



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Dipartimento di Psicologia Generale

**Corso di laurea in Scienze Psicologiche dello Sviluppo, della Personalità e delle
Relazioni Interpersonali**

Elaborato finale

**Le conseguenze psicosociali della
disoccupazione**

**the psychosocial consequences of
unemployment**

Relatrice:

Prof.ssa Laura Nota

Laureando:

Mario Mouhanna

Matricola:

1224564

ANNO ACCADEMICO 2021/2022

INDICE

1. INTRODUZIONE.....	2
2. CAPITOLO 1.....	4
2.1 Teorie e modelli	5
2.2 Occupazione e SWB	6
3. CAPITOLO 2.....	10
3.1 Fattori individuali.....	10
3.2 Fattori contestuali.....	13
4 CONCLUSIONE.....	15
Riferimenti bibliografici.....	17

1. INTRODUZIONE

“Il lavoro è duro, è spesso una sollecitazione desolante e noiosa; ma non lavorare- questo è l’inferno” (Thomas Mann, 2019), citazione di un novellista tedesco che esprime grazie alla sua poetica l’impatto e l’importanza che il ruolo del lavoro può avere sulla vita e sul benessere delle persone. Il lavoro ormai è una attività che è entrata a far parte delle nostre vite, le regola, dà ordine, ci permette di vivere all’interno della società in relazione con altri individui. Da secoli è presente all’interno delle nostre vite e da secoli ha dettato vita o morte. Negli ultimi decenni grazie all’evoluzione della struttura delle società, con la creazione di infrastrutture e servizi per i cittadini, come il sussidio di disoccupazione o le attività di volontariato, l’impatto più concreto, materiale della perdita del lavoro, quindi l’aspetto più finanziario, è calato ma non più di tanto lo è stato il suo effetto psicosociale. Nonostante i servizi per le persone disoccupate siano aumentati negli ultimi decenni diminuendone le conseguenze negative, la disoccupazione presenta comunque effetti diversi, alcuni maggiori altri minori, a seconda del contesto in cui si manifesta e delle persone che colpisce. L’interesse per l’impatto dello status lavorativo sul benessere psicofisico delle persone ha preso piede e ha iniziato a catturare l’interesse dei ricercatori nei primi anni del 900’ a seguito della grande depressione e grande crisi economica che ha colpito gran parte del mondo occidentale attirando così l’attenzione politico sociale ed economico. Una crisi che ha avuto molti risvolti psicologici le cui prime ricerche e sperimentazioni dell’effetto del passaggio da uno status occupazionale ad un altro, nello specifico dallo status di occupato allo status di disoccupato, si sono basate sull’effetto di quell’evento andando a verificare le prime tesi proposte da vari psicologi sociali nel tentativo di comprendere i meccanismi che entrano in gioco durante il passaggio di status. Tali tesi sono poi mutate in seguito a nuovi risultati empirici sorti nel tempo andando ad indagare le teorie e/o modelli precedenti o proposte teoriche innovative che hanno messo in dubbio la veridicità delle teorie o modelli già presenti con esiti non sempre attesi oppure esplorando aspetti o sfaccettature nuove o ignote che possono collegate o fungere da mediatori di essi. Nella situazione attuale tutti i risultati che sono emersi non hanno portato ad una teoria vera e valida per difficoltà metodologiche e strutturali ma hanno, nonostante tutto, fornito una base per ricerche o esperimenti futuri al fine di indagare altre aspetti del tema o nel tentativo di verificare una modello che spieghi i meccanismi sottostanti l’effetto del passaggio di status occupazionale in maniera più integrata e maggiormente generalizzabile e, infine, alcune indicazioni su come intervenire su queste categorie di individui maggiormente colpite da questo fenomeno per ridurre l’effetto.

Fine principale di questa rassegna è fornire un macro-resoconto sulle teorie, modelli, ricerche e conclusioni principali tratte sulla relazione tra benessere psicosociale e status occupazionale, con particolare riferimento agli effetti a breve termine del cambio di status assunti dall’individuo

assieme all'analisi di fattori che possono giocare da mediatori dell'effetto della disoccupazione sul benessere psicosociale in positivo o in negativo. Si parte da una prima rassegna sulle teorie e modelli principali proposti in relazione alla funzionalità e ai bisogni soddisfatti della occupazione nella vita degli individui proposta da Jahoda (1981) con l'approccio alle funzioni latenti passando per rassegne teoriche proposte da autori successivi come Fryer (1986), Winkelmann & Winkelmann (1998). Successivamente si discuteranno brevi rassegne empiriche a conferma o meno delle tesi sui meccanismi messi in atto da questi eventi che hanno portato con sé, inoltre, dubbi e incertezze su di esse. Trattando, infine, l'analisi di fattori specifici che possono influenzare l'impatto che questi eventi hanno sulla vita delle persone come ad esempio: l'intelligenza emotiva, strategie di coping e l'età dei soggetti. Nonostante le numerose ricerche poche sono le conclusioni che se ne possono trarre ma vari sono gli spunti che si possono cogliere per attuare possibili interventi preventivi al fine di preparare meglio i soggetti ad adattarsi a questo cambiamento e allo stesso tempo fornire una piccola base sperimentale di riferimento per le ricerche successive.

