

YORGUNLUK TÜKENMİŞLİK VE KAPİTALİZM*

PROF. DR. HÜSEYİN ÖZEL**

ÖZET

Yazı, yorgunluk ve tükenmişlik kavramlarının kapitalizmin gelişmesiyle ilişkisini sorgulamaktadır. Bu amaçla, öncelikle yorgunluk ve tükenmişliğin kavramsal incelemesi yapılarak, piyasa ekonomilerinin gelişimi ile yorgunluk arasındaki ilişkiler, tarihsel bir bakış açısıyla ele alınacak, bu bakımdan, özellikle içinde yaşadığımız "küresel" dönemdeki gelişmelerin, yorgunluğun yaygınlaşmasında etkili olup olmadığı sorusuna yanıt aranacaktır. Yazının temel savı, yorgunluğun insan yaşamını kökünden etkileyen bir "hastalık" duruma gelmesinin, kapitalizmin gelişiminden ayrı düşünülmemesi gerektiğidir.

Anahtar sözcükler: Yorgunluk, tükenmişlik, kapitalizm, piyasa, küreselleşme.

ABSTRACT

The present paper attempts at understanding the relations between the notions of fatigue and burnout and the development of capitalism.

With this aim, the paper focuses first on the conceptual issues inherent in the notions of fatigue and burnout, then the relations between the development of capitalism and the changes in the perception of the notion of fatigue from a historical perspective. In this regard, special emphasis will be given to the question of whether the developments in the "global" phase of capitalism have been contributing to the fact that fatigue and burnout have become widespread in this global phase of capitalism. Basic argument of the paper is that it is the development of capitalism itself that causes the facts of fatigue and burnout have become a "malaise" in our contemporary world.

Keywords: Fatigue, burnout, capitalism, market, globalization.

GİRİŞ

Yorgunluk, insan fizyolojisinin doğal bir sonucu olsa da, modern yaşamın hızlı temposunun yaşadığımız yorgunluğu daha da artırdığını, hat-

*Bu çalışma, Özel (2003)'ün geliştirilmiş biçimidir.

**Hacettepe Üniversitesi İktisat Bölümü, ozel@hacettepe.edu.tr.

ta zaman zaman yaşamımızı sürdürmemizi bile zorlaştırdığını söylemek de mümkün görünmektedir. Özellikle küreselleşmenin hız kazandığı günümüz dünyasında yorgunluk konusundaki yakınmalar artmış görünmektedir. Öyle ki, artık "kronik yorgunluk sendromu" resmi olarak bir hastalık diye kabul edilmiş, hatta Hollanda gibi kimi ülkelerde kronik yorgunluk sendromu yaşayanların sosyal güvenlik yardımlarından yararlandırılması uygulamasına bile geçilmiştir. Genel olarak, çalışan nüfusun yaklaşık %20'sinin şu ya da bu nedenle yorgunluktan yakınmaya yol açacak belirtiler gösterdiği kaydedilmektedir. Bu konuda yapılan değişik çalışmalar, kullanılan yöntemlere bağlı olarak, yorgunluğun çalışan nüfusun %7 ile %45'i arasında değişen oranlarda yaygın olduğunu göstermektedir (Van Dijk ve Swaen, 2003: 1). Örneğin Hollanda'da, 2003 yılında, çalışanların %25'inin yaygın olarak yorgunluktan yakın oldukları kaydedilmektedir (De Vries, v.d., 2003).

Aslında, yorgunluk (fatigue) kavramının Batı dillerindeki etimolojisinin 350 yıldan daha eski olmaması, kavramın yalnızca fiziksel enerjinin harcanmasıyla ortaya çıkan doğal bir durumu dile getiriyor olmasının ötesinde, kültürel ve sosyal boyutlara da sahip olduğunu düşündürmektedir (Pala, 2003: 99). Bu bakımdan, sözü edilen dönemin aynı zamanda kapitalizmin gelişiminin ivme kazandığı bir dönemi de niteliyor olması, piyasa sistemi ile yorgunluk anlayışları arasındaki ilişkilerin dikkate alınma-

sının gerekli olduğu düşüncesini de beraberinde getirmektedir. Öyle ki, piyasa ekonomilerindeki gelişmişlik düzeyinin artışı ile birlikte yorgunluk yakınmalarının da arttığını, hatta yorgunluğun artık modern çağın normal bir parçası olduğunu da söylemek mümkün görünmektedir. Bu yüzden bu yazıda, yorgunluğun toplumun genelini etkileyen bir sorun olma niteliği ile çağdaş dönemdeki ekonomik ve sosyal etkenler arasında bir ilişki olup olmadığı sorusuna yanıt aranmaktadır. Bunun için önce yorgunluk kavramının tanımındaki güçlüklerle işaret edilecek; sonra piyasa ekonomilerinin gelişimi ile olan ilgisi dikkate alınacak; son olarak da içinde yaşadığımız "küresel" dönemdeki gelişmelerin yorgunluğun yaygınlaşmasında etkili olup olmadığı sorusuna yanıt aranacaktır.

1. YORGUNLUK VE TÜKENMİŞLİK OLGUSU

Yorgunluğu ele alırken ilk aşamada, fiziksel yorgunluk ile ruhsal ya da zihinsel yorgunluğu birbirinden ayırmak gerekir. Böyle bir ayırım aslında, hem felsefi hem de dinsel düşüncelerin genel olarak insanı ruh (ya da zihin) ile beden birliğinden oluşan bir varlık diye görmelerinin bir sonucudur (Güzel, 2003: 75). Fiziksel yorgunluk dikkate alındığında, genel olarak organizmanın giriştiği etkinliklerin sonucunda ortaya çıkan yorgunluğun organizma için yararlı olduğu bile söylenebilir. Çünkü yorgunluk, organizmanın dinlenmesinin gerekli olduğu uyarısını yapan bir negatif geri besleme düzeneğinin

parçası olarak kendini göstermekte, dolayısıyla da organizmanın kendisini yenilemesini sağlamaktadır. Bu anlamıyla yorgunluk, organizmanın etkin bir biçimde işlemesini de sağlamaktadır; çünkü organizma, fiziksel etkinliğin sonucunda ortaya çıkacak yorgunluk sayesinde mümkün olan en az çabayla en çok etkinliği gerçekleştirmeye yönelmektedir. Bu bakımdan yorgunluk, doğadaki "en az eylem" ilkesinin işleyişini sağlayan temel bir mekanizma olarak da görülebilir. "Doğa bir hedefe erişmek için her zaman mümkün olan en kısa yolu seçer" deyişle dile getirilen bu ilke, doğada ya da en azından canlı varlıkların dünyasında, yorgunluğun vazgeçilmez bir rolünün olduğunu göstermektedir. Yorgunluk yalnızca insan yaşamı için değil, bütün canlı varlıkların yaşamı için zorunlu olan bir geri besleme mekanizması sağladığından, varlıkların fiziksel etkinliğinin hem biçimini hem de niteliğini büyük ölçüde belirlemektedir.

Buna karşılık daha patolojik nitelikte olan, "asteni" adı verilen yorgunluk, fiziksel bir etkinlikle bağıntılı değildir; dinlenme yoluyla da geçmez. Astenide kişi, sürekli yorgunluğun yanısıra isteksizlik ve güdülenme eksikliğinden de yakınmaktadır. Astenin yalnızca %20 kadarının organik nedenlerden kaynaklandığı, kalan %80'inin ise psikojenik ve yaşam biçiminden kaynaklanan nedenlerle açıklandığı ileri sürülmektedir (Candansayar ve Coşar, 2003:). Buna karşılık doğrudan psikiyatrik müdahaleyi gerektirebilecek bir asteni biçimi olan "nevrasteni" ise, sinir sisteminin

zorlanması dayalı fiziksel ve ruhsal yorgunluk, nedeni belli olmayan bedensel ağrılar, uykusuzluk, sindirim güçlükleri, çarpıntı ve ateş basması gibi belirtilerle tanımlanmaktadır (Bayam, 2003:31). Bugünlerde ise, bir hastalık olarak yorgunluğun iki yeni tanımından da söz etmek yerinde olacaktır.¹ İlk olarak, yorgunluğun nedenlerini fiziksel ve organik etkenlerde arayan "kronik yorgunluk sendromu", ikinci olarak da daha çok ruhsal etkenleri vurgulayan "tükenmişlik" (burnout) olgusu. Kronik yorgunluk sendromunun nasıl tanımlanacağı konusunda da tartışmalar bulunmasına karşın, esas olarak yorgunluk yakınmalarının kronikleşmesi, yani en az altı ay süreyle bu yakınmaların sürmesi hastalığın ayırıcı özelliğidir. Genel olarak kronik yorgunluk sendromunu tanımlayan iki tür ölçütten sözedilebilir (Bayam, 2003:38). İlk gruptaki majör ölçütler, yorgunluğun kalıcı olması, fiziksel etkinlik ya da egzersize bağlı olmaması, dinlenmeye geçmemesi, kişinin günlük yaşam etkinliklerinde önemli azalmaları tanımlamaktadır. İkinci gruptaki minör ölçütler, bellek kaybı ve konsantrasyon bozukluğu, baş, boğaz, kas ve eklem ağrılarının varlığı, egzersiz sonucunda ortaya çıkan, ancak 24 saatten daha fazla süren hal-

¹ -Yine de, asteni, nevrasteni ve kronik yorgunluk sendromunu kesin hatlarla birbirinden ayırmak pek mümkün görünmemektedir; hatta bu üç kavramın aşığı yukarı aynı anlama geldiği söylenebilir. Aralarındaki en önemli fark, bu kavramların değişik zamanlarda tıp literatürüne girmiş olmasıdır. Örneğin nevrasteni, daha 1869 yılında George Beard adında bir nörolog tarafından tanımlanmışken, kronik yorgunluk sendromu ise çok daha yeni, çağdaş bir tanım olarak kullanılmaktadır. Kavramın tıbbi boyutuna ilişkin kavram kargaşası için bkz. Candansayar ve Coşar (2003).

sizlik durumunun yaşanması gibi belirtileri dikkate almaktadır. Buna karşılık, yorgunluğun kavranmasında daha çok ruhsal boyuta ağırlık veren tükenmişlik kavramı, kişinin yaptığı işten kaynaklandığını düşündüğü güdülenme eksikliği, mesleki etkinlik ve verimliliğin azalması, işyerindeki sinik tutum ve davranışlarla tanımlanan bir bıkkınlığa, duygusal bakımdan yaşanan çözülmeye göndermede bulunmaktadır (Huibers v.d., 2003).²

Görüldüğü gibi yorgunluk, hem fiziksel hem de ruhsal boyutlar arasındaki karmaşık ilişkilere dayanmaktadır. Yorgunluğun değerlendirilmesinde standart bir ölçünün bulunmaması, kullanılan değişik yöntemlerin de değişik sonuçlar vermesine yol açmaktadır. Bu konuda yapılan en yaygın çalışma türü olan anketlerde yorgunluk farklı biçimlerde tanımlanıyor olsa da, genel olarak yorgunluğun hem fiziksel hem de zihinsel boyutu birlikte ele alınmaktadır. Buna göre yorgunluk, kişinin ruhsal ve fizyolojik durumunda, yapılan işin gerektirdiği yükün fiziksel ve zihinsel enerji harcama yoluyla gerçekleştirilmesinin giderek güçleşmesine yol açan, olumsuz bir değişme olarak tanımlanmaktadır. Bir başka deyişle yorgunluk olgusu, hafif yorgunluk yakınmalarından "kronik yorgunluk sendromuna" kadar süreklilik gösteren bir yelpaze içinde dikkate alınmalıdır. Bu bakımdan, özellikle yorgunluğun çalışma üzerindeki etkileri incelenirken, "tü-

kenmişlik" (burnout) olgusunun da gözden kaçırılmaması gerekmektedir. Öyle ki, tükenmişlik duygusunun hastalık izinlerinin önemli bir kaynağı olduğu, çalışan nüfusun %4.2'sinin bu sorunları yaşadığı kaydedilmektedir (Huibers v.d., 2003).

