



Araştırma Makalesi

Neoliberal Birey ve Özbakım Emeği

Canan Urhan*

ORCID: 0000-0001-6069-6634

Öz

Yaklaşık olarak son kırk yıla damgasını vuran küresel neoliberal politikalar devletin sosyal hizmetler konusundaki rolünü ortadan kaldırarak, sosyal hizmetlerin önemli bir parçası olan bakım hizmetlerini bireyin sorumluluğuna indirgemıştır. Özellikle özbakıma ilişkin faaliyetlerin büyük ölçüde sosyal politikalar ve kamusal hizmetler alanından özel alana aktarılması özellikle emeğin yeniden üretimini emeğin kendisine devretmektedir. Sosyal hizmetlerin önemli bir parçasını oluşturan sağlık ve eğitim gibi alanların eşit ve ücretsiz kamu hizmetleri olmaktan çıkarak piyasalaşmasının bakım emeği üzerindeki doğrudan etkisi yadsınamaz olmakla beraber bakım emeğinin metalaşmasının önemli bir yönü de neoliberalizmin yurttaş üzerinde oluşturduğu özbakım zorunluluğu, sağlık, esenlik ve mutluluğun kişinin kendi çabalarıyla ulaşabileceği hedefler olarak sunulması ve özbakımın beşeri sermayeyi artırmaya dönük bir kişisel gelişim düsturu haline gelmesidir. Bu çalışma neoliberal özne kurgusunun gelişimi, özbakımın bu kurgudaki yeri ve söz konusu kurgunun bir ideolojik taşıyıcısı olarak pozitif psikolojinin önermelerini tartışmaya sunmayı amaçlamaktadır.

Anahtar kelimeler: Neoliberalizm, Özbakım, Kişisel Gelişim, Beşeri Sermaye, Pozitif Psikoloji, Maddi Olmayan Emek

Makale Geliş Tarihi: 20.04.2022 Makale Kabul Tarihi: 24.06.2022

* Doktor Öğretim Üyesi, Beykent Üniversitesi, İktisadi İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, cananurhan@hotmail.com



Neoliberal individual and selfcare labor

Abstract

Global neoliberal policies which have made its mark for approximately the last forty years have annihilated state's role on social services and have reduced care services that are a fundamental part of social services to the individual level. The transfer of in particular self-care related activities from the domain of social policies and public services to the private sphere outsources the reproduction of labour to the labour itself. Despite the undeniable direct effect of the marketization and the ceasing of health and education domains that comprise a large portion of social services being equal and free public services, another important aspect of the commodification of care work is neoliberalism's imperative for self-care for citizens, the presentation of health, wellbeing and happiness as targets that can be reached by the person's own efforts, and the turning of self-care into a maxim for personal development in an attempt to increase human capital. This study aims to present the development of the neoliberal subject construct, the place of self-care in this construct and the postulates of positive psychology as an ideological carrier of the aforementioned construct.

Keywords: Neoliberalism, Self Care, Personal Development, Human Capital, Positive Psychology, Immaterial Labour

Giriş

Neoliberalizm, Keynesçi refah devleti ekonomisinin Chicago Okulu prensipleri tarafından alışı edilmesi olarak kısaca tanımlanabilir (Harvey, 2005). En önemli unsuru ise rekabetin üst düzeyde yaşandığı, ekonomik deregülasyon sayesinde serbest ticaretin gerçekleştiği, kamu varlıklarının özelleştirildiği, sosyal refah alanlarında devletin azalan sorumluluğunun gözlemlendiği, insan hizmetlerinin şirketleştiği ile artan yoksulluk, doğal kaynakların hızla yok edilişi, kültürlerin yıkımı ve demokratik kurumların erozyona uğraması gibi sonuçların gözlemlendiği bir serbest piyasadır. Ancak, neoliberalizmin etkisi sayılanlardan çok daha öteye geçmektedir. Neoliberalizm birey olma durumunu, psikolojik yaşantıyı, ahlaki ve etik sorumluluğu, benlik ve kimlik sahibi olmanın tanımını yeniden ortaya koymaktadır.

