

STRES KAO POSLJEDICA EKONOMSKE KRIZE I TRANZICIJE DRUŠTVA

Akademik prof dr. Vojislav Škrbić

Akademik prof. dr. Ranko Bakić

Apstrakt: *Ekonomski kriza i tranzicija društva oduvijek su imali za posljedicu pad privredne aktivnosti te nagli porast nezaposlenosti praćen osiromašenjem većeg dijela stanovništva. Posljednje decenije dvadesetog i prva decenija dvadeset prvog vijeka obilježile su nezaustavljivo napredovanje globalizacije, koja je u početku davala sigurnost, odnosno pothranjivalo iluzije da velike ekonomske krize pripadaju prošlosti. Međutim proces globalizacije je sam po sebi stvorio jedan veliki nerealni finansijski balon koji se na kraju morao rasprsnuti, tako da je tokom 2008. godine došlo do pojave globalne finansijske krize koja je tokom naredne godine prerasla u ekonomsku. Takođe se pokazalo da se tranzicija društvenog vlasništva u privatnu svojinu dobrim dijelom odvijala na veoma netransparentan način. Naime, u većini slučajeva došlo su do izražaja špekulacije od strane novih vlasnika u smislu daljne preprodaje preduzeća, što je imalo za posljedicu gubitak velikog broja radnih mjesta i stvaranja armije ljudi bez ikakvog zaposlenja i nade u isto. Kao direktna posljedica ekonomske krize i tranzicijskih kretanja došlo je rasta nezaposlenosti praćenog opštim siromaštvom većine stanovništva. Ovakvi vidovi poremećaja u čovjekovom okruženju znatno utiču i ozbiljno narušavaju ravnotežu ljudskog organizma što dovodi do povećanog nivoa stresa. Kako su ekonomske krize i tranzicija veliki generatori stresa, a pošto su istom izloženi najširi slojevi stanovništva neminovno je provoditi društvene mjere zaštite od stresa.*

Ključne riječi: *stres, ekonomska kriza, globalizacija, tranzicija, stanovništvo, nezaposlenost, siromaštvo, mjere.*

STRESS AS A CONSEQUENCE OF ECONOMIC CRISES AND SOCIETY TRANSITION

Abstract: *Economic crisis and transition of the society has always resulted in decline in economic activity and rapid growth of unemployment followed by impoverishment of the most of the population. The last decades of the twentieth century and the first decade of the twenty-first century were marked by inevitable development of globalisation, which provided safety in the beginning and/or nurtured an illusion that huge economic crises belong to the past. Nevertheless, globalisation process itself has created a huge unrealistic financial balloon which had to explode in the end, so that in the course of the year 2008, global financial crisis occurred, which transformed into economic crisis next year. It was also proved that the transition of social ownership into private property was conducted in a very non-transparent way. Namely, in most cases there occurred speculations of new owners in the sense of further sale of enterprises, which resulted in the loss of a great number of jobs and creation of an army of people without any job whatsoever and without any hope to get one. Growing number of the unemployed followed by general poverty of the most of the population is a direct consequence of the economic crisis and transition movements. Such forms of discrepancies in human environment significantly affect and seriously imperil the balance of a human organism, which leads to an increased level of stress. Given that economic crisis and transition are big generators of stress and having in mind that*

the widest classes of the population are affected, it is necessary to implement social measures for stress prevention.

Key words: *stress, economic crisis, globalisation, transition, population, unemployment, poverty, measures.*

UVOD

Osnovna tema ovog rada je stres kao posljedica ekonomske krize i tranzicije društva i ista predstavlja veoma aktuelni problem savremenog doba. U prvom dijelu rada dat je naglasak na pojavu posljednje globalne ekonomske krize nastale u prvoj deceniji XXI vijeka koja je imala za posljedicu veliki rast nezaposlenosti i opšte osiromašenje stanovništva. U ovom dijelu takođe je ukazano na proces globalizacije koja je prividno davala početnu sigurnost da ekonomske krize pripadaju prošlosti što se nije obistinilo.

U drugom dijelu daje se osvrt na određene refleksije globalne krize prvenstveno vezane za nezaposlenost u državama regiona (prostor bivše države) u kojima se nezaposlenost iz dana u dan povećava. Ovakvo povećavanje nezaposlenosti za sobom vuče brojne probleme stvarajući razne stresne situacije koje utiču, kako na pojedinca, tako i na porodicu kao osnovnu ćeliju društva, što na kraju utiče na pad svih osnovnih vrijednosti društva.