2. CAPITOLO 2

L'occupazione è sempre stata in ogni parte del mondo un elemento indissolubile dalla vita delle persone. Qualsiasi individuo che abbia vissuto relazionandosi con altri e vivendo nelle società seguendo una serie di regole di convivialità più o meno condivise ha dovuto svolgere delle mansioni per scambiare i propri servizi in beni di scambio per rimanere in vita e in società con altri. Essa, quindi, svolge un ruolo non solo limitato al semplice sostentamento di bisogni fisiologici quali la nutrizione e il benessere fisiologico ma svolge anche un ruolo di benessere sociale, benessere mentale per gli individui: noi, per natura, siamo animali sociali che sopravvivono principalmente in comunità, collaborando, interagendo, dandosi delle regole, dei ruoli per il mantenimento della specie. L'occupazione ha svolto nei secoli il ruolo di fornire identità all'individuo all'interno della società, gli ha fornito una funzione e un ruolo all'interno di essa consentendo così all'individuo di sopravvivere in armonia con altri portando avanti la specie. La mancanza di una occupazione e quindi di un "proprio posto" all'interno della società ha un'incidenza sulle condizioni di benessere non indifferenti che colpiscono non solo l'aspetto più fisiologico e finanziario ma vanno anche ad incidere sulla sfera personale, mentale degli individui sotto vari livelli: uno più cognitivo, uno più affettivo e uno più di autorealizzazione (nuovo e poco indagato).

L'impatto del passaggio da uno stato di occupazione ad uno stato di disoccupazione si è evoluto nei secoli. Con le moderne condizioni di stati sociali, evoluzione delle condizioni di assistenza, assicurazioni sui lavoratori e condizioni di vita migliori come la maggiore aspettativa di vita, nuove tecnologie e maggiore educazione, le conseguenze negative portate dalla disoccupazione paiono essere inferiori rispetto al passato. Questi fattori che hanno inciso sul benessere delle persone non sono casuali ma sono passati sotto l'interesse del mondo politico economico, che ha osservato la rilevanza dell'impatto della disoccupazione e delle condizioni legate al lavoro nella società. Successivamente è sorto l'interesse degli psicologi nel tentativo di spiegarvi il perché, nel tentativo di anticipare o per quanto meno arginare impatto negativo che questo evento aveva nella società. La conoscenza del ruolo della disoccupazione sul benessere delle persone ci consente in primis di comprendere e dirigere una migliore politica sul mercato del lavoro e degli altri fenomeni economici e contemporaneamente ci permette di comprendere i meccanismi sottostanti nel tentativo di prevenire o comunque limitare l'impatto dell'esperienza mantenendo così un buon livello di benessere nelle persone colpite da queste disavventure. Infine, questa conoscenza dei meccanismi e dinamiche sottostanti ci consente tramite intervento preventivo di evitare condizioni mentali irreversibili di malessere che possono portare ad eventi estremi come il suicidio.

2.1 Teorie e modelli

Il primo a provare a dare una spiegazione a questo fenomeno e al suo impatto, i meccanismi sottostanti al suo agire sul benessere individuale è stato Jahoda nel 1981 che propose il modello della funzione manifesta e latente dell'occupazione. Esso si basa sul presupposto che il lavoro soddisfa due bisogni dell'individuo: uno più manifesto, concreto ovvero il bisogno di avere denaro e un serie di necessità più latenti, ovvero: chiara struttura temporale, attività, status sociale, contatto sociale oltre la famiglia, partecipazione ad un obiettivo collettivo e comune. Jahoda riteneva che il lavoro soddisfacesse questa serie di importanti bisogni umani e che la sua assenza portasse a rilevanti conseguenze psicologiche. Lei ritenne che l'impatto positivo del lavoro sulla vita delle persone non fosse determinato tanto dal guadagno economico quanto dall'esperienza psicologica sottostante ad essa. Questi bisogni, in accordo con altri colleghi, ritenne fossero essenziali per la salute dell'individuo e che una loro deprivazione fosse cruciale per la loro salute mentale. Questo modello ha trovato evidenza empirica (Paul e Batinic 2010) confermando che la deprivazione di questi bisogni portava ad una diminuzione della salute psicologica; ma allo stesso tempo si è evidenziato l'effetto opposto ovvero una correlazione maggiore tra funzione manifesta e salute mentale rispetto alle funzioni latenti (Creed & Bartrum, 2008). Tale opposizione di risultati si è spiegata argomentando che il guadagno economico aumenta la possibilità di accesso a esperienze in grado di soddisfare i bisogni latenti. Questi risultati hanno messo in luce una evidente incertezza sul modello di Jahoda e sulla sua iniziale spiegazione delle dinamiche sottostanti alla disoccupazione ma, nonostante ciò, esso rimane uno dei modelli maggiormente citati nello studio del fenomeno. Tutte queste funzioni latenti, però, sono in grado di spiegare una piccola parte della variabilità degli effetti dell'evento. Da questo primo tentativo di rappresentare le dinamiche interne e i meccanismi sottostanti all'effetto dell'occupazione sul benessere individuale e all'interesse crescente su questo tema si sono fatti avanti altri psicologi proponendo modelli teorici alternativi. Il primo a inizia fu Fryer nel 1986 che propose, in risposta al modello di Jahoda, la teoria dell'agentività ristretta dichiarando che: la disoccupazione frustra le persone poiché le priva della possibilità di dare forma al loro futuro in relazione ai loro desideri. Successivamente Deci & Ryan nel 2000 proposero la teoria dell'autodeterminazione identificando altri tre generali bisogni degli individui: autonomia, competenza e relatività (relatedness), che si è osservato essere legato all'attività lavorativa: ci sono una serie di esigenze che il lavoro è in grado di soddisfare e che consentono all'individuo di mantenere uno stato di salute mentale e di vivere una vita significativa. Successivamente aumentò l'interesse per questo curioso fenomeno portando ad un incremento di ricerche, esperimenti,