Neoliberal Girişimci ve Kendinden Sorumlu Birey Kurgusu

Klasik liberalizmde istatistik gibi yöntemlerle nüfus üzerindeki tahakkümün beden üzerinden kurulmasına ilişkin "biyoiktidar" (Foucault, 2007) kavramından neoliberal bireyin bedeni üzerindeki özdenetimini mümkün kılan "kendilik teknolojileri" (Foucault, 1988) yoluyla iktidarın bireyde içselleşmiş duruma geçmesine uzanan devinimi incelemek öznenin inşasının ekonomi-politik boyutlarını anlamak açısından önem taşımaktadır. Neoliberal dönüşümü tartışan öncü yazarlardan Foucault (2008) neoliberal yönetim tarzları ve öznellik arasındaki bağlan-



tıdan detaylı bir biçimde bahsetmektedir. Yönetimsellik terimiyle Foucault genel anlamda bireylerin tutum ve davranışlarını şekillendirip düzenleyen sosyopolitik kurumların özellik ve fonksiyonlarını vurgulamaktadır (Foucault, 2008). Buna göre yönetimsellik, siyasal gücün öznellik ile bağlantısını sağlamaktadır. Foucault yönetimsellik tartışmasıyla özellikle 1970'li yıllarda ortaya çıkan ve 1980'lerde İngiltere ve ABD gibi ülkelerde tamamen yerleşik hale geçen neoliberal siyasi yapılara dikkati çekmektedir. Girişim ve girişimcilik ise Foucault'ya göre, neoliberal sosyopolitik kurumlardan bireysel yaşantının şekillendirilmesi de dahil olmak üzere tüm insan eylem ve deneyimlerine genellenebilecek bir yönetimsellik türü olarak karşımıza çıkmaktadır. Neoliberalizmde piyasa teknolojileri, kişilerin kendi kendilerini yöneten ve dolayısıyla devlet tarafından doğrudan kontrole ihtiyaç duymayan serbest, girişimci bireyler olarak kurgulanmasına aracılık eden mekanizmalar olarak işlev görmektedir. Girişim fikri diğer kurumsal örgütlenme biçimlerine nazaran ekonomik girişimin vurgulanması ile kısıtlı kalmamakta ve aynı zamanda girişim kültürü ile uyumlu inisiyatif alma, kendi ayakları üzerinde durabilme, kendine hakim olma ve risk alma gibi kişisel özellikleri de kapsamaktadır. Foucault'ya göre girişimin dili devletin ekonomik refahı ve bireysel tatmin arasında yeni bir ilişkiye işaret etmektedir. Buna göre, ekonomi özerk bireylerin girişimsel aktiviteleri sayesinde gelişebilir ve insan refahı ancak bireyin kendi yaşantısını girişimci bir şekilde idare etmesi sayesinde ileri seviyeye taşınabilir. Bu bakımdan neoliberalizmi klasik liberalizmden ayırmak önemlidir. Klasik liberalizmde kişiler kendilerini bir emtia gibi değerlendirmekte ve piyasada kapasitelerini emek olarak satabilmekteydiler. Buna karşın neoliberalizmde kişilerin kendileriyle kurduğu mülkiyet ilişkisi bir işin girişimcisi olmaya benzer bir nitelik taşımaktadır. Bireyler kendilerini beceri ve nitelikler gibi bir takım varlıklardan oluşan ve yönetilmesi, idame ettirilmesi, geliştirilmesi ve yatırım yapılması gereken projeler olarak değerlendirmektedirler. Girişimci öznel kendilerini eğitim, sigorta, kişisel sağlık önlemleri gibi bireysel yatırımlarla kurgulayan ve kendilerine bu yollarla değer katan, tatmin, değer, verimlilik, inisiyatif, etkililik, beceriler, hedefler, risk, networking gibi yönetimsel ve edimsel sözdağarcığı ile kendilerini bir ekonomik girişim gibi idare eden, arzu ve hedeflerine ulaşma yolunda psikoterapist, kişisel spor eğitmeni, diyetisyen, yaşam koçu, finansal danışman gibi uzmanların tavsiyelerini benimseyen ve özerkliğini tüketimsel anlamda sınırsız seçenek yoluyla maksimize ve ifade edebilen bireylerdir. Bu bakımdan, klasik liberalizm ve neoliberalizm arasındaki en büyük fark bireylerin ekonomik aktivitelerde yer almanın da ötesinde bu aktiviteleri yaratmalarının beklenmesidir.