Günümüzde böylesine yaygınlık kazanan yorgunluk olgusu, tanımlanmasındaki ölçütler farklılık gösterse de, yalnızca fiziksel yorgunluğun ötesinde, hatta belki de daha fazla, zihinsel yorgunluk ile kişinin duygusal olarak yaşadığı, çalışmaya karşı ortaya çıkan bıkkınlık ya da "tükenmişlik" (burnout) olgusunu da içermektedir. Tükenmişlik duygusunun yaygınlık kazanmasıyla, yorgunluk artık yalnızca kol emeğine dayanan işlerde çalışan, yani "mavi yakalı" işçiler için doğal görünen fiziksel yorgunluk olarak değil, "beyaz yakalılar" yani daha üst kademelerde çalışan işadamları, profesyoneller ve yöneticiler için de geçerli olan doğal bir durum haline gelmiş gözükmektedir. Böyle bir olgu, ister istemez yorgunluğun yalnızca fiziksel bir sorun olmaktan ziyade, sosyal bir nitelik taşıyıp taşımadığı sorusunun da sorulmasına yol açmıştır.

1970'lerde Amerikan psikolog Herbert Freudenberger tarafından tanımlanan "tükenmişlik" (burnout) sendromunun, örneğin depresyonun tersine, tanımlanmasındaki ve teşhisindeki güçlük yüzünden ne kadar yaygın olduğu da tartışmalıdır. Bir diğer nokta da, tükenmişliğin belirtilerinin stres ve kaygı belirtileriyle karıştırılmasıdır. Yine de, üç temel başlıkta toplanabilecek kimi belir-

2-Bu çalışmada ele alınan yorgunluktan yakınma yüzünden hastalık izni alan 151 işçinin %43.7'si kronik yorgunluk sendromu bulguları gösterirken %50.3'ü tükenmişlik belirtileri göstermektedir.

terleri ayırdetmek mümkün görünmektedir (NCBI-PubMed, 2003). İlk olarak, aşırı yorgunluk, düşük enerji, mide ve karın ağrısı gibi fiziksel semptomları da içeren duygusal tükenme; ikinci olarak, kişinin işini giderek olumsuz ve engelleyici görmesi, iş arkadaşlarından uzaklaşması, daha da sinik olması gibi tutumları içeren iş etkinliklerine yabancılaşma; son olarak da, gündelik işleri yerine getirirken konsantrasyon kaybı, yaratıcılığın yitirilmesi gibi olumsuz etkileri içeren azalan performans. Tükenmişlik konusunda verilen bir tanım, "iş gereği yoğun duygusal taleplere maruz kalan ve sürekli diğer insanlarla yüz yüze çalışmak durumunda olan kişilerde görülen fiziksel bitkinlik, uzun süreli yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının, yapılan işe, hayata ve diğer insanlara karşı olumsuz tutumlarla yansımaları ile oluşan bir sendrom"dur (Maslach, Jackson, 1981: 99; aktaran: Karsavuran, 2014: 136). Tükenmişlik tanımı içerisinde, başarısızlık duygusu, yorgunluk, duygusal tükenme, yaratıcılığını kaybetme, işe bağlılığı yitirme, çalışma ortamına yabancılaşma ve uygunsuz davranışlara girme, bulunmaktadır (Karsavuran, 2014: 137).

Yorgunluk ve iş arasındaki ilişkileri incelemek için yapılan en geniş kapsamlı araştırmalardan birisi olan ve 45 Hollanda şirketindeki 12,140 çalışanın katıldığı 1998 tarihinde başlatılan ve üç yıl boyunca sürdürülen Maastrich Çalışması, çalışan nüfus içerisinde rastlanan uzun süreli yorgunluğun yaygınlık ve şiddetini inceleme ile bu olguyu yaratabileceği düşünülen risk faktörlerini ortaya çı-

karma amacı gütmektedir (Kant v.d., 2003). Çalışmada, sözkonusu faktörlere ilişkin olarak, çalışma ortamı, yaşam biçimi gibi psiko-sosyal etkenler de dikkate alınmıştır. Bunun nedeni, yorgunluğun kaynağı olarak yalnızca çalışma ortamının özelliklerinin (işin içeriği, çalışma koşulları) değil, kişilerin özel durumlarının (evlerindeki ortam ve ilişkiler gibi) ve bireysel niteliklerinin (genel sağlık durumu, yaşam biçimleri, alışkanlıkları vs.) de rol oynadığının görülmesidir.

Bu çalışmaya göre, yorgunluk üç temel alandan ve bu alanlar arasındaki etkileşimlerden kaynaklanıyor görünmektedir; işyerinden kaynaklanan etkenler, aile yaşamından kaynaklanan etkiler ve sosyal etkiler. Çalışmada, yorgunluğu ortaya çıkardığı düşünülen iş ortamıyla ilgili özellikler, işin içeriği, işyerindeki kişisel ilişkiler, istihdam ve çalışma koşullarının yanı sıra,³ işin kişi tarafından nasıl algılandığı, profesyonel desteklerin varlığı ve iş örgütlenmesi de dikkate alınmaktadır. Ev içindeki durum ile sosyal etkenler arasında kişinin özel durumu, boş zamanını değerlendirme biçimleri, gündelik işleri, kişinin yaşamında ortaya çıkan olaylar dikkate alınırken, bireysel özellikler arasında yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sağlık durumu, yaşam biçimi gibi özellikler dikkate alınmaktadır. Çalışmanın temel bulgusu, uzun süreli yorgunluğun çalışan nüfus arasında sürekli bir dağı-

3- Çalışma koşullarıyla ilgili olarak yapılan bir başka çalışmada, yorgunluk düzeyleri ile işçilerin vardiya ustülü çalışmaları arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre, gündüz vardiyasında çalışan işçilerin yaşadığı yorgunluk, haftada üç ve beş vardiya değiştiren işçilerin yaşadığı yorgunluğa kıyasla daha az olmaktadır. Bakınız: Jansen v.d. (2003) ve Rosa v.d. (1998:150).

lim gösterdiği. Farklı işkollarında kaydedilen yorgunluk düzeyindeki farklılıklar da, yorgunluk ile çalışma ortamı arasındaki ilişkilerin güçlü olduğunu düşündürmektedir.

Bir başka bulgu, yorgunluğun psikolojik zorluklarla, özellikle tükenmişlik duygusuyla (burnout) da yakından ilişkili olduğudur. Yorgunluğun etkileri bakımından, yorgunluk ile işten izin alma ve iş görememe arasında da önemli bir bağlantı olduğu ortaya çıkan bir diğer bulgudur.⁴ Bunun yanında, yorgunluk ile işyerinde ortaya çıkan iş kazaları arasında da bir bağlantı gözlenmektedir (Swaen, v.d., 2003). Yine de, burada işkolunun niteliği, işyerinin fiziksel koşulları, işin niteliği ve kişisel özellikler (alışkanlıklar, yaşam biçimi vs.) gibi etkenlerin sözkonusu olması, iş kazalarının nedeni olarak yorgunluğun tek başına belirleyici olmadığını düşündürmektedir. Ancak ne olursa olsun, yorgunluğun hem verimlilik kayıplarının açıklanmasında, hem de çalışma yaşamındaki zorlukların açıklanmasında önemli bir rolü olduğu gözden uzak tutulmamalıdır.

Bu noktada akla gelen bir diğer soru, yorgunluğu ekonomik etkileri bakımından incelemek, onu bir neden olarak görmek yerine, kronik yorgunluk ve tükenmişlik duygusunun ortaya çıkışının çağdaş dünyadaki, özellikle 1980'lerden bu yana ortaya çıkan gelişmelerin bir sonucu olup olmadığı sorusudur. Ancak bu sorunun yanıtının verilebilmesi için, piyasa sisteminin gelişimi ile yorgunluk yakınmalarındaki artış ara-

sında ne tür ilişkilerin olduğu sorusunun ele alınması gerekmektedir. Bu bakımdan, aşağıda önce kapitalizmin insanlığın yorgunluğa bakışını ne ölçüde değiştirdiği, sonra da yorgunluğun algılanmasındaki değişmelerle, kapitalizmin gelişimi arasındaki ilişkilerin neler olduğuna bakılacaktır.

2. YORGUNLUK VE KAPİTALİZMİN GELİŞİMİ

Aslında hem fiziksel hem de ruhsal yorgunluğun belirli bir toplumsal ve ekonomik yapıda ortaya çıkan bir durum olmadığı, genel olarak insan türünün her dönemde yaşadığı bir sorun olduğu açıksa da, yorgunluğa ilişkin kavrayışların zaman içerisinde değiştiği söylenebilir. Bu bakımdan, genel olarak yorgunluğun daha çok çağdaş toplumda bir yakınma haline geldiği, bunun da esas nedeninin, piyasa ekonomisine dayanan çağdaş uygarlığın çalışma ve emek harcamayı eski toplumlara göre daha farklı değerlendirmesi olduğunu ileri sürmek mümkün görünmektedir. Çok kabaca, çağdaş toplumun çalışmayı neredeyse yaşamın temel amacı haline getirmesi olgusunun, yorgunluk yakınmalarının artmasında hatırı sayılır bir rol oynadığı inkar edilemez.

Aslında, yorgunluk daha çok bir sonuçtur; kişi, örneğin çalışmaktan ya da daha genel olarak yaşamaktan yorgun olabilir (Güzel, 2003). Bu bakımdan, yorgunluk kişinin yaşam biçiminden ya da yaşamı boyunca taşımak zorunda olduğu yükten kaynaklanıyor olabilir. Örneğin, Aristoteles için insan yaşamının te-

4-Bu konuda bir başka kaynak için bkz. (van Amelsvoort v.d., 2002).

mel hedefi "mutluluğa" (eudaimonia) ulaşmaktır; ancak onun için mutluluk bizim bugün anladığımız anlamda daha çok tüketimden sağlanan tatminden ötede, etik bir sorun diye görülmektedir. Buradaki mutluluk, kişinin sahip olduğu potansiyelleri gerçekleştirme ve bu potansiyelleri geliştirmesi, kısaca kişinin "anamlı" bir yaşantı sürmesi diye görülmektedir. Böyle bir mutluluk ise, kişinin "kendine yeterli" olması biçiminde anlaşılır, bu da bütünüyle kişinin içinde yaşadığı topluluğun kendine yeterliliği ile ölçülür. Bu bakış açısında, örneğin servet biriktirmek amacıyla girilen ya da para sermayenin kullanıldığı etkinlikler (tefecilik gibi) ahlaki bakımdan istenir değildir, çünkü toplumun kendine yeterliliğini, dolayısıyla da toplumun varoluşunu tehlikeye atma potansiyeline sahiptir. Zenginleşen kişi, toplumun geri kalanının ihtiyaçlarını dikkate almayıp yalnızca bencil güdülerle etkinliklerini sürdürdüğünden, ahlakdışı davranışlar içine giriyor demektir.