osservazioni e discussioni sui fattori o elementi che potessero incidere sulla relazione tra benessere e occupazione tra i quali, ad esempio: le norme sociali, l'identità e l'autorealizzazione, che hanno favorito così l'emergere di interesse sul ruolo che l'adattamento può avere sul tema riprendendo così teorie passate come la teoria dell'adattamento edonico che propone che un cambiamento nel reddito può impattare sulla nostra soddisfazione solamente in modo temporaneo in quanto ci adattiamo presto alla nuova situazione, successivamente come vedremo screditata. Recentemente invece è stata toccata una prospettiva diversa del ruolo del lavoro, dei bisogni che va a soddisfare, in seguito alla pandemia del COVID-19. I licenziamenti di massa portati dalla pandemia hanno avuto un effetto pesantissimo sui soggetti coinvolti manifestando una nuova sfaccettatura della funzione del lavoro: si è osservato che i disoccupati sorti in questo periodo hanno manifestato un maggior terrore esistenziale, ansia, timore per la propria sopravvivenza e angoscia. I bisogni che si sono riscontrati soddisfatti dal lavoro in questo periodo sono stati: sopravvivenza, connessione sociale, contributo sociale e autodeterminazione (Blustein 2006). Il ruolo del lavoro in un periodo così duro ha assunto una importanza vitale, superiore a quella del passato poiché si è vissuto in balia di un "nemico invisibile" che ha reso l'esistenza generale delle persone più difficile da supportare a tutti i livelli. Insomma, il lavoro soddisfa bisogni a vari livelli, da bisogni più concreti-materiali a bisogni più astratti, più personali e sociali, non chiaramente identificabili ma sui quali sono già presenti evidenze empiriche. Tutte queste attenzioni non hanno comunque portato ancora ad una teoria conclusiva che sia in grado di spiegare in modo ottimale le dinamiche e i meccanismi sottostanti a questa relazione ma ci hanno fornito, comunque, una serie di elementi implicati che ci possono aiutare a comprendere gli innumerevoli elementi mediatori del fenomeno.

2.2 Occupazione e SWB

Il passaggio dallo stato di occupazione allo stato di disoccupazione influenza il benessere soggettivo (SWB), definito come un termine ombrello per identificare una valutazione generale che l'individuo fa in merito al suo corpo, la sua mente, la sua vita e le circostanze o eventi che vive (Diener, 2006). Essa è strutturata a tre livelli: uno cognitivo (CWB), uno affettivo (AWB) e uno realizzativo (EWB). Per quanto concerne l'area cognitiva, il passaggio di status produce un generale abbassamento della soddisfazione per la vita che tende a protrarsi nel tempo (Luhmann et al. 2012). Esso tende a peggiorare fino ad incidere sulla salute mentale di quelle categorie di soggetti non fiduciose nella possibilità di ritrovare lavoro successivamente o comunque che si lasciano guidare dal fato e per i quali il futuro appare incerto conducendoli fino ad azioni o sentimenti estremi quali la depressione e il suicidio. Tale percezione di controllo o meno sulla possibilità di ritrovare un posto di lavoro in seguito a questo evento gioca un enorme ruolo nella propria soddisfazione per la vita poiché, come

si è dimostrato, le persone disoccupate che presentavano buoni livelli di prospettiva di rioccupazione presentavano livelli di soddisfazione delle loro vite più elevati di soggetti occupati che presentavano una costante preoccupazione di perdere il lavoro e tornare ad uno stato di disoccupazione (Knabe & Ratzel, 2010). Insomma, il forte effetto prospettico negativo della disoccupazione sugli aspetti cognitivi di benessere può essere spiegato dalla crescente insicurezza del lavoro prima ancora della perdita di un posto di lavoro effettivo. La mancanza di lavoro si è notato essere associata, inoltre, ad un crescente livello di ansia e depressione e una corrispettiva perdita di confidenza e autostima che tende a protrarsi e ad aumentare all'aumento del tempo (Theodossiou, 1998). Negli ultimi anni si è osservato che tale abbassamento di soddisfazione per la vita e le varie problematiche finanziarie legate alla perdita dell'occupazione paiono essere presenti fino ad un anno prima della perdita effettiva del posto di lavoro (Chadi & Hetschko, 2017; Powdthavee, 2012).

I primi studi sull'impatto del passaggio allo status di disoccupazione e anche il successivo mantenimento in esso non hanno evidenziato un significativo effetto sul fronte del benessere affettivo. Schimmack et al. (2008), ad esempio, utilizzarono uno specifico campione di SOEP (German-Socio-Economic-Panel) per analizzare il CWB, nello specifico la soddisfazione nella vita, e il AWB, nello specifico cinque affetti positivi e cinque affetti negativi. I loro risultati li hanno portati a concludere che l'impatto della disoccupazione era più presente nel CWB rispetto all'AWB, considerando così minimo l'effetto dello status di disoccupato sulla componente affettiva. Studi successivi hanno portato evidenze diverse e contraddittorie: alcuni studi mostravano un incremento di AWB mentre altri indicavano un suo ripido decremento (Luhmann et al., 2012). Tali risultati vennero spiegati da differenze in termini di popolazione di studio, strumenti utilizzati per la loro misurazione e il metodo dell'analisi dei dati. Di recente von Scheve et al., (2017) impiegò studi retrospettivi per la valutazione dell'AWB in relazione alla disoccupazione: venne evidenziato come il passaggio allo status di disoccupato fosse associato un piccolo ma persistente incremento di tristezza, piccolo decremento di felicità dopo circa sette-nove mesi e piccolo incremento di ansia. Altra evidenza sorta negli ultimi anni è stata identificata da Hentschel et al., (2017) che evidenziò come l'umore negativo fosse aumentato e l'umore positivo fosse diminuito nei tre anni prima e dopo la perdita del lavoro, mostrando così che la disoccupazione è un effetto di una tendenza presente già da prima. Oltre a queste evidenze si è osservato che, a parità di attività giornaliere, i soggetti disoccupati sperimentavano più esperienze negative rispetto a quelle positive rispetto ai corrispettivi soggetti occupati (Knabe et al., 2010); fenomeno chiamato dagli autori successivamente come *saddening effect*. Allo stesso tempo si è osservato come i soggetti disoccupati tendano generalmente a impiegare più tempo in attività piacevoli rispetto ai corrispettivi soggetti occupati (Kahneman et