Neoliberalizmde birey ile devlet ilişkisine bakıldığında yönetimin bireylere seçenekler sunma ve yaptıkları seçimler konusunda bireyleri sorumlu tutma yoluyla gerçekleşmekte olduğu gözlenebilir. Ancak, günümüzde bireylerin karşılaştığı yaşama dair pek çok seçim riskin devletten bireylere aktarımına yol



açan ve giderek daralan kamu hizmetleri alanının sonucudur. Risk ve belirsizlik yeni kavramlar olmamakla beraber neoliberal ekonomik iklimde kar amaçlı olarak kasıtlı olarak risk alma ile günlük hayata ideolojik olarak sızmış kişisel sağlık, çocukların bakım ve eğitimi, istihdamın artan şekilde tahmin edilemezliği veya yaşlılıktaki maddi-manevi güvencelere dair risk arasındaki ayrım ortadan kalkmaktadır. Artan riskin yanısıra, günümüzde seçim, özerklik ve yalnızca kendine güven gibi kavramlar üzerindeki artan vurgu herhangi bir alandaki başarısızlığı bireyin kendi başarısızlığı gibi çerçevelemekte ve bu başarısızlıkta yalnızca kişinin sorumluluğu olduğu algısı yaygınlık kazanmaktadır. Bireylerin karşılaştığı olumsuz hallerin sadece kendi seçimlerinin ürünü olmadığı ve fırsatlara erişim, önerilen fırsatlardan faydalanabilme kapasitesi, kişisel geçmiş ve yaşamsal aciliyetlerle ilgili bir çok faktörle ilişkili olduğu fikri giderek daha az kabul görmektedir. Neoliberal yönetimsellikte seçim yapmanın bir diğer özelliği seçim yapılabilirlik sonsuz durum ve seçeneğin varlığına rağmen birçok seçimin daha temel seçimleri olanaksızlaştıracak biçimde önceden yapılanmış durumda olmasıdır. Örneğin kredi kartı seçenekleri arasında istediği seçimi yapabilen bir birey uçak bileti aldığı ya da araba kiraladığında kredi kartının olmaması seçenekler arasında yer almaz. Neoliberal toplumlarda seçmemeyi seçme olanağı ciddi şekilde kısıtlı kalmaktadır. Seçeneklerin olduğu fikri ise bireylerin kendilerini sonuçlara götüren yolları rasyonel ve sorumlu bir biçimde seçebilen serbest, özerk aktörler olarak algılamaları ile doğrudan ilişkilidir. Neoliberal ideoloji daha çok seçeneğin daha fazla bireysel özgürlük alanı açtığı ve bireyselliği pekiştiren her şeyin iyi olduğu fikrine ilişkindir. Günümüzde bireyler kendi arzuları ve sorumlulukları dışında seçimlerinin nasıl belirlendiğini görmekte zorlanmaktadır. Halbuki, bireyler ancak birbirlerini belirleyici gündelik hayat pratikleri arasında seçimlerini yapabilmektedirler.

Sosyal refah devletinin dağılması ve küresel piyasa rekabetine dayalı yeni devlet yapısı bireylerin eğitim, sağlık, güvenlik ve güvence gibi konularda yaşamlarının gidişatı üzerinde giderek daha çok sorumluluk almalarını gerektirmektedir. Buna göre bireyler belirli toplumsal koruma mekanizmaları ya da kamu altyapısı hakkında herhangi bir beklentiye girmeyecek biçimde eğitilmelidir. Bireyler piyasanın spontane düzeninin sunduğu özel kaynaklarla kendilerine bakmayı öğrenmek durumundadırlar. Dolayısıyla, neoliberalizm sadece özelleşmiş piyasaları değil aynı zamanda bir kişisel sorumluluk kültürünü de inşa etmektedir. Kişisel sorumluluk kültürünü özellikle son yıllardaki kişisel gelişim furçasında net bir şekilde gözlemlemek mümkündür. Buna göre, bireyler kendi başlarına yaşamlarını nasıl yönetebilecekleri üzerine tavsiyelerle kuşatılmışlardır. Duggan (2002) özelleşme ve bireysel sorumluluğun neoliberalizmin temel taşı olduğunu ve çağdaş politika retoriğine hakim olduğunu belirtmektedir. Bir diğer deyişle, neoliberalizmin kişisel sorumluluğa yaptığı kültürel vurgu özelleştirmeye dair daha geniş bir politik ekonomik bağlama işaret etmektedir. Bağımsızlık ve sıkı çalışmaya yaptığı imayla beraber bireysel sorumluluk, bireylerin hayatlarında