U dijelu rada koji je nazvan Tranzicija i stres izneseno je stajalište da tranzicijski procesi u državama regiona nisu odraz transparentnog preobražaja društvene svojine u privatno vlasništvo. Ovakav način tranzicije je u najčešćem broju slučajeva imao za posljedicu preprodaju društvene imovine od strane novih vlasnika, najčešće špekulanata, što je dovelo do gubitka velikog broja radnih mjesta i stvaranje ogromnog broja nezaposlenih radnika.

U završnom dijelu ovog rada iznesene su mjere za prevazilaženje stresa nastalog pod uticajem globalne ekonomske krize i tranzicije i iste su posmatrane kao društvene i individualne mjere. Pod društvenim mjerama posmatrane su aktivnosti koje preduzima društvo da bi zaštitilo najšire slojeva stanovništva od uticaja nepovoljnih ekonomskih i socijalnih prilika u zemlji, a koje bi se mogle negativno reflektovati na život i zdravlje stanovništva.

S druge strane individualne mjere su one mjere koje lično čovjek preduzima na očuvanju svoje psihičke i fizičke stabilnosti u predstresnim i stresnim situacijama.

1. POJAVA GLOBALNE KRIZE

Posljednje decenije XX i prvu deceniju XXI vijeka karakteriše, uprkos mnogim temeljnim promjenama, prividan mir u zapadnim ekonomijama. Na prvi pogled nezaustavljivo napredovanje globalizacije davalo je sigurnost, odnosno pothranjivalo iluzije da velike ekonomske krize pripadaju prošlosti, te da se naša planeta pretvara u jedinstven ekonomski organizam.¹ Ipak, moramo naglasiti da je bilo dosta poteškoća u samom procesu globalizacije, ali je uprkos istima izgledalo da je nastala jedna logička zakonitost, tj. da je svjetska privreda svakim danom sve produktivnija, a saglasno s tim da sve više ljudi ima pristup sve većem blagostanju. Međutim proces globalizacije je sam po sebi stvorio jedan veliki ekonomski balon koji se na kraju mora sporije ili brže rasprsnuti, ili da laganije sam sebe usisa. Od vremena Velike krize poznate i kao Velika depresija koja se desila 1929. godine zapadne industrijske nacije, prije svega Sjedinjene Američke Države, sprovodile su svjesno ili nesvjesno politiku širenja obima novca, kredita, hartija od vrijednosti i izvedenih finansijskih derivata. Svjetska Banka (World Bank) i Međunarodni monetarni fond su uprkos ugledu koji uživaju, i to prije svega u zemljama u razvoju, podržavale ovu politiku u potpunosti i bez ikakve rezerve. Upravo kroz ovu lakomislenu novčanu politiku svijet je u jednom trenutku preplavljen likvidnošću. S tim u vezi

¹ D.Ž. Marković, *Globalistika i kriza globalne ekonomije*, Grafiprof, 2009. str.11

movčana masa se u proteklih tridesetak godina povećala više od četrdeset puta, dok se količina roba u istom periodu povećala samo četiri puta. Dau Džonsov indeks (Down-Jones-Index) povećao se od 1982. godine dvanaest puta, ali bruto-nacionalni proizvod (BNP) Sjedinjenih Država samo četiri puta u isto vrijeme. Svjetski finansijski sistem je u međuvremenu postao jedna komplikovana kula od karata na više nivoa, gdje dugovi i pri najboljoj volji ne mogu da budu isplaćeni.² Godine 2005. samo je volumen finansijskih derivata (izvedenih hartija) bio veći za pet puta od ukupnog svjetskog društvenog proizvoda. Ovako nepovoljna kretanja na finansijskom tržištu dovela su do propasti američke finansijske investicione banake Lehman Brothers 15. septembra 2008. godine, čime je došlo do paralizacije globalnog finansijskog sistema, što se ubrzo preliilo u globalnu ekonomsku krizu, koja je imala za posljedicu gubitak radnih mjesta u čak milionskim okvirima na nivou cjelokupne svjetske ekonomije. Posljedica finansijske krize je da dolazi do smanjivanja agregatne potražnje koja dalje dovodi do smanjivanja količine proizvodnje, a time i do smanjene potražnje za radnom snagom. Kriza se vrlo brzo proširila po svijetu, slabeći privredu, smanjujući kapacitete preduzeća i ostavljajući, što smo već naveli, milione ljudi bez posla. Jedna od posljedica krize je bila da se smanjio broj kvalitetnih radnih mjesta, a time se značajno povećao broj nesigurnog zapošljavanja, te broj radnika s niskim primanjima.