al., 2004; Knabe et al., 2010); fenomeno identificato come time composition effect. Questi ultimi due effetti contrapposti, uniti agli esiti contraddittori sorti dalle varie ricerche, posso andare a spiegare poiché genericamente si dichiara un basso effetto negativo della disoccupazione sul benessere affettivo.

Ultimo aspetto ma allo stesso tempo nuovo colto che ha mosso l'interesse degli psicologi è l'effetto della disoccupazione sull'EWB. Esso presenta differenti definizioni: la prima fu proposta da Carol Ryff nel 1989 nella sua tassonomia del benessere psicologico identificando il benessere psicologico secondo sei dimensioni: autonomia, controllo ambientale, crescita personale, relazioni positive con gli altri, obiettivi di vita e accettazione di sé. Altre rilevanti teorie sorte successivamente furono la teoria dell'autodeterminazione (SDT) di Deci & Ryan (2001) che propose la realizzazione del sé, e quindi l'eudaimonia, come chiave del benessere psicologico raggiungibile tramite il sostentamento di tre bisogni psicologici: autonomia, competenza e rilevanza. Sfortunatamente sono presenti poche ricerche sulla sua possibile relazione con la disoccupazione ma le poche evidenze hanno mostrato come il lavoro sia in grado di impattare su questi tipi di bisogni. I pochi studi fatti sul tema hanno evidenziato come i lavori che garantiscono autonomia professionale, relazioni sociali supportive con i colleghi e impatto sociale siano percepiti come significativi (Bryce, 2018; Nikolova & Cnossen, 2020) e queste tipologie di lavoro si sono osservate essere negativamente correlate all'intenzione di ritirarsi e all'assenteismo (Nikolova & Cnossen, 2020).

La Set-Point theory proposta da Brinckman e Campbell nel 1971, poi ripresa da Headey e Wearing nel 1989, dichiara che gli individui si adattano abbastanza velocemente ai cambiamenti di circostanza e che prima o poi tornano al loro "normale" livello di benessere. Secondo questa teoria il passaggio da uno stato di occupazione ad uno stato di disoccupazione, quindi, dovrebbe avere un effetto temporaneo sul SWB ma così non è. Le varie componenti del SWB reagiscono in modo differente al cambiamento di status e le caratteristiche dell'individuo assieme alle caratteristiche del contesto favoriscono in modo differente il loro riassetto. Il CWB e i suoi relativi domini di influenza presentano la maggiore durata di assestamento delle tre. La soddisfazione per la vita pare difficile che torni al proprio livello originale in seguito a disoccupazione; Sono state date due possibili interpretazioni a questo fenomeno: l'effetto spavento (Clark et al 2001) ovvero paura di tornare ad uno status di disoccupazione antecedente sperimentato e l'incapacità di compensare la mancanza del lavoro, quindi i bisogni sottostanti, con attività sostitutive. Anche in seguito al recupero del posto di lavoro ci sono state varie evidenze che hanno mostrato come dopo questo evento non ci sia un effettivo recupero del proprio livello di soddisfazione dovuto a vari fattori come le caratteristiche del posto di lavoro o le caratteristiche dell'individuo mentre l'ansia tende a mitigarsi. Se il recupero del posto di lavoro non avviene in tempi brevi è in grado di generare gravi

conseguenze psicologiche: l'ansia e preoccupazione possono persistere fino a degenerare in disturbi mentali o ad eventi estremi. Con l'AWB la situazione è leggermente diversa: come illustrato precedentemente, l'esperimento di von Scheve et al. nel 2017 ha evidenziato come le singole componenti affettive non si estinguono sul breve termine ma che sono presenti sia prima che dopo il cambio di status. Ansia, tristezza e felicità non sono gli stessi in questo periodo ma a differenza del CWB questi elementi sono più facili da compensare con attività piacevoli, infatti, dopo due anni non si sono riscontrate grandi differenze rispetto ad uno stato antecedente di disoccupazione. Per quanto concerne l'ultima sfera del SWB ovvero l'EWB, un suo successivo assestamento ma soprattutto un suo recupero è difficile; in seguito a disoccupazione la possibilità di autorealizzazione, di crescita personale e autonomia si riduce. Anche una successiva rioccupazione non garantisce un effettivo recupero dell'EWB: molti posti di lavoro trovati in seguito a disoccupazione non presentano le caratteristiche necessarie per la propria realizzazione, per la propria autonomia e per il proprio benessere.