Bu bakış açısına göre kişi, bir topluluğun (ya da kent devletini tanımlayan polis'in) parçası olduğu sürece, topluluğun kendisi için öngördüğü yaşamı amaçladığı ölçüde bireysel mutluluğa erişecektir. Aristoteles için yalnızlıktan hoşlanan kişi, ya bir hayvandır ya da tanrı; insan olamaz. Bu ise kişinin her zaman toplumun gereksinim ve beklentilerine göre bir yaşam sürmeye çalışmasının ahlaki bakımdan istenir bir yaşam biçimi olduğunu düşündürmektedir. Kolayca görülebileceği gibi, böyle bir

bakış açısının kişi üzerine yüklediği sorumluluk, yaşamın hem fiziksel hem de ruhsal bakımdan daha zor olmasına yol açmaktadır. Başka deyişle yorgunluk, kişinin "mutluluğa" ulaşmasının kaçınılmaz bir bedelidir. Benzer bir bakış açısı, önemli farklılıklara rağmen, örneğin, varoluşçu felsefede de bulunabilir.⁵ Bu anlayışa göre insanlar dünya üzerine "fırlatılıp atılmışlardır". Kişi yaşamı boyunca sürekli olarak kendini yeniden biçimlendirmektedir. Kişinin her yaptığı, onun varoluş biçimi, giderek onun insani niteliğini de belirler. Dünyada böylesine yalnız bırakılmış olan, kendi yolunu bulmak zorunda olan kişinin taşıdığı, davranışlarının ahlaki sonuçlarını dikkate alan sorumluluk duygusu ise onun özgür olmasının bir bedelidir. Kişi istediği gibi davranırsa bile sonunda kendi yaşamını, ancak bu dünyada yapıp ettikleriyle anlamlı kılabilir. Bu da, yine kişinin taşıdığı yükün ve sonuç olarak ortaya çıkması neredeyse kaçınılmaz olan, yorgunluk ve tükenmişlik duygusunun yaşamın ayrılmaz bir parçası olduğunun bilincine varma yol açmaktadır.

Yine de, geleneksel düşünce biçimlerine göre eğer bu yük, kişinin taşıması gereken bir yük ise, yani bu yükü taşımak kişi için ahlaki bakımdan anlamlı ise, onu taşımaktan yorgunluk duymaması, aksine kendini hafiflemiş ve daha özgür hissetmesi beklenen bir durumdur. Bu yük, örneğin, kişinin dinsel ya da siyasal inançlarından, dünya görüşünden, içinde yaşadığı ve kendisini diğer insanlarla bağlantılı hissettiği, yaşa-

5-Varoluşçu felsefe için bkz.: Sartre (1993).

minı anlamlı kılması için gereksinim duyduğu toplumun kendisinden geliyorsa, bir yük sayılmamalı, aksine bir ödül olarak değerlendirilmelidir. Bu durumda kişinin böyle "doğru" bir yaşam sürüyor olması, yaşamını anlamlı kılacaktır. Tersine, "doğru" bir yaşama sahip olunmadığı düşüncesi, kişinin özellikle ruhsal açıdan önemli olan yorgunluk, bıkkınlık ve tükenmişlik duygusuna girmesi sonucunu verecektir. Burada önemli olan, kişinin hangi türden "yüklerin" onun için anlamlı olacağına karar vermesidir. Bunun dışındaki, kişiye dışarıdan dayatılan yükler, doğal olarak onun yorgunluk ve bıkkınlığını artırmaktan başka bir işe yaramaz.

Felsefi bakımdan yorgunluk daha çok ahlaki bir sonuç olarak ortaya çıkmasına karşın, piyasa sisteminden önceki geleneksel toplumlarda yorgunluk yaratacak türden, daha çok fiziksel etkinliklerin ahlaki bakımdan pek de istenir olmadığı düşüncesinin yaygın olması, ilginç bir durumdur. Bu bakış açısına göre çalışmak zorunluluğu duymamak, bilfiil emek harcayarak çalışma yükümlülüğünden azade olmak, daha çok toplumun üst katmanlarına özgü bir ayrıcalıktır. Örneğin, eski Yunan toplumlarında çalışmak, daha çok kölelere ya da kent devletinin vatandaşı olmayanlara özgü bir etkinlik olarak görülmekteydi. Hatta Aristoteles bile, ellerin kullanılarak yapıldığı ve bedenin yorulmasına yol açan mesleklerin en kötü, ahlaki olarak da en aşağıda olan meslekler olduğunu düşünmektedir. Bedensel çalışmaya karşı duyulan horgörme, sanatlar için bile geçerlidir. Örneğin,

Aristoteles heykeltraşların, bilfiil bedensel çabaya dayanan işgörmeleri yüzünden, kent devleti vatandaşlığına alınmamaları gerektiğini düşünmekte; buna karşılık ressamların vatandaş olabileceğini öngörmektedir. Yani, aylıklık hakkına sahip olmak, özgürlüğün ve vatandaşlığın bir göstergesidir (Arendt, 1959: 73). Yunanca "aylaklık" (skholē) sözcüğü emek harcamaktan ve zorunlu nitelikteki çalışmadan özgür olmayı ifade etmektedir (Arendt, 1959: 303). Hatta batı dillerindeki "okul" (İngilizcede "school") ve araştırmacı (scholar) sözcüklerinin kökeninin de bu "aylaklık" (skholē) sözcüğü olduğu zaman zaman ileri sürülmektedir. Esas olarak "bilgelik sevgisi" olan felsefenin ve yönetim ile politika gibi zihinsel yönü ağır basan etkinliklerin de "aylakların" bir ayrıcalığı olması, bu toplumlarda bedenen çalışmanın ne kadar horgörüldüğünü ortaya koymaktadır. Çalışmak, ancak köleler, serfler vs. gibi toplumun aşağı tabakalarına özgü bir durumdur. Onların da yorgun olup olmaması önemli değildir; çünkü bu durum hem doğa düzenine uygundur; hem de ahlaki bakımdan doğrudur. Bedensel çaba gerektirmeyen işler, yönetim, siyaset, sanat vs. hep ayrıcalıklı kesimin, soyluların hakkıdır. Bu faaliyetler ise yorgunluk yaratmamakta, aksine yaşamın anlamını ortaya çıkarmaktadır.

Buna karşılık kapitalizm, eski toplumlarda horgörülen çalışma, emek harcama etkinliğini öne çıkaran, hatta onu kutsayan bir bakış açısına sahiptir. Bu konuda akla gelebilecek en önemli örnek, Max Weber'in protes-

tan ahlakı ve kapitalizm arasında-ki ilişkileri dikkate alan ünlü eserdir (Weber, 1997). Weber'e göre protestan inancında, özellikle Kalvinizmde önemli bir yer tutan "meslek" (calling) düşüncesi, kişinin tanrı tarafından yapmaya "çağrıldığı" iştir (Weber, 1997: 69). Bu anlayışa göre kişi, işinde ne kadar çok çalışır ve işinde ne kadar başarılı olursa, tanrının gözünde de o kadar muteber demektir. Eski dönemlerde para kazanmanın ve emek harcamanın horgörülmesine ve ahlaki bakımdan yanlış olduğunun düşünülmesine karşın, bu yeni bakışa göre çalışmak, sadece zenginlik gibi maddi ödülleri değil, manevi ödülleri de beraberinde getirmektedir. Böyle bir anlayış değişiminin de esas olarak sermaye birikimine dayanan kapitalizmin gelişiminde ne kadar önemli bir rol oynayabileceği gözardı edilemez. Bu yeni anlayışa göre, emek harcaması sonucu ortaya çıkan yorgunluk, bir eziyetten çok bir ödül diye görülmemektedir. Bu durumda, sistemin kendini sürdürebilmesi insanların çalışmalarına bağlı olduğundan, yorgunluk yakınmalarının artması ile sistemin gelişmesi arasında ilişki kurmak çok da mantıksız görünmemektedir.

Piyasa sisteminin emeğe yönelik bu tutumu, aynı zamanda çalışma ile boş zaman arasındaki ayrımın da kurumlaşması sonucunu vermiştir. Eski toplumalarda aylaklık bir ayrıcalık diye görülürken, şimdi artık toplumun her üyesi, hangi katmandan gelirse gelsin çalışmak ve karşılığında yaşamını sürdüreceği ödülleri,

yani kazancı elde etmek zorundadır. Bu bakımdan çalışma ile boş zaman arasındaki ayrım, bir anlamda aylaklık hakkının toplumun her kesimi için geçerli olan bir hak ve esas olarak çalışmanın bir ödülü olduğunu göstermektedir. Bu ayrım, aslında çağdaş toplumun demokratik niteliğinin de bir göstergesidir. Çalışmak bir yükümlülük iken, aylaklık ya da çağdaş terminolojiyle "boş zaman", bir ödüldür; herkesin bu ödüle erişme hakkı, hem ahlaki olarak hem de yasal olarak tanınmıştır. Bu bakımdan piyasa sisteminde, boş zaman etkinliklerindeki gelişme, çalışmanın ödülleri eski toplumlara göre daha fazla ve daha çeşitli olması sonucunu vermektedir. Kişi ne kadar çok çalışırsa o kadar maddi (ve aynı zamanda bir işe yaradığı duygusuyla manevi) ödüle kavuşur. Bunun yanı sıra, teknolojinin gelişimi ile çalışma zamanının kısalması, tatil olanakları ve eğlence sektörü gibi kişinin boş zamanını artıran ya da onu dolandıran etkinliklerin artışı da bu ödüllerin değerini artırmaktadır. Bu etkinliklerin miktarının ve kalitesinin artması, kişileri çalışmaya yönelten önemli bir güdü haline gelmektedir. Bu durumda yorgunluk, bu ödüllerin bir bedeli diye görülmemektedir. Zaten çağdaş iktisat teorisinin gerisindeki mantık da aslında budur.

