piyasasına Kavramsal Bir Yaklaşım*. A. Develi, ve N. Altuntepe içinde, Dezavantajlı Göçmenlerin Uyumuna Yönelik İstihdam Politikaları: OECD Ülkeleri Karşılaştırması (1-29). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Güzeldere, G. (2015). *Hayatla Ölüm Arasında, Geri Dönüşü Olmayan Bir Yolun Kıyısında*. Psike-Art/İntihar. 37. 10-19.
- Haybron, D. (2007). Life Satisfaction, Ethical Reflection and the Science of Happiness. *Journal of Happiness Studies*. 8(1). 99-138.
- Houssemand, C., Thill, S. ve Pignault, A. (2020). Understanding Unemployment Normalization: Individual Differences in an Alternative Experience With Unemployment. *Frontiers in Psychology*. 11. 3653.
- Irmen, A. (2009). Frictional Unemployment, Labor Market Institutions and Endogenous Economic Growth. *Economics Bulletin*. 29(2). 1127-1138.
- Jahoda, M. (1984). Social Institutions and Human Needs: A Comment on Fryer and Payne. *Leisure Studies*. 3(3). 297-299.
- Johnson, J., O'Connor, D. B., Jones, C., Jackson, C., Hughes, G. J. ve Ferguson, E. (2016). Reappraisal Buffers the Association between Stress and Negative Mood Measured Over 14days: Implications for Understanding Psychological Resilience. *Eur. J. Personal*. 30. 608-617.
- Kemaloğlu, M. (2015). *Özkiyımın Kıyımı*. Psike-Art/İntihar. 37. 40-41.



- Konstantakopoulos, G., Pikouli, K., Ploumpidis, D., Bougonikolou, E., Kouyanou, K., Nystazaki, M. ve Economou, M. (2019). The Impact of Unemployment on Mental Health Examined in A Community Mental Health Unit During the Recent Financial Crisis in Greece. *Psychiatrike= Psychiatriki*. 30(4). 281-290.
- Krug, Gerhard; Eberl, Andreas (2018). What Explains the Negative Effect of Unemployment on Health? An Analysis Accounting for Reverse Causality. *Research in Social Stratification and Mobility*. 55. 25–39.
- Li, X. ve Zeng, D. Z. (2022). Frictional Unemployment. Bargaining and Agglomeration. *The Annals of Regional Science*. 68.151–179.
- Lindbeck, A., Nyberg, S. ve Weibull, J. (1999). Social Norms and Economic Incentives in the Welfare State. *Quarterly Journal of Economics*. 114. 1–35.
- Maassen, G. H. ve De Goede, M. P. M. (1987). Hoe Zien Andere Mensen Werklozen en Hoe Zien Werklozen Zichzelf: Resultaten Van Tien Jam Onderzoek Over Publieke Opinie [How do Others Perceive the Unemployed and How to the Unemployed Perceive Themselves: Results of An Investigation About Public Opinion Over A Ten-Year-Period]. In I. P. Spruit ve F. Tazelaar (Eds), *Leven met Werkloosheid [Living out ofwork]*. 99-1 11. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Mills, C. W. (2016). *Sosyolojik Tahayyül*. İstanbul: Hil. Yayınları. (Çev. Ömer Küçük).
- Nilsen, Ø. A. ve Reiso, K. H. (2011). Scarring Effects of Unemployment. NHH Dept. Of Economics Discussion Paper. (26).
- OECD (2012). Gender Equality in Education, Employment and Entrepreneurship: Final Report to the mcm 2012. ERIC Clearinghouse.
- Oesch, D. ve Lipps, O. (2013). Does Unemployment Hurt Less if there is More of it Around? A Panel Analysis of life Satisfaction in Germany and Switzerland. *European Sociological Review*. 29(5). 955-967.
- Ollman, B. (2015). *Diyalektiğin Dansı: Marx'ın Yönteminde Adımlar*. Yordam Kitap.
- Orlandi, F. (2012). Structural Unemployment and its Determinants in the EU Countries. Brüksel: European Commission.