Nadalje, kao direktna posljedica ekonomske krize u periodu između 2008. i 2009. godine dolazi i do neželjenog rasta nezaposlenosti. Smanjena potreba za radnom snagom naročito je pogodila pojedine grupe na tržištu rada kao što su mladi, srednjovječni ljudi koji su izgubili radno mjesto, nekvalifikovani radnici, ženska radna snaga i imigranti. Pomenute kategorije radne snage u situaciji ekonomske krize mnogo teže pronalaze zaposlenje, a vrlo često ostaju bez njega. U takvoj situaciji pomenuti najčešće prestaju aktivno tražiti posao i ubrajaju se u skupinu obeshrabrenih i depresivnih radnika. Dugotrajna nezaposlenost izuzetno demoralizuje radnike u bilo kom dijelu svijeta.³

U slučaju mlade radne snage, obeshrabrenost pri pronalasku mogućnosti za zapošljavanje može imati za rezultat, a nerijetko i ima, odluku o odgađanju ulaska na tržište rada, dok kod starije radne snage kriza dovodi do povlačenja s tržišta rada i prevremenog penzionisanja. Naime, starije osobe se suočavaju s većim preprekama prilikom ponovnog ulaska na tržište rada, kao i većim smanjenjem nadnice (smanjenje nadnice za radnike sa dugogodišnjim - 25 do 30 godina - radnim iskustvom po nekim procjenama iznosilo je 36%, dok za one s radnim stažem manjim od deset godina nije bilo smanjenja visine nadnice. Ovakva marginalizacija radnika sa dugogodišnjim stažom učinila je od ove skupinu radne snage sociološki nezbrinutu i depresivnu populaciju. U slučaju smanjene potražnje za radom, otvara se manje novih radnih mjesta, što još više otežava poziciju mladih osoba bez odgovarajućeg iskustva.

U vremenu krize kao što je ova posljednja situacija je posebno teška za nekvalifikovane radnike i žene. Poslodavci su više skloni otpuštanju nekvalifikovanih radnika obzirom da oni u najvećem broju slučajeva imaju fleksibilne radne sporazume. Slična je situacija i sa ženama, koje su češće niže stručne spreme i na ustajalom tržištu rada još će imati veće poteškoće prilikom ponovnog zapošljavanja. Imigranti se takođe u najvećem broju slučajeva prvi otpuštaju u kriznim situacijama obzirom da su najčešće zaposleni u najosjetljivijim sektorima, poput građevinarstva, turizma te posjeduju privremene ugovore o radu. Osim nabrojanih u 2009. godini finansijskom krizom su bili značajno pogođeni i svi privremeno zaposleni radnici, te polukvalifikovani radnici, službenici i šalterski radnici. Nabrojane skupine su iskusile najveće gubitke radnih mjesta i najviše biti pogođene psihosomatskim promjenama uslovljenim stresom zbog gubitka radnog mjesta.

² M. Ote: *Slom dolazi, Romanov, Banja Luka, 2009, str.24*

³ P. Krugman: *Okončajte ovu depresiju odmah, Heliks, Smederevo, Interkomerc, Beograd, Smederevo, Beograd 2012. str.10*