İktisat teorisinin bakış açısından, yorgunluğun çalışmanın doğal bir sonucu olduğu, iş sonunda elde edilen sosyal ve ekonomik ödüllerle telafi edildiği söylenebilir. İktisat teorisine göre, insan çalışma ile boş zaman arasında bir tercihte bulun-

mak zorundadır; çalışmanın getireceği maliyet olan yorgunluk ve başka etkinliklere zaman ayıramamanın, çalışmadan elde edilecek kazançlarla karşılanması gerekmektedir. Bu bakımdan kişinin ne kadar süre çalışacağını belirleyen, çalışmayla elde edilen kazançlar ile bunun getireceği maliyetlerin dengelenmesi olacaktır. Başka deyişle, çalışmak ya da çalışmamak, bütünüyle kişinin kendi tercihine bağlı olmaktadır. Boş zaman, esas olarak kişinin harcadığı emek gücünü yeniden üretmesi için gerekli olan zamandır. Bu süre içerisinde kişinin işten kaynaklanan yorgunluktan kurtulup yeniden işe döndüğünde aynı verimliliği sürdürmesini sağlayacak şekilde kendisini yenileyebilmesi beklenir. Dolayısıyla, iktisat teorisine göre yorgunluk, aslında genel bir iktisadi ilkenin bir sonucudur: bir fayda elde edilmesi için mutlaka bir maliyete katlanılmak zorundadır. Eğer yorgunluk artık kişinin normal işini sürdürmesine engel olacak kadar artmışsa, yapılması gereken şey, çalışma saatlerini azaltıp boş zamanı artırmak (ya da daha az yorucu bir iş bulmak) ve yorgunluğu giderecek önlemler (dinlenme zamanının artırılması, boş zaman etkinlikleri vs.) benimsemektir. Yine de, çalışmanın kendi başına bir amaç haline getirilmiş olması, özellikle günümüzde uzun sürelerle devam eden ve yalnızca boş zamanın artırılması yoluyla giderilemeyecek hale dönüşmüş olan kronik yorgunluk ve tükenmişlik olgularının yaygınlaşmasına da yol açmıştır. Böyle bir durum ise, giderek kişinin çalışma yaşamını

da olumsuz etkiler hale gelmektedir.

Uzun süreli, kronik yorgunluğun çalışma yaşamı bakımından kimi olumsuz etkileri bulunmaktadır. Herşeyden önce kronik yorgunluk, işgücünün verimliliğinde önemli kayıpların ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Bu bakımdan, kişinin performansındaki azalma ve yorgunluğun neden olduğu hastalık dolayısıyla alınan izinler sonucu ortaya çıkan üretim kayıpları, verimliliği olumsuz yönde etkilemektedir. Bunun yanında, üretim miktarında bir değişme olmasa bile, üretilen mal ve hizmetlerin kalitesindeki olası düşmeler de bir başka olumsuz etkendir. Ayrıca, kişinin kendisini mesleki olarak yetersiz hissetmesi, depresyon eğiliminin artması, kendi özel ve sosyal yaşamında da sıkıntılarının ortaya çıkması, hatta kişinin normal bir yaşam sürdürmesinin giderek daha da zorlaşması gibi daha önemli sorunlar da, kronik yorgunluğun etkileri arasında yer almaktadır.

Yine de, çalışma ile yorgunluk arasındaki ilişkiye, sadece ekonomik açıdan bakmak, özellikle zihinsel yorgunluk ve tükenmişliği de kapsayacak biçimde tanımlanan yorgunluğun aslında kişisel, ekonomik ve sosyal etkilerin karşılıklı etkileşimi ile ortaya çıktığı gerçeğini gözardı etmektedir. Dolayısıyla, konuya daha geniş bir bakış açısından, sosyal, ekonomik ve kurumsal özellikler arasındaki etkileşimler açısından yaklaşmak gereklidir.

Çalışma etkinliği, genel olarak insan ihtiyaçlarını karşılayacak mal ve hizmetleri üretmek için harcanan fiziksel ve zihinsel çabaların toplama

mi olarak anlaşılabilir. Buna karşılık meslek, düzenli bir gelir (ücret ya da maaş) karşılığında yapılan iş olarak tanımlanabilir. Bu tanımla çalışma ve meslek piyasa ekonomilerinde ekonomik yaşamın temelini oluşturmaktadır.⁶ Piyasa sisteminde bir işte çalışmak, herşeyden önce kişinin kendi tüketimini gerçekleştirme- si, yaşamını sürdürebilmesi için bir zorunluluktur. Bunun yanında çalışmak, kişinin yaşamı boyunca edindiği deneyim ve becerilerin hem önemli bir kaynağı hem de bu deneyim ve becerilerin değerlendirilebileceği bir alan niteliğindedir. Çalışmanın bir başka önemli tarafı, kişinin kimliğinin belirlenmesinde oynadığı vazgeçilmez rol ve bu kimlik ya da çalışma sonucu sahip olduğu sosyal konumun ona başka insanlarla girdiği sosyal ilişkilerde sağladığı yararlarıdır.⁷ Özellikle kişinin kendisine bakışı ve özgüveni, yaptığı işte gösterdiği performansla da yakından ilişkilidir. Bu yüzden insanlar çalışırken zorunlu olmanın ötesinde kendi kimliklerini oluşturmak için de çaba göstermektedirler. Bu durumda çalışma yaşamının örgütlenme biçiminin, kişinin hem özel hem de sosyal yaşamını yakından etkilemesi doğaldır. Dolayısıyla çalışma yaşamında ortaya çıkan kronik yorgunluk, yapılan işin ötesinde kişinin bütün yaşamını da etkiler hale gelmektedir.

Kapitalizm ve sanayileşme olgusunun çalışma yaşamı bakımından en önemli yönü, çalışma yaşamının artık ev ortamıyla sınırlı olmaktan

çıkarılıp, fabrika sistemi biçiminde fiziksel olarak ayrı ortamlara taşınması olmuştur. Böyle bir geçiş ise zamanın öneminin eskisine kıyasla çok daha fazla artmasına ve yapılacak işlerin düzenli hale getirilmesiyle çalışma zamanının kişinin yaşamının geri kalanından ayrılarak, kendi başına önem kazanmasına yol açmıştır. Aslında bu değişim, büyük ölçekli üretimin rasyonel ve düzenli bir biçimde örgütlenmesini gerektiren piyasa sisteminin başlangıcından beri kendisini duyuran bir olgu olmuştur. Örneğin, Ortaçağın sonlarında, zamanın, güneşin doğuşu ve batışı gibi doğal olaylar tarafından belirlenen ritminin terkedilerek, çalışma yaşamının merkezinde bulunduğu üretimin gerektirdiği ritm tarafından belirlenen ve "vakit nakittir" özdeyişiyle anlatılan bir olgu olarak yaşanmasına yol açmıştır.⁸ Hatta, artık uyanırken gerçekleştirilen etkinliklerin günün yirmidört saatine yayılmasıyla, gece ile gündüz arasındaki ayrımın bile pratik olarak ortadan kalktığı söylenebilir (Giddens, 1999:173-74).

Bu gelişme, yukarıda belirtildiği gibi, çalışma zamanı ile boş zaman arasındaki ayrımın kurumlaşmasını nitelemektedir. Ancak böyle bir ayrım, kişinin yaşamının odak noktasının, kendi başına bağımsız bir varlık kazanan çalışma zamanı haline gelmesi demektir. Çünkü çalışma yaşamında gösterilecek performans, kişinin özel yaşamından sosyal iliş-

8-Zaman kavrayışındaki değişmeye verilebilecek ilginç bir örnek, bir baraj inşaatında çalışan Hopi kızılderi- lerinin zaman anlayışı ile inşaatı yürüten yetkililerin zamanın ardışıklığına dayanan zaman yönetimi anlayışı arasındaki çatışmanın baraj inşaatını aksatmış olmasıdır. (Pala, 2003:101).

6-Anthony Giddens, *Sociology*, London: Polity Press, 1994, s. 376.

7- İbid, s. 375.

kilerine kadar bütün bir yaşamını etkilemekte ve giderek kendisi de bu yaşamdan etkilenmektedir. Bu ise uzun süreli yorgunluğun, etkileri bakımından kişinin bütün yaşamını etkileyecek bir duruma gelmesi sonucunu vermektedir. Aslında böyle bir durumun, piyasa sisteminin temelinde yer alan örgütlenme modeli ile teknoloji düzeyinin doğal bir sonucu olduğu da söylenebilir.

Fabrika sisteminde üretimin örgütlenmesi, özellikle de yirminci yüzyıl başından itibaren montaj hattı tipi üretimin ağırlık kazanması, hem çalışma yaşamının hem de sosyal yaşamın daha da katı bir biçimde düzenlenmesiyle, yaşamın genel ritminin daha da hızlanmasına yol açmıştır. Montaj hattı tipi üretime dayanan "Fordizm" ve "Taylorizm" uygulamaları, sanayi üretim ve teknolojisinin işçi verimliliğini artırmak ve böylece üretimi yükseltmek amacıyla uygulanmasını gerektirmekteydi. Bu örgütlenme biçiminde, işçilerin sıkı bir gözetim altında tutulması, yapılan işin küçük ve standartlaştırılmış parçalara bölünerek üretimdeki her bir aşamanın kontrolünün artırılması ve işbölümünün, yapılacak işlerin niteliğinin açık bir biçimde tanımlanması yoluyla hızlandırılması sözkonusudur. Ne var ki, bu uygulamalar, işçilerin yaptıkları işlerin tek düze hale gelmesine yol açarak, kişinin yaptığı iş üzerindeki kontrolünün ortadan kalkmasını, kişinin kendisini güçsüz ve yalıtılmış hissetmesine yol açarak, hem yaptığı işe hem de kendisine yabancılaşmasını artıran bir unsur olmuştur. Böyle bir ör-

gütlenme biçiminin ise yorgunluğu ve özellikle tükenmişlik duygusunu artıran bir etken olması şaşırtıcı olmamalıdır. Bu tür bir sistemin yaratacağı durumu, Adam Smith çok öncesinden görmüş; kişinin belirli bir işte uzmanlaşmasının, onun bir tür "yaşayan otomat" haline, "genellikle bir insanın olabileceği maksimum ölçüde aptal ve cahil hale gelmesine yol açacağı" belirtmişti.⁹

Bununla birlikte, böyle bir yabancılaşma durumunun, yalnızca fabrika sisteminin doğasından kaynaklanmadığı, piyasa ekonomilerindeki sosyal yaşamın ayrılmaz bir parçası olduğu da ileri sürülebilir (Rittersberger-Tılıç, 2003: 67-71). Bu bakımdan, yabancılaşmanın kişinin yaratıcılığının, yalnızca üretim bantlarındaki hareketlerine indirgenmesi biçiminde anlaşılmasının ötesinde, böyle bir sürecin sonucunda insanların hem kendi kendilerine hem de toplumdaki öteki insanlara yabancılaşmayı da içerdiğini söylemek mümkün görünmektedir. Toplumun genelini etkileyen bir olgu olarak yabancılaşmanın, hepsi de birbiriyle ilişkili olan dört biçimi olduğu söylenebilir (Hunt, 1979: 304). İlk olarak birey kendi ürettiği ürüne karşı yabancılaşır; ikinci olarak, birey kendi üretken etkinliğine yabancılaşır; üçüncü olarak, birey içinde kendi kimliğini oluşturduğu, insani olanaklarını gerçekleştirmesini sağlayan kendi üretken etkinliğine yabancılaşması sonucunda kendi insanlığına yabancılaşır; son olarak da birey, toplumdaki diğer insanlara yabancılaşır, yani onları ken-

9- Aktaran: Marx, *Capital*, cilt 1, Harmondsworth: Penguin, 1976, s. 482.

di çıkarı için kullanabileceği "araçlar" olarak görmeye başlar. Dolayısıyla, yabancılaşma, yalnızca üretim teknolojisine bağlı olarak ortaya çıkmamakta; bütün bir piyasa ekonomisinin kurumsal yapısı ile onun öngördüğü düşünce biçimlerine dayanmaktadır. Bu bakımdan, böyle bir genel yabancılaşma durumunun, piyasa sisteminin, kişinin geleneksel toplumda bir bütün olarak algılanan yaşamını, çalışma ile boş zaman arasındaki bölünmede olduğu gibi, farklı alanlara ayırarak bu yaşamın bütünlüğünü parçalamasından ve kişinin giderek kendi yaşamı üzerindeki kontrolünü yitirmesinden kaynaklandığı da söylenebilir. Böyle bir durumda kişi artık bir sistemin "dişlisi" haline gelmiş ya da "şeyleşmiştir", yani onun temel görevi, "şeylerin" üretimini sağlamak ve bu yaşamının bu "şeyler" tarafından kontrol edilmesine göz yummaktır.

