

Kako će ljudi reagirati na novu financijsku krizu?



Psihološka istraživanja prošlih financijskih katastrofa mogu pružiti smjernice o tome kako će ljudi reagirati na iznenadnu ekonomsku katastrofu uzrokovanu pandemijom korona virusa.

Kriza COVID-19 zatvorila je poduzeća i dovela do velikog broja otpuštanja gotovo preko noći, što bi moglo nadmašiti stopu nezaposlenosti za vrijeme velike recesije 2009., a čak i velike depresije 1993.

Unatoč razlikama između ove ekonomske krize i prethodnih recesija, psihološka istraživanja mogu pružiti određeni uvid u ponašanja i mentalno zdravlje uslijed financijskih gubitaka.

Ključni nalazi uključuju:

- **Utjecaji na mentalno zdravlje mogu biti dugotrajni**

Analiza podataka o mentalnom zdravlju iz nacionalne, longitudinalne studije u Sjedinjenim Američkim Državama (MIDUS) utvrdila je ukupni populacijski trend poboljšanog mentalnog zdravlja nakon velike recesije (Forbes i Krueger, *Clinical Psychological Science*, Vol. 7, br. 5, 2019). Ali ovaj široki trend prikrivao je nejednakosti: oni koji su doživjeli osobne poteškoće tijekom recesije - bilo one financijske, stambene ili poslovne - pokazali su porast napadaja panike, pretjerane brige, depresije i problematične uporabe droga. Ti efekti na mentalno zdravlje bili su vidljivi sve do 2013. godini, iako je došlo do ekonomskog oporavka.

"Pandemija COVID-19 ima brze učinke na gospodarstvo, s naznakama da ulazimo u novu globalnu recesiju", kaže dr. sc. Miriam Forbes, viša znanstvena novakinja psihologije u Centru za emocionalno zdravlje na Sveučilištu Macquarie, koja je ko-autor istraživanja.

„Mnogi ljudi gube posao, suočavajući se s financijskom napetošću i stambenom nesigurnošću u trenutnoj klimi. Naše istraživanje sugerira da sva ova iskustva povećavaju rizik za dugotrajno opadanje mentalnog zdravlja, što može otežati i produžiti ekonomsku recesiju kroz gubitak produktivnosti i učestalog korištenja zdravstvene zaštite. "

▪ **Utjecaji na mentalno zdravlje biti će neujednačeni**

Drugi pogled na podatke MIDUS istraživanja koje uspoređuje sredinu 1990-ih s post-recesijskim godinama od 2011. do 2014. pokazuje da mentalno zdravlje, poput fizičkog zdravlja, opada prema socioekonomskom statusu (Goldman i sur., PNAS, vol. 155. br. 28, 2018). Istraživanje se usredotočilo na ne-latino bijelce, skupinu interesantnu zbog sve veće stope samoubojstava, predoziranja drogama i drugih takozvanih "očajnih smrti".

Mjerenje mentalnog zdravlja mjerama poput zadovoljstva životom, blagostanja, pozitivnog i negativnog afekta i depresije među bijelim Amerikancima, koji se nalaze u gornjem socioekonomskom statusu, pokazuje kako oni ne doživljavaju nikakav pad, već čak i skromno poboljšanje mentalnog zdravlja. Što je niži socioekonomski status osobe, veća je vjerojatnost pada mentalnog zdravlja koje se očituje u porastu negativnog afekata te padu pozitivnih afekata, zadovoljstva životom i psihološkog blagostanja.

▪ **Nejednakosti u zdravlju mogu se produbiti**

U drugim istraživanjima koja su koristila podatke MIDUS istraživanja, pokazalo se da je velika recesija povećala jaz u zdravstvu između onih koji imaju i onih koji nemaju.

Uspoređujući odrasle osobe iz vremenskih točaka prije (1995. do 1996.) i nakon (2011. do 2014.) recesije, psiholog dr. sc. Carol Ryff i kolege otkrili su lošije rezultate u općem zdravlju, kroničnim stanjima, indeksu tjelesne mase, funkcionalnim ograničenjima i simptomima tjelesnog zdravlja za populaciju u cjelini, unatoč obrazovnim dostignućima stanovništva u post-recesiji (Kirsch i sur., American Psychologist, Vol. 74, br. 7, 2019).

Kao i kod mentalnog zdravlja, istraživanja su također pokazala da posljedice velike recesije nerazmjerno više snose oni s nižim obrazovnim statusom. "Ti veliki nacionalni šokovi najteže pogađaju ugroženije segmente društva", kaže Ryff.

▪ **Nezaposlenost i samoubojstvo su povezani, posebno kod muškaraca**

Istraživanje stanovništva o samoubojstvu u 54 zemlje prije i nakon velike recesije utvrdilo je da je u 2009. bilo 4,884 više samoubojstava nego što bi se moglo očekivati na temelju trendova između 2000. i 2007., prije ekonomske krize. (Oko 800.000 ljudi umre činom samoubojstva svake godine, prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije.) Europske države i države Sjeverne i Južne Amerike bile su posebni pokretači tog trenda, kao i muškarci. U 27 istraženih europskih zemalja stopa samoubojstava za muškarce porasla je za 4,2%, dok kod žena nije došlo do povećanja. U 18 zemalja Amerike uključenih u analizu, stopa samoubojstava za muškarce porasla je za 6,4%, u usporedbi s 2,3% za žene (British Medical Journal, Vol. 347, 2013).

Studija je otkrila povezanost samoubojstva i nezaposlenosti kod muškaraca, posebno u zemljama koje su prije velike recesije imale relativno nisku nezaposlenost.

„Porast broja samoubojstava samo je mali dio emocionalne nevolje izazvane ekonomskim padom“, napisali su autori, pod vodstvom epidemiologa Sveučilišta u Bristolu, Davida Gunnela, u zaključcima rada.

▪ **Imati svrhu u životu može biti korisno u borbi protiv financijske bijede**

Borba s posljedicama financijske krize izazvane pandemijom nije mali izazov. Ali psihološka literatura ukazuje na izvore otpornosti. Na primjer, eudaimonsko blagostanje (koje uključuje svrhoviti životni angažman i osobni rast) zaštitni je sloj u kriznim situacijama među onima s niskim obrazovnim postignućem, otkrili su Ryff i kolege (Health Psychology, Vol. 29, No. 6, 2010).

Kriza uslijed korana virusa, paradoksalno, može biti prilika za pronalaženje novih izvora značenja, kaže Ryff. "Bit će nevjerojatno važno pratiti profile društvene odgovornosti kroz to iskustvo".