2. REFLEKSIJE GLOBALNE KRIZE NA ZAPOSLENOST U DRŽAVAMA REGIONA

Nezaposlenost je oduvijek bila najviša u zemljama jugoistočne Evrope i zapadnog Balkana što se djelimično može objasniti visokim nasljeđenim stopama iz prošlosti. Rekordne stope zabilježene su u Makedoniji 2003. godine (36,0%), te Bosni i Hercegovini čak oko 40%. Međutim, iako je u svijetu pa i u državama regiona došlo do opadanja nezaposlenosti tokom 2006. godine, finansijska kriza je ponovo doprinijela porastu stope nezaposlenosti krajem 2008. godine. Nezaposlenost na prostorima država nastalih na tlu bivše Jugoslavije iz dana u dan se povećava što za sobom vuče brojne probleme od stresnih situacija koje utiču, kako na pojedinca, tako i na porodice kao osnovne ćelije, te na pad svih osnovnih vrijednosti društva. U poređenju sa današnjim svjetskim kretanjima broja nezaposlenih i stope nezaposlenosti u zemljama zapadnog Balkana došlo je do krajnje kritične tačke istih. Alarmantan rast nezaposlenosti dostigao je u zemljama nastalim na tlu bivše Jugoslavije. rekordnu nezaposlenost u odnosu na radno sposobno stanovništvo i broj stanovnika, tako da imamo sljedeću situaciju.

U Bosni i Hercegovini to jest u oba njena entiteta Federaciji BiH i Republici Srpskoj broj nezaposlenih krajem 2013. godine iznosio je 584.307, a stopa nezaposlenosti je dostigla nivo od čak 44,4% što je poražavajući podatak. Ako posmatramo Republiku Srpsku broj nezaposlenih u istom periodu iznosi 151.290, a stopa nezaposlenosti oko 39,30% što je povoljnije u odnosu na čitavu državu, a posebno na Federaciju BiH. Što se tiče situacije u Srbiji u istom periodu broj nezaposlenih iznosio je 760.000, a stopa nezaposlenosti bila je 28,7%. U Hrvatskoj broj nezaposlenih krajem 2013. godine iznosio je 384.376 uz stopu nezaposlenosti oko 22,7%. Na crnogorskom tržištu rada u istom periodu je bez posla bilo oko 34.858, a stopa nezaposlenosti iznosila je oko 15%, dok je u Makedoniji bez zaposlenja bilo 220.000 uz stopu nezaposlenosti oko 28,2%. Prema očekivanju najmanja nezaposlenost u zemljama regiona bila je u Sloveniji gdje je nezaposleno bilo oko 117.147 radnika, a stopa nezaposlenosti iznosila je oko 13,5%.

Ovakvo stanje ozbiljno je pogodilo cjelokupno stanovništvo regiona, a posebno teška situacija nastala je u zemljama koje su bile zahvaćene ratom i gdje je došlo do materijalnih razaranja i promjene svojinskog vlasništva, tj. transformacija društvene svojine u privatno vlasništvo.

2.1. TRANZICIJA I STRES

Prelaz društvenog vlasništva u privatnu svojinu u tranzicijskom periodu u državama regiona na prvi pogled izgledao je transparentan i obećavao je određenu radnu sigurnost svim zaposlenima. Međutim pokazalo se da se tranzicija društvenog vlasništva u privatnu svojinu u ovim državama dobrim dijelom odvijala na veoma netransparentan način gdje su u većini slučajeva došle do izražaja špekulacije od strane novih vlasnika u smislu daljne preprodaje preduzeća, što je imalo za posljedicu gubitak velikog broja radnih mjesta i stvaranja armije ljudi bez ikakvog zaposlenja. Slično navedenom i društvena svojina koja je maltene preko noći prešla u državna javna preduzeća za sobom je ostavila nesagledive posljedice u smislu gubitka radnih mjesta u tim preduzećima i velike gubitake koji su pokriveni iz javnih dugova.

Na taj način preko noći pojedinci postaju vlasnici fabrika, a dotadašnji radnici postaju najamna radna snaga. U većini slučajeva fabrike su kupljene radi raznih špekulativnih namjera stoga većina radnika bezobzirnno završava na ulici i postaje socijalni problem jer nema nikakvih primanja. Iz tog razloga ti isti radnici danas sa sjetom gledaju u zatvorene kapije svojih preduzeća gdje su decenijama radili i u koje su uložili najbolje godine svoga života. Svakako da je to strašan stres za te radnike koji se osjećaju napušteni od svih, prepušteni neizvjesnoj sudbini kojoj ne naziru kraj. Bezobzirnost novih poslodavaca i nespремnost društva da kroz programe novih zapošljavanja i socijalnog zbrinjavanja radnika amortizuje i ublaži posljedice tranzicionih promjena dovodi radnike u bezizlaznu situaciju povećavaju time njihove psihosomatske poremećaje koje imaju za posljedicu stresne situacije.