Altra sfera interessante colpita dalla disoccupazione è la sfera della socialità e delle relazioni: essa non va ad influenzare la vita dei singoli soggetti ma anche la vita delle persone circostanti. Già nel 1995 Winkelmann e Winkelmann hanno osservato che la disoccupazione diminuisce il benessere del partner e anche la sua salute mentale, effetto poi definito spill-over effect. Antecedentemente alla perdita del lavoro si sono, inoltre, osservati in quelle coppie dei problemi di gestione del denaro e minore partecipazione ad attività pubbliche (Powdthavee, 2012). Oltre al partner, la disoccupazione va ad influenzare la vita dei figli, soprattutto quelli in età più avanzata, mentre nei più piccoli si è evidenziato un effetto benefico in alcuni casi. Budonya et al. nel 2017 analizzarono la salute mentale degli adolescenti utilizzando la HILDA: i risultati evidenziarono come non fosse tanto la disoccupazione del padre a creare conflitti e malessere quanto la disoccupazione provata dalla madre, soprattutto con le figlie femmine. Altra evidenza li ha portati a concludere che la disoccupazione in famiglia non presenta tanto conseguenze nel breve termine ma soprattutto negli anni successivi a livello di soddisfazione per la vita con carattere breve ma persistente (Nikolova e Nikolaev, 2018).

3. CAPITOLO 2

Finora abbiamo analizzato l'aspetto più teorico della relazione tra occupazione e benessere: dai modelli più esplicativi della funzione del lavoro sul benessere (Jahoda e Fryer) che provano a dare una prima interpretazione teorica della disoccupazione, le sue implicazioni sul benessere individuale sotto i tre livelli del SWB e poi alcune sfaccettature del suo effetto come l'implicazione sulla sfera sociale e l'aspetto temporale del fenomeno, la sua durata e le implicazioni nel breve e lungo termine. Ma esse sono solo una piccola parte, piccoli risultati, delle innumerevoli ricerche fatte sul tema poiché una gran parte delle ricerche hanno analizzato fattori specifici legati alla disoccupazione, fattori che potessero fungere da mediatori della relazione tra occupazione e benessere, che potessero aumentare o ridurre l'impatto di esso. In questa seconda parte andremo ad analizzare alcuni degli innumerevoli mediatori di tale relazione andando ad osservare prima il ruolo delle caratteristiche individuali e poi il ruolo delle caratteristiche contestuali nella relazione.

3.1 Fattori individuali

Come è stato osservato in passato una delle grandi conseguenze della disoccupazione è l'impatto sulla sfera sociale, dalle relazioni più intime con i propri familiari a eventi e relazioni pubbliche più allargate. Tale compromissione si manifesta anche come solitudine e isolamento dalle relazioni sociali che possono andare ad impattare su altri aspetti della vita come il raggiungimento di altri obiettivi paralleli quali obiettivi formativi o educativi; o compromettere altre sfaccettature dell'individuo generando ansia, depressione, abuso di sostanze soprattutto di alcool e fumo, minor salute fisica e suicidi (Dooley et al., 1996; Herbig et al., 2013; Jin et al., 1997; Norstrom et al., 2014; Paul and Moser, 2009; Wanberg, 2012; Wilson and Walker, 1993). Questo abbassamento della salute mentale e della qualità della vita è un effetto che si è osservato anche in senso opposto ovvero la solitudine come predittore della disoccupazione (Bruehlman-Senecal et al., 2020; Matthews et al., 2018). Essi hanno osservato che la solitudine in periodi antecedenti alla disoccupazione era un fattore di rischio poiché agiva tramite meccanismi quali la perdita di motivazione e performance assieme alla minor salute mentale ed emotiva aumentando così la possibilità di essere licenziati. Questi risultati sulla possibile bi-direzionalità di questa relazione e quindi del possibile autorinforzo sono comunque risultati provvisori fatti su una popolazione non significativa e quindi risultato non generalizzabile tale da confermarla effettivamente. In questa possibile relazione sono sorti un paio di dati interessanti: la tipologia di lavoro e l'età dei soggetti. La prima è in grado di influenzare il livello di solitudine in fase di occupazione; i soggetti che lavorano a tempo pieno presentano minori livelli di

solitudine rispetto ai soggetti che lavorano part-time poiché si ritiene che il lavoro dia un senso di comunità e identità promuovendo impegno nel posto di lavoro e la riduzione del rischio di isolamento (Morrish e Medina-Lara, 2021). I soggetti di giovane età e di età media risentono maggiormente questa relazione rispetto ai soggetti di età avanzata (Barreto et al., 2021) poiché essi sono fortemente dipendenti dalle risorse finanziarie e dalle relazioni sociali e una possibile perdita di lavoro ma anche primi segnali di solitudine antecedenti alla disoccupazione sono fortemente sentiti. L'età dell'individuo gioca quindi un ruolo interessante nel mediare l'impatto della disoccupazione e solitudine su essi ma non è solo questo, l'età intermedia anche altre sfere colpite dalla perdita del lavoro. Paul e Moser (2009) osservarono come i soggetti più psicologicamente colpiti da questo evento fossero gli individui di mezza età poiché maggiormente dipendenti dalle risorse finanziarie, responsabilità familiari e più coinvolti nel percorso di carriera ma allo stesso tempo, grazie ad un'altra meta-analisi questi autori hanno osservato che i soggetti di giovane età e quelli di età avanzata presentavano maggiori livelli di stress e a maggior rischio la loro salute mentale quando disoccupati. All'aumentare dell'età l'ottimismo delle persone diminuisce e i soggetti di età adulta non rischiano tanto di diventare disoccupati quanto di rimanervi (Brussing et al., 2006) poiché il rischio di rimanere disoccupati nel lungo termine aumenta con l'età ed essa è un grande fattore di rischio per il benessere fisico e mentale portando allo sviluppo di disabilità fisiche, depressione e aumento della mortalità soprattutto per i soggetti di età avanzata (Gallo et al., 2009; Chu et al., 2016). Una categoria di anziani fortemente colpita dalla perdita del lavoro sono i soggetti maggiormente coinvolti e dediti al lavoro, con grande soddisfazione e apprezzamento in esso in seguito che in seguito a questo cambiamento non reggono il cambio di stile di vita, il cambio di abitudini (McKee e Kinicki, 2002). In un esperimento condotto da Murdock et al. (2019) si è osservato che i partecipanti aventi più di 50 anni attribuivano la loro condizione, la loro disoccupazione ad una discriminazione posta nei loro confronti per via della tarda età e un conseguente incremento nel rischio di rimanere disoccupati a lungo termine; allo stesso tempo è stato evidenziato come fattori contestuali quali un buon sistema di disoccupazione, l'alta educazione e il supporto familiare siano grandi moderatori dell'impatto negativo della disoccupazione su questa categoria di soggetti.