Yukarıda anlatıldığı gibi, insanların zamanının çalışma ve boş zaman biçiminde ayrılması esas olarak piyasa sistemine özgü bir durumdur. Böyle bir ayırım ise aslında piyasa sisteminin, toplumu iki temel kurumsal alan, yani "ekonomik" alan ile "sosyal" (ya da "politik") alanlar temelinde organize etmesinden kaynaklanmaktadır. Kendi fiyatını belirleme özelliğine sahip olan her bir tekil piyasanın bir diğerine bağlanarak oluşturduğu piyasa sistemi, bütün politik ya da ekonomi dışı etkilere bağımsız işlemek zorundadır. Bu sistemden daha önce, insanların ekonomik etkinlikleri, sosyal ilişkilerden ya da özünde ekonomik nitelikte olmayan unsurlardan bağımsız

olması anlamında, toplumun geri kalanından kurumsal olarak ayrılmış nitelikte değildir. Geleneksel toplumlarda piyasanın oluşturduğu ekonomik alan, sosyal alanın kontrolü altında iken piyasa sisteminde piyasa kendi kendine işler nitelikte olması, sosyal ya da politik alandan herhangi bir müdahale ile karşılaşmamalıdır. Bu da giderek kendi kendini düzenleyen bir piyasa sisteminin ortaya çıkışının, toplumun kurumsal olarak başlıca iki alana, ekonomik ve "politik" alanlara ayrıştırılmasını, ya da çağdaş terminolojiyi kullanırsak, sivil toplum ile "politik" toplum (devlet) arasındaki ayırımın kurumlaştırılmasını gerektirdiğini ortaya koymaktadır (Polanyi, 1944: 71).

Bu türden bir kurumsal yapının ortaya çıkardığı durum, kişinin artık "ikili" bir yaşam sürmeye zorlanıyor olmasıdır. Piyasa alanında yalnızca bir "atom" olarak davranan, kendi çıkarı peşinde koşan birey, "sosyal" alanda aynı zamanda diğer insanlarla ekonomik temellere dayanmayan ilişkiler içinde yer alacak, diğer insanlarla sosyal bağlarını yaşama ya da pekiştirmeye çalışacaktır. Başka deyişle kişi, çalışma zamanını piyasanın alanında geçirirken, "boş zaman" etkinliklerini, en temelinde ailenin yer aldığı bu sosyal alanda gerçekleştirecektir. Üretim sürecinin ve örgütlenmesinin "akılcılaşması" ile el ele giden bu süreç, kişiyi bir "akılcı ekonomik insan"a, homo oeconomicus'a dönüştürmektedir. Kişi, iktisadi birey olma vasfından ancak piyasa dışında, sosyal alanda kurtulabilir.

Dolayısıyla, piyasa toplumundaki insanın yaşamının birliği bir anlam-

da parçalanmış durumdadır. Böyle bir kurumsal yapının ortaya çıkardığı ekonomik ya da "maddi" alan ile sosyal ya da "ideal" alanlar arasındaki gerilim ve uyumsuzluklar, piyasa ekonomilerindeki sosyal yaşamın kurucu bir unsurudur. Bu toplumdaki "ekonomik" davranışların tümü, yalnızca iki güdüye, açlık korkusu ya da kazanç umuduna dayanmakta, onur, gurur, dayanışma, ahlaki ödev ve yükümlülükler gibi ve diğer tüm güdüler, insanın gündelik yaşamını etkileyen tipik güdüler bile olsalar, günlük ekonomik etkinlikte gereksiz ve anlaşılması güç bir nitelik kazanarak "ideal" terimine sıkıştırılırlar; çünkü bu güdüler üretim sürecinin istikrarlı bir biçimde yürütülmesi için çok da gerekli değildirler (Polanyi, 1947: 100-101).

Bu durum, kişinin kendine ve yaşadığı topluma karşı bakış açısını da etkilemektedir. Modern dönemin başlangıcını niteleyen Aydınlanma anlayışı genel olarak, her sorunun doğru olan tek bir yanıtının olduğu ve insanın sahip olduğu akıl yürütme yetisi sonucu ulaştığı, "doğa yasalarının" bilgisine sahip olarak, hem doğayı hem de toplumu değiştirebilme, istediği gibi biçimlendirebilme gücüne sahip olduğunu varsaymaktadır. Bu kavrayışın doğal sonucu, çevremizdeki varlıkları bütün bu varlıklar potansiyel olarak, bizlerin kendi amaçlarımızı gerçekleştirmek için kullanabileceğimiz varlıklar haline gelir (Taylor, 1985-266). Piyasa toplumlarında, özellikle sanayi ve işbölümündeki gelişmeler sonucunda, insan kendi dönüştürücü gücüne büyük önem atfetmeye başlamış, bu

gücü, hem doğayı hem de toplumu istediği gibi biçimlendirmekte kullanacağını düşünür olmuştur. Bu da, kişiyi ikili bir yaşama sürüklemektedir. Kişi bir yandan iktisadi akılcılığın gerektirdiği türden, kendi çıkarını düşünen, başka insanlara önem vermeyen, kendi kendine yeterli bir "atom" gibi davranırken, öte yandan da, ekonomik alan dışında, başka insanlarla bağlarını sürdürmeye, onları kendi amaçlarına ulaşmak için birer araç gibi görmemeye ve kendisini bir sosyal bir varlık olarak tanımlamaya çalışmaktadır. Çağdaş insan, sahip olmaya, nesnelere üzerinde egemenlik kurmaya ve dolayısıyla araç-amaç türü bir akılcılığı benimsemeye yönelmiş görünmektedir. Ne var ki, insan yalnızca bir homo oeconomicus değil, aynı zamanda da sosyal bir varlık, kendisini bir toplum içerisinde tanımlayan, kendi kimliğini öteki insanlarla girdiği diyalog yoluyla oluşturan, sahip olduğu potansiyelleri ancak bir toplum içerisinde gerçekleştirebilecek olan bir varlıktır da. İnsan, piyasa alanı dışında, kapitalizm öncesi akılcılık biçimlerinin etkilerinin halen sürdüğü sosyal (ya da "politik") alanda iktisadi akılcılığın soğukkanlı, hesaplı yaklaşımından uzaklaşarak, kendisini "anamlı" bir bütünü, ya da bir "cemaatin" parçası olarak görme yoluyla, öteki insanlarla ve genel olarak insanlıkla bağını yitirmemeye çalışır.

Dolayısıyla piyasa sistemi içindeki insan istemese de, kendisini "Dr. Jekyll ve Mr. Hyde" tipi bir yaşam biçimi içerisine sıkışmış görecektir. Her ne kadar bu çelişkinin insan va-

roluşunun ayrılmaz bir parçası olduğunu ileri sürmek mümkün ise de, bu çatışmanın giderek keskinleşmesinin, piyasa sisteminin kurumsal yapısı ve onun dayattığı "akılcı" davranış biçimi sonucu ortaya çıktığını ileri sürmek mantıklı görünmektedir. Böyle bir durumda kalan insan hem kendi çalışmasına hem de toplumdaki diğer insanlara yabancılaşmayı ve giderek kronik bir amaçsızlık, anlamsızlık ve yorgunluk, bitkinlik ve tükenmişlik duygusu yaşayabilir. Bunun temel nedeni, insanın kendisini giderek sistemin bir "dişlisi" olarak görmesi ve kendi potansiyellerini gerçekleştirmek bir yana, yaşamının yönünü bile belirleme gücünden yoksun olduğu duygusunu yaşamasıdır. Bu bakımdan, piyasa sisteminin gelişiminin hızlanmasının, yabancılaşma ve yorgunluk sorunlarında da artışı beraberinde getirdiğini düşünmek çok da yanıltıcı değildir. Çünkü böylesine parçalanmış bir yaşam süren kişinin yorgunluk ile özellikle bıkkınlık ve tükenmişlikten kurtulabilmesi pek mümkün gözükmemektedir. Bu ise, kişinin verimliliğini ve yaşamının kalitesini giderek azaltacağından, sonuçta sistemin işleyişinde de sorunlar yaratma potansiyeline sahiptir. Bu sorunların ağırlığını hissettirmeye başladığı dönem de esas olarak "refah devleti" anlayışının geçerli olduğu dönemdir.

3. REFAH DEVLETİNİN ÇÖKÜŞÜ, KÜRESELLEŞME VE YORGUNLUK

Gerek üretim teknolojisinin gerekse de piyasa sisteminin öngördüğü kurumsal yapının yarattığı, ancak daha çok mavi yakalı işler için geçerli olduğu düşünülen yabancılaşma ve tükenmişlik durumun, kişi yaşamı üzerindeki olumsuz etkilerinin telafi edilebilmesi, dolayısıyla da bunların sahip olduğu, sistemik sorunları ortaya çıkarma potansiyellerinin ortadan kaldırılabilmesi, özellikle II. Dünya Savaşının ardından bütün dünyada uygulanan refah devleti yaklaşımı ile bir ölçüye kadar mümkün olabilmektedir. Refah devleti yaklaşımının özünü, tam istihdam politikası ile toplumdaki herkes için kapsamlı bir sosyal güvenlik şemsiyesinin benimsenmesi oluşturmaktadır. Böyle bir kurumsal yapı bir yandan iş güvencesi garantisi sunarken, işsizlik ya da düşük gelir durumunda devlet yardımlarıyla insanların yaşamlarındaki olumsuz etkileri ortadan kaldırma işlevini 1970'lere kadar sürdürebilmiştir. Bu ortamda işin getirdiği yorgunluk, en azından kişinin kendisini güven içinde hissetmesi yüzünden ruhsal ve sosyal sorunların ortaya çıkmasının engellenmesi yoluyla telafi edilebilir. Ancak böyle bir kurumsal yapının da özellikle ruhsal yorgunluk bakımından ortaya çıkardığı başka sorunlar da bulunmaktadır.