cisimleştirmesi gereken akliselim, olumlu bir kültürel değer gibi görünmektedir. Bireysel sorumluluk her ne kadar bireylerin yaşamlarında önem taşısa da, neoliberalizmin öne sürdüğü bireysel sorumluluk kültürü acımasız ve gerçekçilikten uzaktır. Zira durum ve koşullardan bağımsız olarak, bireylerin kontrolleri dışında dahi olsa başlarına gelenlerden tamamiyle sorumlu olmaları gerektiğinin altını çizer. Bu anlayışa göre, herhangi bir olayın kötü sonuçlanması durumunda birey cevap ve telafi için dışarıya değil kendi içine bakmalıdır. Bu durum ayrıca toplumdaki diğer bireyler için de geçerli kabul edilmektedir. Bu bakış açısı kişisel sorumluluğu kabul eden bireyleri takdir eden ve aksi şekilde düşünen kişileri küçük gören bir anlayışa sebebiyet vermektedir. Duggan (2002) bireysel sorumluluğu kutsayan neoliberal kültürün özelleşmenin yıkıcı sonuçlarını iki şekilde sakladığını belirtmektedir. Öncelikle, bu durum özelleştirmenin yeniden dağıtımına ilişkin amaçları ile servet ve gücün kamudan özel sektöre transferini bulanık hale getirmektedir. Bireysel sorumluluk adı altında yurttaşlar sosyal refah devleti ile bağlarını koparıp piyasaları benimseyerek kendilerini güçlendirme yollarını araştırmaktadırlar. İkinci olarak ise, kişisel sorumluluk eş zamanlı olarak var olan eşitsizlikleri yoğunlaştırmakta ve saklamaktadır. Eğer bireylerin başına gelen toplumsal sıkıntılar sadece bireysel yetersizliklere indirgenirse, kapitalizm, ırkçılık, patriyarka gibi tarihsel yapıların rolünü tartışmak gereksizleşerek kamu politikaları ve programlarında bu tür yapılardan kaynaklanan sorunların çözümüne yer verilmez. Neoliberal hakikate göre, toplumsal problemler, bireysel düzeyde çözümler gerektiren ve bireysel düzeyde problemlerdir. Nihayetinde, daha geniş toplumsal sorunlar hakkındaki bireysel düzeydeki düşünme eylemi tüm topluma ve özellikle toplumsal ayrıcalıkları olmayan ve tarihsel olarak ezilen gruplara zarar vermektedir. Dolayısıyla, kişisel sorumluluk her ne kadar nötr ve tartışma götürmez bir kültürel değer gibi görünse de neoliberalizm bağlamında yoğunlaşmış baskının kendisini görünmez kılan aracı haline dönüşmektedir.

Mülkiyet Edinenden Kendini Değerleyen Neoliberal Bireye Evrim

Neoliberal sosyal ontolojinin en temel özelliklerinden biri insan-aktör olmanın anlamına dair fikirlere ilişkindir. Aydınlanma düşüncesi özneleri, kaderlerini şekillendirebilen ve toplumsal dünyalarını bilim ve akıl yoluyla denetim altına alabilen tarihin eyleyen aktörleri olarak tasvir ederken neoliberalizm insanın temelde bilgisiz olarak anlaşılması gerektiğini ileri sürmektedir. Buna göre, bireyler neyin iyi, adil ya da değerli olduğunu bilemeyip sadece hesap ve tahmin eden, uzman sistemlerin de yardımıyla piyasada karşılaştıkları riskleri bertaraf etme çabasına giren bilgi işlemcileridir. Dolayısıyla derin ya da örtük bilgi yerine enformasyonu işlemek boyutunun öncellenmesine bağlı olarak bireyler toplumu anlamak, eleştirmek ya da değiştirme yönünde teşvik edilmemeli, piyasada rekabet etme yönünde eğitilmelidir. Bireyler sadece rekabet yoluyla özgürlüklerini farkedebilir-