Odavno je poznato da je stres posljedična pojava poremećaja čovjekovog okruženja, čime se ozbiljno narušava ravnoteža organizma, što vrlo često rezultuje oboljenjima i može izazvati

ozbiljno narušavanje čovjekovog zdravlja. Kolike i kakve posljedice će stres prouzrokovati zavisi o mnogo faktora, te je stoga nepoznata reakcija organizma svakog pojedinca na isti. Ovom prilikom fokusiraćemo se na takozvane tranzicione stresove kada čovjek kao jedinka društva preživljava traumatične stresove promjenom društvenog i ekonomskog sistema. U ovom radu bavićemo se takođe i dugoročnom izloženošću stresu, jer je proces tranzicije obično dug kao i adaptacioni period u kom čovjek usvaja nova pravila u raznim sferama života i rada. Dugoročna izloženost stresu dovodi do raznih anomalija koje na posredan ili neposredan način utiče na čovjekovo zdravlje. Kao posljedica stresa u svakom čovjeku se aktiviraju adaptacioni mehanizmi, a veliki problemi nastaju kada stres postane hroničan i dugo traje, što obično dovodi do ozbiljnih oboljenja koje je vrlo teško lječiti. Raspad bivše države i izbijanje rata na prostorima BiH imalo je za rezultat velike ljudske gubitke, materijalna razaranja i povećane nasilne migracije stanovništva. Za stanovništvo koje je do tada živjelo mirnim životom u socijalnom društvu nastao je pravi haos, u kome je stresnih situacija bilo napretek.

Napuštanje dotadašnjeg načina života i grubi prelazak iz jednog društveno-ekonomskog sistema u drugi, sam po sebi je šokantan proces koji već u prvoj fazi pogađa najšire slojeve društva.⁴ Sama neizvjesnost budućeg života, strah za egzistenciju porodice, gubitak radnog mjesta, nova iritantna pravila, slabljenje brige društva za porodicu i pojedinca samo su neki od prvih uzoraka pojave stresa. Neoliberalni koncept ekonomije koje nameću visoko razvijene zemlje ubrzano počinje da uništava popustalu privredu zemalja u tranziciji. Otvaranjem granica i slobodnom trgovinom zadaje se težak udarac zemljama u razvoju, jer jake zapadne ekonomije s konkurentnom izvozno orjentisanom privredom brzo preplave svojim proizvodima tržišta zemalja u tranziciji.

U takvim odnosima zemlje u tranziciji nemaju šansu da sa svojom posustalom i nekonkurentnom privredom konkurišu velikim multinacionalnim kompanijama, što dovodi do masovnog propadanja domaćih kompanija i pojave velike nezaposlenosti domaće radne snage.⁵ Kad propadne ekonomija jedne zemlje, ta zemlja je praktično uništena, jer ne može svoj budžet puniti iz realnih izvora, već se mora zaduživati kod međunarodnih finansijskih institucija, a nerijetko i kod komercijalnih banaka i to pod vrlo nepovoljnim uslovima. Kad zemlje u tranziciji dođu u takvu situaciju one obrzo podaju u tzv. kolonijalno ropstvo i više ne mogu samostalno odlučivati o svom razvoju, već se moraju pokoriti diktatu kreditora i bespogovorno slušati naredbe političke i ekonomske prirode koji dolaze iz raznih centara globalne moći. Na taj način zemlje u tranziciji postaju lak plijen globalnih procesa i u njima ubrzano propada privreda, enormno raste broj nezaposlenih lica, nestaje solidarnosti socijalne brige o čovjeku i porodici, kupovna moć stanovništva pada, što na kraju rezultuje bijedom i siromaštvom najširih slojeva društva. U takvom sivilu društva stvoreni su realni uslovi za nastanak stresa koji postaje pravi generator nastanka velikog broja bolesti koje zbog svoje masovnosti postaju ozbiljan problem društva. Stoga nije teško razumjeti ljude koji su na izmaku snaga iznureni nenormalnim uslovima života, gubitkom radnog mjesta, ratama kredita koji ne mogu vraćati ili nemoćno gledati porodicu koju ne mogu prehraniti. Čovjek kao razumno živo biće podložan je svojim emocijama i osjećajima, strahovima i strepnjom za opstanak i budućnost sebe i svoje porodice. Velika količina stresa koji je akumuliran u čovjeku predstavlja latentnu opasnost za nastanak srčanog udara, čira na želucu i dvanaestercu, moždanog udara, visokog krvnog pritiska i raznih drugih bolesti čime je ozbiljno ugroženo zdravlje čovjeka ali i povećana izdavanje društva za liječenje tih bolesti.