Herşeyden önce, refah devletinin temsil ettiği, toplumun üç önemli grubu ya da karar verici organı, yani iş alemi, işçi sendikaları ve devlet

arasındaki, yüksek ücret, kapsamlı sosyal güvenlik ağı ve tam istihdam biçimini alan uzlaşma, bir anlamda, insanın yaşadığı yukarıda sözü edilen sosyal ve kültürel sorunların yalnızca ekonomik önlemlerle çözülmeye çalışıldığı bir kurumsal yapıyı nitelemektedir. Bu tür önlem ve politikalar, kişinin ekonomik refahının artmasını sağlayabilmişse de, onun yukarıda sözü edilen, bölünmüş, parçalanmış, yabancılaşmış bir yaşam sürmesini engelleyememektedir. Tam tersine, görece refah kazançları, yabancılaşmanın sürmesi ve hatta daha da artması pahasına elde edilmektedir. Bunun anlamı, refah devleti modelinin ayrılmaz bir parçası olan ve kitlesel üretimin sürmesini sağlayabilecek bir kitlesel tüketimin varlığına dayanan "Fordist"¹⁰ anlayışın kişinin giderek daha çok çalışması ve dolayısıyla yorgunluğunun giderek artması sonucunu vermesidir. Fordist yaklaşımın dayandığı böyle bir bakış açısı, kişinin yaşam kalitesinin, esas olarak daha çok çalışma karşılığında elde edebileceği tüketim mallarının miktarına bağlaması, yani kişinin mutluluğunun ölçüsü olarak sahip olunan malların dikkate alınmasını öngörmektedir. Bir başka deyişle, hala ekonomik alan ile sosyal alan arasında sıkışmış durumda yaşayan bireyin bu yabancılaşmış, ikili yaşamı sürüyor olsa bile, sanal bir biçimde nesnelere üzerinde egemenlik kurma çabalarının ve dolayısıyla patolojik bir durum olarak yorgunluğun artışı, bireyin mutluluğunun giderek arttığı biçiminde yorumlanmaktadır.

¹⁰-Fordizm ve Post-Fordizm için bkz.: Lipietz (1997) ve Kumar (1995).

Belki de bundan daha da kötüsü, özellikle gelişmiş Batı ülkelerinde devletin, sosyal güvenlik uygulamaları yoluyla kişinin özel yaşamına ve ailesine yaptığı ve dozu giderek artan müdahalelerinin varlığıdır. Kimi zaman kişinin kendi çocuklarını ondan ayırmaya varacak biçimler alan bu türden müdahaleler, sosyal alanın kişinin emeğini yeniden üretebilmesini sağlayacak bir "sığınak" olma işlevini ortadan kaldırarak, kişinin yaşamının parçalanmışlığını sürdürmesine neden olmaktadır (Lasch, 1977). Bunun yanında, sosyal refah artışının yoksulluğun "maliyetini" de artırıyor olması, belirli yaşam standardının sürdürülebilmesi için kişinin giderek daha fazla çalışmasını, dolayısıyla yaşadığı yorgunluğun ve tükenmişliğin daha da ağırlaşmasına yol açmaktadır.

Refah devleti döneminde ortaya çıkan bir başka gelişme de, işgücü piyasasının yapısında ortaya çıkan değişimdir. Yirminci yüzyıl başlarında işgücü piyasasında mavi yakalı işlerin ağırlığı çok daha fazlayken, bu ağırlık gelişmiş ülkelerde II. Dünya Savaşının ardından daha çok hizmetler sektöründeki beyaz yakalı işlere doğru bir kayma göstermiştir. Bunun yanında ortaya çıkan bir başka eğilim, kadınların giderek artan oranlarda işgücüne katılmalarının gerçekleşmesidir. Bu eğilimin temel nedenleri arasında, kadınların eğitim düzeyindeki yükselme, teknolojinin ev işlerini kolaylaştırması, çocuk bakımı konusunda profesyonel örgütlenmelerin (bakımevi, kreş vs.) gelişmesi gibi etkenler bulunmaktadır. Böyle bir gelişme, geleneksel olarak eve ekmek geti-

ren erkek imgesinin aşınmasına neden olmasının yanısıra, işgücü piyasasının esnekliğini, işler arasındaki geçişkenlik oranını da daha fazla artıran bir unsur olmuştur. Bugün Avrupa ülkelerinde 16 ve 65 yaş arası kadınlar %35 ile %60 arasında değişen oranlarda evlerinin dışında ücretli işlerde çalışmaktadır. Örneğin İngiltere'de 1945 yılında kadınlar işgücünün yalnızca %29'luk bölümünü oluştururken, bugünlerde bu oran %45'lere çıkmıştır. 1997'de İngiltere'deki 25 ile 44 yaş arası kadınların %75'inin ekonomik bakımdan aktif olduğu tahmin edilmektedir (bu oran 1971'de %50'dir) (Giddens, 1994:390). Kadınların ekonomik bağımsızlıklarını elde etmeleri ve boşanma oranlarının artma eğilimi göstermesi de, yalnızca kadın ve çocukların yer aldığı ailelerin artmasına yol açmıştır. Doğal olarak böyle bir gelişme, özellikle kadın nüfus arasında gözlenen kronik yorgunluk yakınmalarını artırma eğilimi göstermektedir. Çünkü kadınların işlerinde yüklenmeleri sorumluluk ve ödevlerin yanında, evlerinde belki de işteki sorumluluklarından daha fazla sorumluluğu olduğu görülmektedir. Özellikle gelişmiş ülkelerde bile ev işleri ve çocuk bakımının esas olarak kadının sorumluluğunda olduğu düşüncesi hala geçerliliğini korumaktadır. Bu durumda ekonomik yaşama katılan kadınların yorgunluktan yakınmalarından daha doğal hiçbir şey olmaz. Bunun yanında, kadınların giderek daha fazla işgücü piyasasında yer almaları, özellikle gelişmiş ülkelerde azaltılmış çalışma saatleri-

ne erkeklere kıyasla daha fazla değer atfetmeleri, bu yöndeki taleplerin artması sonucunu doğurmuş ve yarı-zamanlı (part time) çalışmaya olan talebi de artırmıştır. Dolayısıyla bu statüde çalışanların sayısında 1970'li yıllardan sonra büyük artışlar gözlenmektedir.¹¹ Böyle bir gelişme, aşağıda ele alacağımız bilgi teknolojilerinin gelişmesiyle birlikte "esnek çalışma" ya da "esnek üretim" denen olgunun da hazırlayıcısı olmuştur.

1970'li yıllar aynı zamanda refah devleti uygulamalarının (işgücü piyasasındaki değişimler de dikkate alındığında) kamu maliyesi üzerinde getirdiği devasa yükler ve petrol krizinin de etkisiyle gelişmiş dünyada ortaya çıkan derin bir ekonomik bunalım sonucunda, bütün dünyada terkedilmeye başlandığı bir dönemdir. Bu yeni dönem, çalışanlarla yapılan tam istihdam ve kapsamlı bir sosyal güvenlik biçimindeki "sosyal sözleşme"nin bozulması anlamına gelmektedir (Kapstein, 1996: 16-17). Bu dönemin bir diğer ayırtıcı özelliği, küreselleşme olgusunun temelini oluşturan ve etkileri bugün de devam eden "bilgi devriminin" başladığı dönem olmasıdır. Günümüz küresel dünyasının dayandığı bilgi teknolojilerindeki önemli gelişmenin sonucunda, artık bir "bilgi ekonomisinden" söz etmek de mümkün görülmektedir. Bu bilgi (ya da "ma'lumat") ekonomisi, şu özelliklerle tanımlanabilir (Üşür, 1998:293-320). Öncelikle, "bilgisayar çağı"nın başlatılan "ma'lumat devrimi"nin bir so-

¹¹-Bu gelişmeler konusunda bakınız: Burak Günalp, "Dünyada ve Türkiye'de Esnek Çalışma", *Asomedyay*, Mart 1999, s. 25-40.

nucu olarak, bilim ve teknoloji, giderek artan biçimde üretim, tüketim ve ticaret süreçlerine uygulanmaktadır. Bunun yanında, hem reel milli gelir hem de istihdam içerisindeki ağırlık, maddi üretimden bilgi işleme etkinliklerine kaymaktadır. Bunun sonucunda da, üretim sürecinde, kitle üretiminden esnek üretime bir kayma ortaya çıkmıştır; bu kayma da, yüksek teknolojiyle çalışan daha dinamik küçük ve orta ölçekteki firmaların büyük ölçekli firmaların yerini almaları eğilimini ortaya çıkarmıştır. Her ne kadar çok uluslu şirketlerin dünya ekonomisindeki ağırlığı sürse de, bu şirketler de kendilerini, daha esnek stratejiler benimseyerek piyasaların değişen koşullarına uyarlama zorunluluğunu duymaktadırlar. Bu global ortamda, emek ve sermaye gibi üretim faktörleri, yönetim, piyasalar, bilgi ve teknoloji, ulusal sınırları aşmaktadır. Tüm bu eğilimler, üretim süreçlerindeki değişimleri uyaran ve insanlık tarihindeki en önemli teknolojik yeniliklerden birisi olan bir süreçle, yani bilgiye ilişkin teknolojilerde (mikroelektronik, bilgi işleme, telekomünikasyon vb.) yoğunlaşan devrimle elele gitmektedir.

Bugün artık yalnızca ekonomik yaşamda değil, yaşamın her alanında bilgi teknolojileri kullanımı son derece yaygınlaşmış durumdadır. Örneğin, A.B.D.'de 1995'te hane halklarının %37'sinde kişisel bilgisayar bulunmaktadır; fax makinelerinin oranı ise 1996'da %6'ya ulaşmıştır. 1995 yılında cep telefonlarının sayısı 1992'deki oranın yedi katına çıkmıştır (Newsweek, 1995). Bu devrimin iş yaşamında getirdiği en önemli değişikliklerden

birisi ise, tekdüzeleştirilmiş üretim aşamalarını gerektiren montaj hattı tipi üretimin yerini, bilgi teknolojilerinin yoğun olarak kullanıldığı, grupların ve takım çalışmasının kişilerin yaratıcılık ve inisiyatiflerini daha öne çıkaracak biçimde vurgulanmasına dayanan bir üretim modeli olan esnek üretim modelinin benimsenmesi olmuştur. Bu modelin gereksindiği çalışan tipi artık Taylorizm'de olduğu gibi yalnızca belirli işlerde uzmanlaşmış, yaratıcılıktan uzak bir çalışan değil, kendi çalışma saatlerinin düzenlenmesinde bile söz sahibi olabilen ve bilgisayar kullanımı yoluyla çoklu beceriler kazanabilen bir çalışan tipi olmuştur (Giddens, 1994: 385-86). Esnek üretim dolayısıyla esnek çalışmayı da beraberinde getirmektedir (Günalp, 1999). Birçok gelişmiş ülkede özellikle 1950'lerden başlayarak, haftada 5 gün ve günde 8 saat olarak tanımlanan standart çalışma zamanında önemli değişiklikler ortaya çıkmıştır. Örneğin, çalışma saatlerinin gerek gün gerekse hafta içerisindeki dağılımında önemli değişikliklere gidilmiş ve çalışmaya başlama ve çalışmayı bitirme zamanları konusunda işçilere tanınan esneklik arttırılmıştır. Böyle bir gelişme, aslında tek bir işte geçirilen çalışma süresinde azalmalarla elele gitmektedir. Bunun sendikaların baskısı dışındaki nedenleri arasında, refah devleti uygulamaları sonucunda gelirleri artmış olan çalışanların çalışma zamanını indirmeleri ile özellikle bilgi devrimi sonrasında işlerin gittikçe çok fonksiyonlu ve yüksek verimliliğe sahip çalışan tipini gerektirmesi sonucunda toplam çalışma saati