- Özdemir, S., Ersöz, H. Y. ve Sarioğlu, İ. (2006). *İşsizlik Sorununun Çözümünde Küçük ve Orta Büyüklükteki İşletmelerin Desteklenmesi*. 2006-45. İstanbul: İstanbul Ticaret Odası Yayınları.
- Pelzer, B., Schaffrath, S. ve Vernaleken, I. (2014). Coping With Unemployment: The Impact of Unemployment on Mental Health, Personality and Social Interaction Skills. *Work*. 48(2). 289-295.
- Pignault, A. ve Houssemand, C. (2017). Normalizing Unemployment: A New Way to Cope With Unemployment? *Basic and Applied Social Psychology*. 39(6). 372-386.
- Pignault, A. ve Houssemand, C. (2018). An Alternative Relationship to Unemployment: Conceptualizing Unemployment Normalization. *Review of General Psychology*. 22(3). 355-366.
- Rasmussen, H. N., Wrosch, C., Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (2006). Self-Regulation Processes and Health: the Importance of Optimism and Goal Adjustment. *J. Personal*. 74. 1721–1748.
- Rothstein, J. (2011). Unemployment Insurance and Job Search in the Great Recession (No. w17534). National Bureau of Economic Research.
- Schaufeli, W. B. ve VanYperen, N. W. (1992). Unemployment and Psychological Distress Among Graduates: A Longitudinal Study. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 65(4). 291–305.
- Schnabel, G. (2002). Output Trends and Okun's Law. Basel, İsviçre: Bank for International Settlements. Working Papers No: 111.
- Seçkiner-Bingöl, E. (2020). *Kovid-19 Pandemisi Sonrası Evrensel Temel Gelir Tartışması: Zamanı Geldi Mi?* TESEV Değerlendirme Notları. 2020/5.

- Semenova, A., Zaytseva, N., Gordeeva, L., Abrosimova, M., Litvinova, O., Makushev, A. ve Tolstova, M. (2020). Hidden Unemployment in Russia. IOP Conf. Series: Earth and Environmental Science. 433.
- Strandh, M., Hammarström, A., Nilsson, K., Nordenmark, M. ve Russel, H. (2013). Unemployment, Gender and Mental Health: the Role of the Gender Regime. *Sociology of Health and Illness*. 35(5). 649-665.
- Talas, C. (1997). *Toplumsal Ekonomi-Çalışma Ekonomisi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Thill, S., Houssemand, C. ve Pignault, A. (2019). Unemployment Normalization: Its Effect on Mental Health During Various Stages of Unemployment. *Psychological Reports*. 122(5). 1600-1617.
- Tunalı, H. ve Özkaya, S. (2016). Türkiye’de İşsizlik ve İntihar İlişkinin Analizi. *Kırklareli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. (5). 56-69.
- Turecki, G. ve Brent, D. (2009). *Suicide and Suicidal Behaviour The Lancet*. 373. 1372-1381.
- Turner, J.B. ve Turner, R.J. (2004). Physical Disability, Unemployment and Mental Health. *Rehabilitation Psychology*. 49(3). 241-249.
- TÜİK (2022). İşgücü İstatistikleri, Şubat 2022. [<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Isgucu-Istatistikleri-Subat-2022-45646>].
- Wanberg, C. R. (1997). Antecedents and Outcomes of Coping Behaviors Among Unemployed and Reemployed Individuals. *J. Appl. Psychol.* 82. 731-744.
- Warr, P. (1987). The Psychological Impact of Continuing Unemployment: Some Longitudinal Data and a General Model. In D. Schwefel; P. Svenson ve H. Zdllner (Eds), *Unemployment, Social Vulnerability and Health in Europe*. London, Springer.
- Weishaar, M. E. ve Beck, A. (1992). Hopelessness and Suicide. *International Review of Psychiatry*. 4(2). 177-184.
- Yüksel, İ. (2005). İşsizlik Olgusunun Psikolojik Boyutu: Görgül Bir Araştırma. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*. 60(3).255-274.
- Zaim, S. (1997). *Çalışma Ekonomisi*. İstanbul: Filiz Kitabevi.

