

БЕЗРАБОТНИТЕ В УСЛОВИЯТА НА КРИЗА — НЕАВТЕНТИЧНОСТ И СЕБЕОТЧУЖДЕНИЕ В ОСНОВАТА НА ПРОБЛЕМНОТО ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ: ЕКЗИСТЕНЦИАЛНО-ПСИХОДИНАМИЧЕН МЕТА-АНАЛИЗ НА СРАВНИТЕЛНИТЕ И ЛОНГИТУДНИТЕ ИЗСЛЕДВАНИЯ

Пл. Димитров¹, Н. Матеева²

¹Дружество на психолозите в България

²Институт за изследване на населението и човека – БАН

office@psychology-bg.org; n.mateeva@iphs.eu

Резюме. Статията представя ефектите на неавтентичността и себеотчуждението на безработните върху състоянието на психичното им здраве. Авторите формулират хипотезите, че преживяванията на неавтентичност и себеотчуждение: (а) са типична характеристика на ситуацията на безработица и (б) систематично са свързани с влошено благополучие и психично здраве както при безработни, така и в други социални групи. Екзистенциално-психодинамичният мета-анализ на широк спектър от емпирични резултати в сравнителните и лонгитудни изследвания потвърждава и двете хипотези. Безработните в условията на настоящата затяжна криза са в екзистенциалната ситуация на неавтентичен и себеотчужден живот, която устойчиво се свързва с психичен дистрес, депресия, тревожност, ниски нива на субективно благополучие и удовлетвореност от живота, и по-ниско самоуважение. Всички налични данни ясно потвърждават модела за ефективна професионална помощ на безработните, основаващ се на психосоциалната рехабилитация на автентичността им.

Ключови думи: безработица, криза, автентичност, себеотчуждение, проблемно психично здраве

Увод

Преди почти 30 години, през 1984 г., като аспирант в Института по психология – БАН¹ първият автор започна в контекста на дисертационната си работа едно уни-

кално екзистенциално-психодинамично изследване на публичното и частно жизнено планиране при възрастните и връзките му с техните нормативни и ситуативни кризисни преживявания (Димитров, 1987; 1988; 1989). Тогава изследването беше докладвано само като сравнително и ангажира в рамките на 3 години около 500 изследвани лица, разделени в 4 възрастови кохорти (от 18 до 29 години; от 30 до 39 години, от 40 до 49 години и от 50 до 60 години). По-късно стана ясно, че голяма част от самите изследвани имат готовност през

¹ Статията е представена в рамките на Юбилейната научна конференция „Човекът във фокуса на актуалните психологични изследвания“, ИИНЧ-БАН, София, май 2013 г., посветена на 40-та годишнина от основаването на Института по психология при Българската академия на науките.

година-две да се срещат с изследователя и ежегодно да отговарят заедно с членовете на семействата си на изпращани от него въпросници и теми за диалогичен екзистенциално-психодинамичен самоанализ на перипетиите в пътуването им през живота. Днес много от тях, за съжаление, не са вече сред нас (около 20%), а други (около 30%) по своя инициатива поканиха за участие в този неочакван, доброволен, самофинансиращ се и доста необичаен лонгитуд своите деца и внуци.

Днес по повод 40-та годишнина на Института по психология към Българска Академия и 40-та годишнина на Българското списание по психология е време да започне серийното представяне на резултатите от това продължително общуване с близо 1000 български граждани по теми от живота, опита и преживяванията на възрастните – работата и кариерата; семейството и децата; любовта и секса; гражданската активност и социалните промени; смъртта, самотата и смисъла на живота; върховите преживявания, психичното здраве и... кризите, и т.н. Причината за това начало обаче, въобще не е в тези два, иначе, прекрасни юбилея. Истинската причина е фактът, че вторият автор на статията като главен асистент в днешната версия на Института по психология – БАН, работейки усърдно по първата си планова тема: „Влиянието на груповата динамика върху автентичността“, за първи път в България постави на задълбочено психологическо и психотерапевтично изследване автентичността като многомерен психологически конструкт (Матеева, 2011; 2012a). Съвместната работа между двамата автори даде тласък на нови изследвания, на нови практики в тренинга и психотерапията, и в решителна степен позволи на събраните с години лонгитудни данни да бъде погледнат от нова концептуално-методична гледна точка – гледната точка на жадуваната и толкова непостижима в съвременното ни автентичност на преживяванията, поведението и отношенията на зрелия човек. Днес ще започнем този, надяваме се дълъг и автентичен разказ с един от наглед най-тъжните му епизоди, за който избрахме заглавието

на тази статия – „Неавтентичността и себеотчуждението в основата на проблемното психично здраве“. Не ни се сърдете за дължината, стила и... за прозренията му! Тях не можем да ги вместим в разрешените едва 8 стандартни странички...

КЪМ ПРОБЛЕМА „БЕЗРАБОТИЦА И ПРОБЛЕМНО ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ“

Резултатите от психологическите, социално-психологическите, а в някои редки случаи и клинично-психологически и психотерапевтични изследвания върху безработицата изглеждат ясни, непротиворечиви, някак самоочевидни. Познатите ни автори единодушно се съгласяват с хората в младежка, зряла и напреднала възраст, с които водихме диалог и по тази тема през последните 30 години – безработните хора имат повече и по-често проблеми с психичното здраве, показват повече признаци на психичен дискомфорт, дистрес и екзистенциална криза, отколкото техните заети със смислен за самите тях трудово-професионален живот връстници. Тук е мястото да ви препратим към обширната литература, която проучихме, за да проверим дали това, което ни казваха през годините хората в лонгитуда ни е „автентично знание“ по проблема – потърсете и прочетете работите на Dooley, Fielding, & Levi (1996); Kasl, Rodriguez, & Lasch (1998); Lennon (1999); McKee-Ryan & Kinicki (2002); Moser & Paul (2001); Murphy & Athanasou (1999); Winefield (1995). И разбира се, изследването на Paul & Moser (2006), на което многократно ще се позоваваме. Горепосоченото наблюдение както според собствения опит на участниците в нашето изследване, така и според емпиричните доказателства, събрани и анализирани от пишещите академични ерудити по въпроса, е валидно за голям спектър от измерения на психичното здраве и благополучието на съвременниците ни – само за пример можем да посочим: симптомите на депресия и безнадеждност; многоликите преживявания на тревожност; психосоматичните симптоми; проблемите със самоуважението и усещането за автономен