Una serie di evidenze suggeriscono, inoltre, differenze a livello biologico per quanto concerne la percezione e la sperimentazione dello stress dovuto alla perdita del lavoro; uomini e donne rispondono in modo differente a questi eventi, argomentate dagli autori in diversi modi. Da una parte le donne non sperimentano soltanto più eventi stressanti ma mettono in atto strategie di coping differenti rispetto agli uomini sia a livello di processo cognitivo che comportamentale. D'altro canto, tali differenze sembrano essere legate ai cromosomi sessuali e agli ormoni. Questa diversa

sperimentazione dello stress fa sì che le donne soffrano maggiormente lo stress rispetto agli uomini: le prime tendono verso un esaurimento emotivo per mancanza di controllo, imprevedibilità della vita e abbassamento della qualità della vita, ad esempio con l'inizio a fumare sigarette, mentre i secondi tendono verso principalmente la depersonalizzazione. Ciò porta le donne ad essere esposte ad un maggior rischio di problemi psicologici per via di questa combinazione di fattori biologici e sociali come gli stereotipi di genere, disuguaglianza e segregazione sociale. Altra curiosa differenza dovuta al genere sessuale è la differenza di percezione dello stress al variare dell'età: i maschi mostrano un incremento dello stress all'aumentare dell'età spiegato da una frustrazione nell'incapacità di trovare lavoro; le donne, invece, mostrano l'effetto opposto ovvero una diminuzione dello stress all'aumento dell'età per una maggiore capacità di coping dovuto all'incremento di esperienza e ad una maggiore capacità di interpretazione di eventi come meno frustranti. In conclusione, esistono varie evidenze a conferma di una possibile differenza di percezione dello stress in relazione al genere sessuale ma appaiono essere deboli predittori della percezione dello stress in fase di disoccupazione per cui sono necessarie ulteriori ricerche per indagare la relazione specifica tra i due (Ledda, 2021).

Oltre a queste caratteristiche biologiche che possono influenzare, mediare, incrementare l'effetto della disoccupazione, vi sono vari potenziali fattori protettivi tra cui l'EI ovvero l'intelligenza emotiva: un costrutto psicologico includente una serie di abilità emotive di base ossia la percezione emotiva, assimilazione, comprensione e regolazione emotiva. Molte ricerche hanno trovato una correlazione tra questo costrutto e la salute fisica e mentale: si è trovata una correlazione positiva tra EI e miglior salute mentale, rapporti interpersonali, SWB, maggiore soddisfazione per la vita, maggiore autostima e maggiore supporto sociale. Invece si è trovata una correlazione negativa con lo stress, emozioni negative e depressione suggerendo così che l'EI sia un fattore protettivo dalla depressione diminuendone i sintomi. Uno dei meccanismi che potrebbe mediare l'effetto dell'EI sulla depressione è la resilienza come meccanismo di coping; Quest'ultimo consiste nella capacità di adattarsi in un contesto significativamente stressante o avverso. Ci sono basi teoriche ed empiriche a sostegno del fatto che individui con alto EI siano più tendenti a mettere in atto la resilienza come strategia per gestire le emozioni negative e per trattare eventi sociali stressanti. Un altro possibile mediatore dell'effetto dell'EI sulla depressione è l'autostima ovvero un sentimento generale di adeguatezza o senso di valere della persona. Si è trovato che l'EI sia predittivo dell'autostima tramite una associazione con il benessere e la soddisfazione per la vita come mediatori e che una bassa autostima sia predittivo di alti livelli di depressione. In una rassegna condotta da Palàez-Fernández et al. (2021) si è osservato che l'EI ha un effetto diretto sulla resilienza che influenza positivamente l'autostima che a sua volta influenza negativamente la depressione. La resilienza non

gioca un ruolo diretto di influenza sulla depressione ma solo di collegamento con l'autostima mentre si è osservato avere un effetto diretto nella riduzione dell'ansia. Si è anche riscontrato, però, che l'autostima e la resilienza siano parzialmente mediatori dell'effetto dell'EI sulla depressione; è necessario svolgere altre ricerche per comprendere gli altri effetti mediatori di questo fenomeno.