talebinin azalması sayılabilir. Ancak esnek çalışma daha çok, işçilerin çalışma süresinde değişiklik yaratmadan, mevcut çalışma süresini esnek hale getiren ve yeniden yapılandırılan düzenlemeleri içermektedir. Bu uygulamalar arasında esnek çalışma saatlerinin kabul edilmesi (flexitime) ve yoğunlaştırılmış çalışma haftası (compressed workweek) görülmektedir. Örneğin işçiler, günde standart olarak 8 saat çalışmak üzere, belli bir dönem için (12 ay gibi) işe başlama ve işi bitirme saatlerini kendileri seçebilmekte veya bu saatler günden güne de değişebilmektedir. Diğer bir uygulamada, günlük çalışma saati, belirli dönemdeki çalışma süresi aynı kalmak koşuluyla (örneğin haftada 40 saat), çalışanlar tarafından istedikleri gibi düzenlenebilir. Yoğunlaştırılmış çalışma haftasında ise, 40 saatlik standart çalışma haftası 5 günden daha az gün içerisine sıkıştırılabilir (Günalp, 1999). Bu konudaki bir başka gelişme de, yarım zamanlı çalışmanın yanı sıra, görev paylaşma, gönüllü olarak azaltılmış çalışma saatleri vb. uygulamaların da yaygınlaşmasıdır. Bu gelişmeler kişilerin kendi zamanlarını istedikleri gibi ayarlayabilmelerine, hatta birkaç işte birden çalışabilmelerine ya da işlerini evlerinde yapabileme esnekliği kazandırdığından, genel olarak çalışanların da tercih ettiği gelişmeler olarak ortaya çıkmıştır. Kişiler, işe başlama ve bitirme saatlerinde, hafta içinde çalıştıkları günlerde ve işgücü piyasasına girişi ve çıkışlarında; aile koşullarına, kariyerlerine ve eskiye göre çok daha geniş olan sosyal ilgi alanlarına uygun olacak şe-

kilde daha fazla esneklik ister hale gelmişler, çalışma sürelerindeki indirimlerin hangi şekillerde gerçekleştirildiğine daha çok önem vermeye başlamışlardır. Esnek üretim ve çalışmanın benimsenmesi çalışanlara da büyük bir esneklik sağlamakta, insanların özel yaşamlarına ayırabileceği zamanı artırmasının yanısıra, onlara başka işleri yapabileme olanağı da vermektedir.

Ne var ki, böyle bir gelişme, tam da kronik yorgunluk yakınmalarının doruğa ulaştığı ve durumun bir hastalık olarak tanındığı bir döneme denk gelmektedir. Özellikle çalışma saatlerindeki esnekliğin artmasının bireylerin bu türden yakınmalarının azaltılmasını sağlaması beklenen bir durum olmasına karşın, tam tersinin geçerli olması bir çelişki gibi görünmektedir. Üstelik bu sorun artık Fordist dönemde olduğu gibi yalnızca mavi yakalı işçiler için değil, daha çok işadamları ile beyaz yakalı, üst düzey profesyoneller ve yöneticiler için de yaygın hale gelmiştir; hatta özellikle tükenmişlik olgusunun çoğunlukla bir "Yuppie hastalığı" olduğu da belirtilmektedir (Haight, 2001 ve Hancock, 1995).

Bu durumu açıklayabilmek için 1970'lerden bu yana yukarıda değinilen ve birbirine bağlı üç gelişmeyi, yani bilgi teknolojilerindeki gelişme, refah devletinin gerilemesi ve işgücü piyasasının yapısındaki değişme olgularını birlikte düşünmek gerekmektedir. Öncelikle, yaşanan ekonomik bunalımın ardından sosyal güvenlik şemsiyesinin kapsamının daraltılması ve kadınların işgücüne katılma oranlarındaki artış genel

olarak ailelerin gelirlerinde bir azalmaya yol açmış, bu da insanları, gerekirse birden fazla işte çalışmak ya da aynı işteki performanslarını daha da artırmak biçiminde gerçekleşen, daha fazla çalışmaya yönlendirmektedir. Bunun yanında 1980'lerde yaşanan ekonomik zorluklara yanıt olarak şirketlerin giriştiği yeniden yapılanma çabaları ve küçülmeler (downsizing) de iş güvencesinin ortadan kalkması ve geleceğe yönelik umutların kötüleşmesine yol açarak, insanları, çoğu kez özel yaşamlarından özveride bulunarak, daha fazla çaba göstermeye yöneltmektedir. Bu dönemde Amerika'da iş alemi çalıştırdığı işgücünü neredeyse yarı yarıya azaltmıştır (Hancock, 1995).¹² İşgücü piyasasındaki arz fazlası, esnek çalışma uygulamalarıyla birlikte düşünüldüğünde, insanların artık hem fiziksel hem de zihinsel olarak daha fazla çalışmaları ve dolayısıyla yorgunluklarının artışına yol açmaktadır. Bunun yanında bilgi teknolojilere dayanan ekonominin gelişmesi ve milli gelirin daha büyük bölümünün hizmetler sektöründe yaratılıyor hale gelmesi de bu eğilimi güçlendirmektedir. Çünkü bilgi teknolojilerindeki gelişme genellikle hizmetler sektöründe bilgi işlemeye yönelik işlerin önem kazanmasına yol açmış, bu da insanların daha çok zihinsel yorgunluk ve tükenmişlik yakınmalarının artmasına neden olmuştur (Dinges, 2001). Bu olgunun temel nedeni, yüksek derecede standartlaştırılmış bilgi teknolojilerinin de insanların yaratıcılıklarına fazlaca yer bırakmaması ile yapılan işten duyulan

tatminin azalmasıdır. Bunun yanında, ailede hem kadının hem de erkeğin kariyer peşinde koşmaları, daha uzun çalışma süreleri, daha fazla sorumluluk ve daha az kontrol ile artık çalışma ile boş zaman arasındaki kurumsal ayrımın da aşınması, insanların yaşadığı uzun süreli yorgunlukların önemli bir kaynağı haline gelmektedir. Öyle ki, artık "pek çok insan günde 24 saat, haftada yedi gün çalışıyor; teknik olarak işte olmasalar da" (Hancock, 1995) Bu gelişmeler sonucunda, çalışma etiğinin ve işkolikliğin artık geçer akçe olması da iş yüzünden ortaya çıkan stres, yorgunluk ve tükenmişliğe katkıda bulunan önemli bir etken olarak ortaya çıkmaktadır (Gini, 1998:45).

İşkolikliğin de, tıpkı tütün, uyuşturucu ya da içkide olduğu gibi, bir tür bağımlılık olduğunu söylemek mümkündür. Bu anlamda işkoliklik, kişinin kariyerinin erken dönemlerinde ortaya çıkan ve iş yaşamında başarısı arttıkça işgücü arzını daha da artırmasına yol açan bir çalışma bağımlılığı olarak görülebilir. Böyle bir durumda kişinin çalışma sonucunu katlandığını düşündüğü maliyet (disutility) kendisine giderek daha az görünecektir (Hamermesh ve Slemrod,2005:4). Ancak işkolik daha çok çalışıp dikkatini işine daha fazla yönettikçe, kendi kişisel yaşamı giderek kötüleşmekte, bunun yarattığı rahatsızlık ise kişiyi daha da fazla çalışmaya yönlendirmektedir (Hamermesh ve Slemrod,2005:1). Bu kısır döngü, kişinin yaşadığı rahatsızlık duygusunu aşabilmek için daha çok çalışmayı ikame etmesine, gi-

12-Hancock, "Breaking points", op. cit.

derek çalışmaya daha fazla bağımlı hale gelmesine yol açmaktadır. Bu durum, özellikle profesyonel, yönetici konumundaki insanların yaşadığı yorgunluk ve tükenmişlik duygusunun artmasına yol açmaktadır. Çünkü bu insanlar için önemli olan yükselme, ilerleme çabaları, varolan yöneticilik konumlarının adaylara göre sınırlı sayıda olması yüzünden, bu adaylar arasında giderek artan yoğun bir rekabete de yol açmaktadır (Haight, 2001).

Bu türden bir bağımlılığın, yurtdışında sözü edilen genel yabancılaşma sürecinin bir sonucu olduğunu ileri sürmek mümkündür. Bütün öteki bağımlılıklar gibi işkolikliğinde önemli bir nedeninin, kişinin yaşamının parçalanmasının, kişinin başka insanlarla, toplumla ve hatta kendi yaşamıyla bağını kopması olduğu ileri sürülebilir.¹³ Böyle bir durumun, kişinin aile yaşamı ya da cemaat örüntüleri gibi sığınabileceği alanların giderek daralması ya da daha kötüsü, bu alanların kendilerinin de kişisel çıkara dayanan "ekonomik" özelliklere göre biçimlenir hale gelmesinin arttığı küreselleşme döneminde ortaya çıkması, bir rastlantı olmasa gerektir. Gerek işgücü piyasasında gerekse de genel olarak toplum yaşamında küreselleşmenin sonucu olarak ortaya çıkan bu tür eğilimler, kişinin yaşadığı yorgunluk ve özellikle tükenmişlik yakınmalarının, yaşamın ayrılmaz bir parçası olmasına yol açmış görünmektedir. Başka deyişle, küreselleşme olgusunun yoğun olarak yaşandığı gü-

nümüzde, küreselleşme eğilimleri yarattığı büyük olanaklara rağmen "sanayi sonrası" bir toplumda yaşama olanağına ilişkin iyimserlik giderek yerini insanların genel olarak ekonomik ve sosyal güvenliğine ilişkin yaşadıkları bir kötümserliğe bırakıyor gözükmektedir. Artık, maddi refahın insanların dikkatlerini kendi ailelerine, kültürlerine ve doğa ve korunum için yenilenmiş bir saygıya yönelttiği bir bolluk toplumu düşü yerini yavaş yavaş, umut edilecek en iyi şeyin yabancılaşmış bireylerin "yaşamak için çalışmak" yerine "çalışmak için yaşamak" olduğu ... bir kabus; insanların kendi kimliklerini, benlik duygularını ve sosyal değer duygularını kişisel olmayan, artan bir biçimde değişken olan piyasadan elde edebilecekleri bir dünyaya, aile ve topluluk bağlarının sıklıkla anakronistik, uluslararası rekabetin meydan okuması karşısında "bizlerin" hiç bir zaman göze alamayacağı, etkinliğin karşısındaki duygusal bir engel olduğu bir dünyaya bırakmaktadır. Gerçekte, artan emek piyasası esnekliği istemleri, çeşitli yönetim gurularının genç insanlarımıza düzenli, yaşam boyu sürecek bir istihdamın bu yeni cesur dünyada bekleyemeyecekleri bir lüks olduğunu söyledikleri günlerde daha da keskin bir biçimde artmaktadır. (Bienefeld, 1991:4)

Bütün bu gelişmelerin sonucu da kuşkusuz, stres, kronik yorgunluk ve tükenmişlik yakınmalarının artık insan için bir yaşam biçimi haline gelmesi ve giderek bütün bir sosyal yaşam için tehlike yaratmasıdır.

13-Bağımlılık olgusu ile piyasa sistemi arasındaki ilişkiler için bkz.: Alexander (2001).