U vezi s prednjim Dž. Vitkin navodi mnoge vrste i simptome stresa kod muškaraca i žena, a između ostalih i one koji nisu tako očiti, kao što su bolovi u mišićima, glavobolje, psihička dezorganizacija i teškoće u donošenju odluka, strah od neuspjeha, napetost i razni poremećaji koji značajno umanjuju radnu sposobnost kod radno aktivnog stanovništva.⁶ Na ovom mjestu

⁴ M. Uvalić, *Tranzicija u Srbiji - ka boljoj budućnosti*, Zavod za udžbenike, Beograd, 2012, str. 25.

⁵ Vidjeti, B. Cerović, *Tranzicija - Zamisli i ostvarenja*, Centar za izdavačku delatnost Ekonomskog fakulteta u Beogradu, 2012.

⁶ Prema, Dž. Vitkin, *Kako preživjeti stres, vodič za muškarce*, Beograd, Alnari, 2009, str. 12-14.

naglasimo da postoji čitav niz uzoraka, simptoma i poremećaja koji su generisani stresom, ali oni nisu tema ovog rada, već je tema stres kao posljedica ekonomske tranzicije društva. U vezi s temom ranije smo iznijeli s kakvim se problemima susrećemo u ekonomskoj tranziciji društva i kakve ona opasnosti nosi. Već sam prelazak sa socijalističkog društvenog uređenja u kapitalistički sistem nosi sa sobom zabrinutost stanovništva kako će živjeti i opstati u novim surovijim uslovima privređivanja i kako će se interesi i odnosi rada i kapitala regulisati u novonastalim prilikama. Poseban problem je zabrinutost za radna mjesta kojim osiguravaju egzistenciju najširi slojevi stanovništva. U zemljama u tranziciji jedan od najvažnijih problema predstavlja proces privatizacije, jer smo vidjeli da se tu čine razne kriminalne anomalije, gdje preduzeća pod sumnjivim okolnostima mijenjaju vlasničku strukturu. Ne upuštajući se u lične stresove zbog gubitka najmilijih, teških bolesti, raznih nesreća i sl., smatramo da je gubitak posla i nezaposlenost kao faktori bezperspektivnosti života najveći stres za čovjeka, koji ako traje dugo dovodi do hroničnog stresa čije su implikacije i posljedice posebno opasne. Svakako da ova otvorena pitanja traže odgovore, a najvažniji odgovor na ovo kompleksno pitanje je kako stanovništvo u zemljama u tranziciji zaštititi od stresa. Ovo pogotovo jer se određene stresne situacije mogu predvidjeti. One su u većini slučajeva predvidive, možemo ih ublažiti ali ih ne možemo u potpunosti eliminisati. Svaki čovjek u većoj ili manjoj mjeri ima određenu dozu samopouzdanja. Stabilniji, odnosno oni s većom dozom samopouzdanja daleko će lakše preživljavati krizne situacije u kojima se nađu dok labilne ličnosti postaju podložne stresu koji na njih može ostaviti vrlo tragične posljedice. Osim teških oboljenja kojima su podložne labilne osobe su takođe često sklone i suicidu kao drastičnom načinu rješavanja vlastitih problema. Sva istraživanja koja su vršena na tu temu pokazuju da je suicid u zemljama u tranziciji u velikom porastu, a da nije adekvatna reakcija društva na te zastrašujuće pojave izazvane stresom.

3. MJERE ZA PREVAZILAŽENJE STRESA

Već smo ranije konstatovali da su društva u tranziciji generatori stresa i da su stresu izloženi najširi slojevi stanovništva. Mjere zaštite od stresa možemo svrstati u širem smislu u dvije grupe i to:

- društvene mjere,
- individualne mjere.