3.2 Fattori contestuali

Oltre a queste caratteristiche più individuali che possono andare ad influenzare in maniera positiva o negativa la relazione tra occupazione e benessere ci sono anche una serie di caratteristiche contestuali non indifferenti che bisogna considerare. Una tra esse è la norma sociale e più nello specifico il tasso di disoccupazione. Una norma sociale è una dichiarazione imperativa o prescrittiva che impone l'individuo o il gruppo ad una condotta o ad un comportamento più appropriato in una determinata situazione al fine di confermare la propria appartenenza sociale. Per quanto concerne l'occupazione, la norma sociale usualmente condivisa ci impone di trovare un lavoro per dare un contributo alla società, per sentirsi parte di una comunità ecc.; per cui quando una persona perde il proprio posto di lavoro si sente in dovere, per obbligo sociale o di sopravvivenza, di andare a cercare una occupazione successiva e si frustra e soffre quando non riesce a trovarlo. D'altro canto, un individuo disoccupato soffre meno la sua condizione quando altri stanno come lui, nella condizione di disoccupazione, nel medesimo contesto. Il ruolo della norma sociale e delle implicazioni sul ritorno al lavoro è stato oggetto di studi già nel 1980 da Akerlof. Successivamente venne ripreso nel 2003 da Clark e Di Tella che evidenziarono come cambiamenti nel tasso di disoccupazione di una determinata regione avessero un'influenza sul SWB dei singoli individui. Essi osservarono, tramite un'analisi self-report, una riduzione del divario della soddisfazione per la vita tra occupati e disoccupati in condizione di aumento del tasso di disoccupazione in una determinata regione. Quindi, il tasso di disoccupazione di una regione modera il livello di stress e insoddisfazione provato dai non lavoratori quando esso è presente con alta percentuale in modo tale che la norma condivisa del soggetto lavoratore viene meno. La conseguenza della violazione della norma lavorativa va ad impattare in modo differente i soggetti che presentano un attaccamento al lavoro e quelli che non la presentano sia che siano occupati sia che non lo siano. I soggetti che presentano una bassa prospettiva lavorativa e che quindi si vedono anche in futuro come disoccupati questa violazione di norma dovuta all'aumento del tasso di disoccupazione ha un effetto maggiore, in positivo, sulla loro ansia e sulla soddisfazione per la vita portando anche a sentimenti positivi (Clark et al., 2010; Knabe e Ratzel; 2010). Invece, i soggetti con una positiva prospettiva lavorativa risentono negativamente di questo cambio di norma con una riduzione della propria soddisfazione per la vita. Altra influenza dell'effetto norma sociale è sulle attività sociali: la minor partecipazione

ad eventi pubblici tende ad essere attenuata dall'alto tasso di disoccupazione (Kunza e Suppa, 2017) portando i soggetti disoccupati ad essere più partecipi ad attività pubbliche o comunque a relazionarsi con gli altri. Qua si può quindi osservare come fattori individuali nello specifico la prospettiva al lavoro e contestuali combinati possano mediare il SWB in modo consistente. Una conseguenza di questo cambiamento di norma che fa sentire i soggetti indentificati con essa maggiormente a loro agio poiché si sentono accompagnati da altri concittadini da questo drammatico destino è la stigmatizzazione associata a questa condizione. Usualmente lo status di disoccupato non è visto positivamente dalla società comune poiché vige la norma del soggetto lavoratore e al disoccupato vengono associate caratteristiche negative per invitare i soggetti a seguire la norma del buon lavoratore ed evitare il suo opposto. Ma se questa viene meno e domina la norma opposta e quindi la norma del non lavoratore, le caratteristiche associatesi vengono meno e avviene una rivalutazione della condizione del non lavoratore o comunque viene attenuata la sua stigmatizzazione negativa. Riassumendo l'effetto norma sociale gioca un ruolo non indifferente nella soddisfazione per la vita e la salute mentale: per i soggetti colpiti dalla disoccupazione quest'ultimo rimane comunque una brutta esperienza ma il fatto che essa sia condivisa da altri individui vicino ne attenua l'effetto mentre i soggetti che presentano una occupazione tendono, invece, a soffrire di più. Altro fattore contestuale che va ad influenzare la condizione di benessere è, come già presentato nel capitolo precedente, la tipologia di occupazione. Un confronto tra occupati, disoccupati e occupati con basso stipendio ha osservato che: tutti i gruppi presentano minor autostima rispetto agli occupati, i disoccupati sono più tesi e tristi e coloro che presentano un basso stipendio apprezzano le attività giornaliere rispetto ai disoccupati (Theodossiou, 1998; Knabe et al., 2010). Altra ricerca si è focalizzata sulla qualità presentata dal lavoro e quindi, con opportunità di crescita e di carriera da una parte e "brutti lavori" che invece non presentano queste caratteristiche, con la disoccupazione e si è osservato come lavori di bassa qualità non garantissero uno stato di benessere di gran lunga superiore ai soggetti disoccupati sotto alcuni aspetti (Kopri, 1997; Dockery, 2005; Anderson, 2008; Crost, 2016). In conclusione, la disoccupazione ha, come detto precedentemente, un impatto a vari livelli non indifferenti ed esistono caratteristiche individuali e contestuali che sono in grado di incrementare l'impatto di essa sul benessere soggettivo dell'individuo e circostante; ma allo stesso tempo esistono caratteristiche che sono in grado di mitigare l'impatto di questo evento.