Bu ise, kronik yorgunluğun artık basit bir biçimde kişinin kendisine bağlı, kendi seçimi sonucunda ortaya çıkan bir durum olmanın ötesinde, çağdaş yaşamın ayrılmaz bir parçası olarak ortaya çıktığını göstermektedir.

SONUÇ

Kapitalizmin gelişiminin, genel olarak insanların yaşadıkları yorgunluk ve tükenmişlik olgularını giderek ağırlaştıran bir etken olduğunu söylemek mümkün görünmektedir. Yine de, böyle bir durumun kalıcı olduğu, patolojik bir durum olarak yorgunluktan kurtulmanın mümkün olmadığını düşünmek, fazlaca kötümser bir yaklaşım da olabilir. Öncelikle, kapitalizm her ne kadar yorgunluktan yakınmaları artırmış ise de, yorgunluğun giderilmesi açısından da önemli olanaklar sunmaktadır. Çalışmanın karşılığı elde edilecek ödüller (tatil, eğlence, boş zaman etkinliklerinin sayısı ve niteliğindeki gelişmeler), eski toplumlara kıyasla çok daha fazladır. Bu ödüller, özellikle küreselleşme sürecinin yaşandığı günümüzde daha da artmış görünmektedir. Hatta bu olanakların yalnızca maddi unsurlarla sınırlı olmadığı, insan yaşamının manevi taraflarını da dikkate aldığı da söylenebilir. Bu bakımdan küreselleşmenin sağladığı kültürel fırsat ve olanakların artması ve çeşitlenmesi, yorgunlukla başetme stratejilerinin de gelişmesini sağlamış görünmektedir. Özellikle bilgisayar teknolojisi ve internetteki gelişmeler, kişinin artık içinde yaşadığı yerel çevredeki insanlarla etkileşimin sınırları için-

de yer almak zorunda olmadığı, dünyanın herhangi bir tarafındaki başka insanlarla da yaşamını anlamlı kılacak türden ilişki ve etkileşimlere girme fırsatını sağladığı bir durumu ortaya çıkarmaktadır. Bunun yanında, kimi zaman iş yaşamındaki güdülenmeyi artırmak için de kullanıldığı gözlenen fiziksel ya da sportif etkinliklerin, yoga, Feng-Shui vs. gibi uzakdoğu ya da Hint mistik düşüncelerine dayanan anlayış ve etkinliklerin, hemen her konuda başvurulabilecek "destek grupları"nın sayısı ve çeşitliliğinin, kişinin bağlanmışlık duygusunu yaşayabileceği türden "cemaatler" in oluşturulma çabalarının yaygınlaşması gibi ilk bakışta birbirinden ayrı görünen eğilimlerin buldukları ortak bir noktanın, bunların hepsinin az çok, kişinin yaşamını "anlamlı" kılacak, onu yitirdiği logos'u tekrar yaşamının temel yol göstericisi haline getirecek çabaların varlığını gösterdiği söylenebilir. Bu bakımdan, hangi biçimde olursa olsun, kişinin yaşamının parçalanmışlığıyla başetmeyi öğrenmesi, belki de yorgunluk yakınmalarının azaltılmasında temel bir rol oynayabilir.

Ancak ne yazık ki, kapitalizmin, özellikle son krizin ardından, giderek artan bir yoksullaşma, işsizlik, iş güvencesinin ortadan kaldırılması, daha geniş toplumsal katman ve sınıfların yalnızca emekleriyle geçinmeye zorlanmaları, bu kesimlerin sınırları giderek belirsizleşen ve güvencesizlikle tanımlanan "prekaryaya" içerisinde yer almaları, "esnek" istihdam gibi insanın "boş zamanını" artırdığı ileri sürülen, ancak gerçek-

te yaşadığı güvencesizlik ve belirsizliği daha da artıran bir dönemde, yorgunluktan kurtulmak o kadar da kolay görünmemektedir. Gerçekte, günümüz koşullarında basit bir dinlenme ya da hobi etkinlikleriyle geçecek fiziksel yorgunluktan çok daha fazla, sürekli gerginlik, stres ve en önemlisi "tükenmişlik" sendromu altında yaşamak, neredeyse herkes için "normal" bir durum ha-

line gelmiş görünmektedir. İő bulabilmek, iş güvencesi, yeterli gelire sahip olmama, esnek üretim ve istihdam koşullarının yaygınlaşması, yaşamın yükünün taşıyabileceğimizden daha fazla olmasına yol açıyor görünmektedir. Bu durumda da "tükenmişlik" sendromunun kapitalizmin özellikle son döneminin bir "hastalığı" olmasına şaşırılmaması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Arendt, Hannah (1959), *The Human Condition*, New York: Doubleday Anchor Book.
- Alexander, Bruce K. (2001), "The roots of addiction in free market society", *Canadian Centre for Policy Alternatives*.
- Bayam, Göksel (2003), "Psikiyatrik bir belirti olarak yorgunluk", *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday içinde, s. 31.
- Bienefeld, Manfred (1991), "Karl Polanyi and the Contradictions of the 1980s," in Mendell, Marguerite and Daniel Salée, *The Legacy of Karl Polanyi: Market, State and Society at the End of the Twentieth Century*, New York: St. Martin's Press, s. 4.
- Candansayar, Selçuk ve Behçet Coşar (2003), "Asteni kavramının tarihsel gelişimi ve günümüz tıbbındaki yeri," *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday içinde, s. 19-30.
- De Vries, J. ve diğerleri (2003), "Assessment of fatigue among working people: A comparison on the basis of six questionnaires", *Occupational and Environmental Medicine*, June, v. 60.
- Dinges, David F. (2001), "Stress, fatigue, and behavioral energy", *Nutrition Reviews*, v. 59, January, s. 30.
- F. J. Van Dijk ve G.M.H. Swaen (2003), "Fatigue at Work: Understanding How Acute and Chronic Fatigue have an Adverse Impact on the Health of Workers," *Occupational and Environmental Medicine*, June 2003, v. 60, no. 6, s. 1.
- Giddens, Anthony (1994), *Sociology*, London: Polity Press.
- Giddens, Anthony (1999), *Toplumun Kuruluşu, çeviren Hüseyin Özel*, Ankara: Bilim ve Sanat, s. 173-74.
- Gini, Al (1998), "Working ourselves to death: workaholism, stress, and fatigue", *Business and Society Review*, Spring, s. 45.
- Günalp, Burak (1999), "Dünyada ve Türkiye'de Esnek Çalışma", *Asomedy*, Mart, s. 25-40.
- Güzel, Cemal (2003), "Bir sonuç olarak yorgunluk", *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday içinde, s. 75.
- Haight, Alan Day (2001), "Burnout, chronic fatigue, and prozac in the professions: the iron law of salaries", *Review of Radical Political Economics*, vol. 33, s. 189-202.
- Hamermesh, Daniel S. ve Joel Slemrod (2005), "The Economics of Workaholism: We should not have worked on this paper", *NBER Working Paper No. 11566*, August, s. 4.
- Hancock, Lyn Nell (1995), "Breaking Points", *Newsweek*, 6 Mart 1995.
- Huibers, M.J.H. ve diğerleri (2003), "Fatigue, burnout and chronic fatigue syndrome among employees on sick leave: do attributions make the difference?", *Occupational and Environmental Medicine*, v. 60, June 2003.
- Hunt, E. K. (1979). "Marx's Theory of Property and Alienation," in Parel and Flanagan, eds., *Theories of Property: Aristotle to the Present*, Ontario: Canada, Wilfred Laurier University Press, pp. 283-319.
- Jansen, N.W.H. ve diğerleri (2003) "Work schedules and fatigue: a prospective cohort study", *Occupational and Environmental Medicine*, June.
- Kant, I.J. ve diğerleri (2003), "An Epidemiological approach to study fatigue in the working population: The Maastrich Cohort Study", *Occupational and Environmental Medicine*, June 2003, v. 60.
- Kapstein, Ethan B. (1996), "Workers and The World economy," *Foreign Affairs*, vol. 75, No. 3, May/June, s. 16-17.
- Karsavuran, Seda (2014), "Sağlık Sektöründe Tükenmişlik: Ankara'daki Sağlık Bakanlığı Hastaneleri Yöneticilerinin Tükenmişlik Düzeyleri", *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Cilt 32, Sayı 2, 2014, 133-165
- Lasch, Christopher (1977), *Heaven in a Heartless World: The Family Besieged*, New York: W. W. Norton & Company, 1977.

- Lipietz, Alain (1997), "The Next Transformation," *The Milano Papers: Essays in Societal Alternatives* (ed. By Michele Cangiani), Montreal: Black Rose Books, s. 118.
- Marx, Karl (1976), *Capital*, cilt 1, Harmondsworth: Penguin.
- Maslach, C., and S. E. Jackson (1981), "The Measurement of Experienced Burnout", *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- The National Center for Biotechnology Information- PubMed Health (2003), <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmedhealth/PMH0050545/>, Erişim tarihi: 14/2/2015.
- Newsweek (1995) "Always on Call", 6 Mart.
- Özel, Hüseyin (2003), "Yorgunluk, Çalışma Yaşamı ve Küreselleşen Dünya" *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday, içinde, s. 81-96.
- Pala, Şebnem (2003), "Homo Fessus'un Uzun Süren Yolculuğu", *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday içinde, s. 99.
- Polanyi, Karl (1947), "On Belief in Economic Determinism," *The Sociological Review*, vol. 39, Section One, s. 100-101.
- Polanyi, Karl (1944), *The Great Transformation: The Political and Economic Origins of Our Time*, New York: Rinehart & Co., s. 71.
- Rittersberger - Tılıç, Helga (2003), "Bir toplumsal yorgunluk hali: Yabancılaşma", *Yorgunluğun Halleri*, derleyen: S. Candansayar, Ankara: Peday içinde, s.67-71.
- Rosa, Roger ve diğerleri (1998), "Work schedule and task factors in upper-extremity fatigue", *Human Factors*, v. 40, no.1, March, s. 150.
- Sartre, Jean-Paul (1993), *Essays in Existentialism*, Wade Baskin (ed.), New York: Citadel Press, 1993.
- Swaen, G.M. ve diğerleri (2003), "Fatigue as a risk factor for being injured in an occupation accident: results from the Maastricht Cohort Study", *Occupational and Environmental Medicine*, June.
- Taylor, Charles (1985), *Philosophy and the Human Sciences*, (vol. 2 of *Philosophical Papers*), Cambridge: Cambridge University Press, s. 256-59.
- Üşür, İşaya (1998), "Ma'lumat Toplumu ya da Buharlaştan Herşey Katılıyor," *Türk-İş '97 Yılığ*, s. 293-320.
- Van Amelsvoort, L.G.P.M. ve diğerleri (2002), "Fatigue as a predictor of work disability", *Occupational and Environmental Medicine*, v. 59, October.
- Van Dijk, F. J. ve G.M.H. Swaen (2003), "Fatigue at Work: Understanding How Acute and Chronic Fatigue have an Adverse Impact on the Health of Workers," *Occupational and Environmental Medicine*, June, v. 60, no. 6, s. 1.
- Weber, Max (1997), *Protestan Ahlakı ve Kapitalizm*, çeviren: Zeynep Gürata, Ankara: Ayraç Yayınları.