Društvene mjere su skup radnji koje preduzima društvo na zaštitu najširih slojeva stanovništva od uticaja nepovoljnih ekonomskih i socijalnih prilika u zemlji, koje bi se mogle negativno reflektovati na život i zdravlje stanovništva. Te mjere podrazumijevaju preduzimanje raznih pozitivnih zakonskih mjera i rješenja koje će eliminisati i ublažiti nastanak kriznih situacija. Neki od najvažnijih dokumenata su: strategija privrednog razvoja, strategija zapošljavanja, strategija socijalnog zabrinjavanja i socijalne sigurnosti građana, te adekvatna zdravstvena zaštita. Odgovorna vlast, je ona koja se brine o svim svojim građanima, te je dužna da pravovremeno poduzme sve neophodne radnje na zaštitu cjelokupnog stanovništva od komplikacija u društvu koje mogu izložiti stanovništvo velikim stresovima kao što su nezaposlenost, rat, terorizam i neadekvatna socijalna i zdravstvena zaštita.

S druge strane individualne mjere su one mjere koje sam čovjek preduzima na očuvanju svoje psihičke i fizičke stabilnosti u predstresnim i stresnim situacijama.

Prema pomenutoj Džordžiji Vitkin rani znaci upozorenja mogu spasiti život onima koji shvate značaj tih simptoma i odmah preduzmu neophodne radnje na zaštitu svoga zdravlja.⁷ Rani fizički simptomi kao bol u grudima mogu nas upozoriti na mogućnost infarkta, mjeseci srčane aritmije na poremećaje u radu srca, mučnina i gorušica na pojavu čira, visok krvni pritisak na mogućnost moždanog udara i sl. Pošto se promjene ponašanja izazvane stresom mogu uočiti jer se ponavljaju

⁷ Dž Vitkin, *Op. cit.* str.74-75

i uglavnom su iste kod neke osobe, one mogu biti najkorisnije od svih ranih upozorenja na pojavu stresa.

Stoga bi svako trebao da prepozna stres pojavom prvih znakova zabrinutosti i napetosti koje opažamo u svom okruženju. Isti bi trebali što hitnije prići analizi uzorka stresa, ocjeni stanja i metodama koje se primjenjuju za eliminaciju stresne situacije.

Ovom prilikom citirat ćemo uvaženog Emila Kuea koji naglašava moć autosugestije u prevazilaženju stresa stalnim ponavljanjem rečenice: Svakog dana, u svakom pogledu, meni je sve bolje i bolje.⁸ Ovaj interesantni autor u knjizi „Kako gospodariti sa sobom“ veliku pažnju pridaju moći auto sugestije.

Već smo naglasili da je gubitak radnog mjesta vrlo stresna situacija koja se kod većine poslodavaca sprovodi rutinski, bezosjećajno i često nezakonito, zato bi potrebno bilo posebno naglasiti da je važno zakonski urediti postupak otpuštanja radnika s posla i da se on ispravno i zakonito sprovode.⁹ Isto tako s otpuštenim radnicima moraju raditi timovi psihologa da ih sprovedu kroz najteži period njihovog života, a vlasti su dužne ponuditi rješenja za nastanak njihove životne egzistencije. Svakako brzo iznalaženje novog posla je najbolja terapija koje društvo mora da osigura svojim građanima, kako se ne bi osjećali napušteno, besperspektivno, posegli za alkoholom, drogama ili u krajnjem slučaju izvršili suicid. Nažalost zemlje u tranziciji nemaju dovoljno ekonomske snage da obezbijede nivo socijalne i zdravstvene zaštite kako bi bile u prilici da pomognu svojim građanima u teškim i stresnim situacijama.

ZAKLJUČAK

Ekonomska kriza i tranzicija društva doveli su do pada privredne aktivnosti te naglog porasta nezaposlenosti i osiromašenja većeg dijela stanovništva. Pokazalo se indikativno da tranzicija društvenog vlasništva u privatnu svojinu nije kvalitetno kreirana i kontrolisana i ista je za posljedicu imala veliki gubitak radnih mjesta što je uzrokovalo pojačanom stresa najširih slojeva stanovništva.

Stres je bolest savremenog čovjeka i istom društvo mora dati poseban značaj je stres predstavlja generator velikog broja bolesti pogubnih za čovjeka i u krajnjoj konsekvenci može da izuzetno skupo košta društvo. Iz tog razloga je evidentno da značaj proučavanja stresa treba aktuelizovati u zemljama zahvaćene krizom i tranzicijom.