4. CONCLUSIONE

“Si nasce, si cresce, si lavora e si muore”: questa è più o meno il percorso certo che ogni individuo attraversa nell’arco della sua vita. Il lavoro ormai è diventato un elemento indispensabile per la nostra sopravvivenza, non serve più cacciare per rimanere in vita ma serve lavorare e vivere in società per continuare la propria esistenza. Il lavoro, quindi, svolge una funzione non indifferente all’interno delle nostre vite e va ad influenzarla a svariati livelli dei quali pian piano ne prendiamo coscienza. La ricerca sulla tematica della disoccupazione in relazione al benessere è ancora giovane, un argomento che ha iniziato ad interessare gli psicologi dalla metà del 900’ sul quale però non sono stati fatti grandi progressi. Le ricerche fatte finora sul tema hanno messo in relazione principalmente elementi specifici con il passaggio dallo status di occupazione allo status di disoccupazione e quindi gli effetti immediati o a breve termine della perdita del lavoro mettendo così in evidenza l’influenza dell’occupazione sulla nostra vita e provando anche a dare spiegazioni sui meccanismi sottostanti alla funzionalità del lavoro. Poche, invece, sono state le rassegne sugli effetti a lungo termine della disoccupazione ma hanno ad ogni modo messo in luce una serie di evidenze non indifferenti che dobbiamo tenere in considerazione sulle ripercussioni che può avere questo evento se non si va ad intervenire a dovere. Le teorie e i modelli proposti per spiegare il funzionamento di questo fenomeno attraverso varie interpretazioni sul ruolo e sui bisogni soddisfatti dal lavoro non sono molte e praticamente nessuna è esaustiva in modo tale da conciliare tutte le evidenze sorte negli anni; sono state proposte teorie nuove man mano che sorgevano nuove evidenze ma poi nessuna di esse era onnicomprensiva. Nella prima parte di questa rassegna storica degli sviluppi portati avanti dalla ricerca psicologica della relazione tra occupazione e benessere abbiamo osservato le principali teorie a sostegno di tale relazione e anche le prime che proponevano dei modelli interpretativi sui meccanismi sottostanti al fenomeno sorte nel tempo andando a proporre interpretazioni differenti, nuove versioni di modelli precedenti ma tutte con la stessa caratteristica, presentata precedentemente, ovvero l’incapacità di comprendere tutte le evidenze sorte nel tempo. Successivamente abbiamo osservato quali sono i maggiori effetti della disoccupazione sul benessere individuale analizzando nello specifico le tre macroaree CWB, AWB ed EWB osservando come si comportano e mutano nel tempo e quali siano i fattori scatenanti ma anche le peculiarità e le sfaccettature di ogni area. Infine, abbiamo osservato quali sono una parte dei fattori mediatori dell’effetto della disoccupazione sugli individui e sul contesto circostante andando ad osservare nello specifico le caratteristiche individuali, quelle più biologiche e non, e le caratteristiche

contestuali come il tasso di disoccupazione e come essi andassero ad influenzare in positivo o in negativo la vita degli individui. Per quanto la ricerca sul tema sia ancora giovane, sono molteplici le informazioni sorte in questi decenni, non facilmente riassumibili o interpretabili come veritieri al 100% ma comunque risultati significativi, che ci possono aiutare, che ci permettono di avere qualche informazione di partenza per poter intervenire a dovere. Con le informazioni acquisite sui mediatori degli effetti della disoccupazione e in che modo vanno ad agire, si possono pianificare consulenze e interventi terapeutici per mitigare il suo impatto, come ad esempio tramite l'apprendimento di strategie di coping. Si possono inoltre pianificare interventi preventivi per identificare e mitigare quei fattori che potrebbero portare a malessere tra i disoccupati o programmi preventivi per la ricerca di lavoro in modo da reintrodurre i soggetti colpiti da questa disavventura subito all'interno del contesto lavorativo evitando così di subire tutto l'effetto della perdita del lavoro. Insomma, in questi pochi decenni sono state fatte molte ricerche ed esperimenti all'insegna della scoperta e della conoscenza di questo fenomeno, vari e confusionari sono stati i risultati sorti ma allo stesso tempo ci hanno fornito molte informazioni iniziali sulla comprensione di esso; varie da prendere con le pinze ma sono comunque evidenze importanti. Ce n'è ancora di strada da fare per raggiungere una comprensione più veritiera e certa del fenomeno in sé e delle sue variabili implicate ma siamo sulla buona strada per il suo raggiungimento.

Bibliografia

Christian von Scheve • Frederike Eschel • Jürgen Schupp; “The Emotional Timeline of Unemployment: Anticipation, Reaction, and Adaptation” Springer Science+Business Media Dordrecht 2016.

K. Walsh et al. (eds.), Social Exclusion in Later Life, International Perspectives on Aging 28, CAPTER 4, 2021.

Lawes, M, Hetschko, C orcid.org/0000-0002-2953-1548, Schöb, R et al. (2 more authors) (2022) The Impact of Unemployment on Cognitive, Affective, and Eudaimonic Well-Being Facets: Investigating Immediate Effects and Short-Term Adaptation. Journal of Personality and Social Psychology. ISSN 0022-3514.

Article A Sequential Path Model Testing: Emotional Intelligence, Resilient Coping and Self-Esteem as Predictors of Depressive Symptoms during Unemployment María Angeles Peláez-Fernández 1, Lourdes Rey 2 and Natalio Extremera 1.

Unemployment and subjective well-being, Nicolai Suppa (2021).

Perceived Stress in a Gender Perspective: A Survey in a Population of Unemployed Subjects of Southern Italy Chiara Costa¹ , Giusi Briguglio² , Stefania Mondello³ , Michele Teodoro² , Manuela Pollicino² , Andrea Canalella² , Francesca Verduci² , Sebastiano Italia² * and Concettina Fenga.

Work and Unemployment in the Time of COVID-19: The Existential Experience of Loss and Fear David L. Blustein¹ and Paige A. Guarino; Journal of Humanistic Psychology 2020, Vol. 60(5) 702–709.

Why Do Individuals Suffer During Unemployment? Analyzing the Role of Deprived Psychological Needs in a Six-Wave Longitudinal Study Andrea Zechmann and Karsten Ingmar Paul Friedrich-Alexander University Erlangen-Nuernberg. Journal of Occupational Health Psychology (2019).

Does unemployment lead to greater levels of loneliness? A systematic review N. Morrish * , A. Medina-Lara Health Economics Group, Institute of Health Research, University of Exeter Medical School, University of Exeter, Exeter, UK.