Borba protiv stresa mora dobiti nacionalni značaj za koji se moraju izdvojiti značajna finansijska sredstva, jer je stres psihofizičko stanje u koje čovjek zapada u otežanim prilikama i situacijama, što rezultira velikim troškovima zdravstvenog sistema i umanjuje radnu sposobnost radnika. Saglasno s navedenim potrebno je formirati stručne timove za prevenciju i borbu protiv stresa.

Svaki pojedinac treba promatrati svoju okolinu, ponašanje bližnjih i biti prava pomoć u stresnim situacijama, kako bi se spriječile post komplikacije stresa i nastajanje ozbiljnih bolesti, ubistava ili suicida.

U vremenu ekonomske krize i tranzicijskog perioda potrebno je angažovanje psihologa u svim kompanijama i ustanovama kako bi isti analizirali ponašanja radnika i rukovodioca s ciljem da utvrde psihičko stanje pojedinca, te da na vrijeme reaguju u slučaju eventualne pojave stresa različitog načina postanka (mobing, preopterećenje na poslu, nezdravi uslovima rada, opasnosti zbog neadekvatne zaštite na radu i sl.).

⁸ E. Kue, *Kako gospodariti sa sobom*, Beograd, Beoknjiga, 2011, str. 17.

⁹ Prema, S. Alvey, S Robbins, *Otpuštanje radnika*, Beograd, Data Status, 2009.

Posebnu pomoć treba pružiti radnicima koji su pred kraj radnog vijeka ostali bez posla kao i mladim osobama koje bezuspješno traže posao jer je kod pomentih osoba opasnost od stresa najizraženija.

Saglasno sa prednjim potrebno je i izvršiti edukaciju najširih slojeva stanovništva kako bi prepoznali stres kod sebe ili nekog drugog. Ovo iz razloga jer je upoznavanje ljudi izloženih stresu s mogućnostima samokontrole i autosugestije značajan korak u borbi protiv stresa.

Važno je takođe sagledati socijalno-ekonomske dimenzije stresa u široj društvenoj zajednici, tj. zemalja koje je zahvatila ekonomska kriza i tranzicija, jer iste mogu dovesti do kolektivne apatije i beznađa, što je vrlo opasno za daljni razvoj društva.

Na kraju potrebno je naučne interdisciplinarne napore usmjeriti na prevenciju stresa i mogućnost njegove kontrole, da bi se štete od stresa svele na podnošljiv nivo i izbjegle negativne posljedice.

LITERATURA

1. Adler, A.(1963): *Poznavanje čovjeka, osnove individuanne psihologije*, Beograd, Kosmos
2. Cerović, B.(2012): *Tranzicija - Zamisli i ostvarenja*. Beograd, Ekonomski fakultet
3. Krugman, P. (2012), *Okončajmo ovu depresiju odmah Helkis*, Beograd, Interkomerc
4. Marković, D. Ž. (2009): *Globalistika i kriza globalne ekonomije*, Beograd, Grafiprof
5. Milić, A. (2007): *Osnove psihologije sa psihologijom organizacije*, Banja Luka
6. Moyer, J.and Ehrhardt, A. (1972): *Man and Woman, Boy and Girl*, Baltimore: Johns Hopkins University Press
7. Nieberg, H. (1993): *Qouted in „Combating Stress for the Unemployed*, “by P.Singer, New York, *The New York Times*
8. Nikolić, S. (1995): *Psihologija*, Zagreb, Prosvjeta
9. Ote, M. (2006), *Slom dolazi*, Banja Luka, Romanov
10. Rot, N (1978): *Socijalna interakcija*, Beograd, *Savez psihologa Srbije*
11. Tomeković, T. (1978) *Psihologija rada*, Zagreb, SNL-Sveučilišna Naklada Liber
12. Uvalić, M. (2012): *Tranzicija u Srbiji - ka boljoj budućnosti*, Beograd, *Zavod za udžbenike*
13. Vitkin. Dž. (2009): *Kako preživjeti stres*, Beograd, Alnari
14. Vlajkić, J. (1992): *Životne krize i njihovo prevazilaženje*, Beograd, Nolit
15. Zvonarević, M. (1976): *Socijalna psihologija*, Zagreb, Školska knjiga