er. Neoliberallere göre bu durum bireylerin kendiliğinden oluşan piyasa düzeninde yerleri ve amaçlarının farkına varması anlamına gelmektedir. Aydınlanma düşüncesinin sunduğu akılcı öznenen neoliberal bilgisiz özneye doğru bu kayma aynı zamanda rasyonel ve kendi çıkarlarını gözetken bir aktörle ilgili yeni bir anlayışa da işaret eder. Hayek'e göre "birey herşeyi bilen bir aktör değildir....muhtemelen biraz rasyonel ancak herşeyin ötesinde cahildir" (Dardot&Laval, 2017: 109) Bir başka deyişle, neoliberal kuramda, akıl ve bireysel çıkar piyasada doğrudan kullanılabilir bir bilgi türüne indirgenmiştir. Dardot ve Laval'e (2017: 110) göre "Piyasa süreci birbirinden ayrı cahil kimselerin etkileşim yoluyla kademeli olarak birbirlerinin durumunu iyileştirecek fırsatları birbirlerine açık etmesine benzemektedir". Buna göre, kişisel çıkar ve akıl dünyayı anlamının bilinçli süreçleri değil piyasanın kurallarına uyma ve piyasayla etkileşimin anlık gelişen, organik çıktılarıdır.

Bilinçsiz kişisel çıkar üzerindeki bu ısrarlı iddiayı destekleyen inanç ise bireylerin insan sermayesinden daha başka bir şey ifade etmedikleridir. Neoliberal birey anlayışına göre bireyler sermaye yatırımları, finansal araçlar ve piyasa kaynakları ve pozisyonlar için diğerleri ile sürekli rekabet halindeki ekonomik aktörlerdir. Esasında, neoliberal hakikat piyasaya en uyumlu olanın yaşamını sürdürdüğü bir Sosyal Darwinist anlayış ile ifadesini bulur. Söz konusu görüş, insanları topluluk ve kolektif yönetime uygun toplumsal ve siyasi aktörler olarak görme eğiliminde olan demokratik idealler ile çelişmektedir. İnsan sermayesi olarak, bireyler piyasadaki eylemleri dışında herhangi bir başka şey bilmek veya düşünmek zorunda değildirler. Anlık gelişen piyasa düzeninde insanlardan beklenen toplumu anlamak ve eleştirmeye ilişkin bilgi değil, rekabet için gerekli piyasa bilgisidir. Dolayısıyla neoliberal toplumsal ontoloji yapısal bir cehaleti aktif bir şekilde teşvik eder. Eşitsizlikler gibi geniş satha yayılmış bilgisizlik ideal toplumsal durumu oluşturmaktadır (Mirowski, 2014). Bireylerin toplumsal politikaları dönüştürme ile ilgili bilgiden mahrum kalması piyasayı toplumsal müşterekler yönündeki düzenlemelerden koruyan en temel unsurlardandır.

Benliğin beşeri sermaye olarak görülmesi fikri liberal içe kapalı yeni bir bireyciliğin işaretidir. Erken dönem liberal öznelik biçimleri kişinin kendisi ile mülkiyete dayalı bir ilişki kurması temelinde şekillenmekteydi. Buna göre, bireysellik ve özgürlük özel mülkiyet ve bireysel haklar çerçevesinde ele alınmaktaydı. Erken liberalleşmede toplum birbirinden farklı toplumsal alanlar şeklinde örgütlenmiş biçimde tasavvur edilmekteydi. Devlet politika ve yönetim alanını, piyasa üretim ve mübadele alanını ve aile özel alanı temsil etmekteydi. Devlet ve piyasa bireylerin kişisel çıkarlarına göre hareket ettiği eril katmanlar iken aile ise feminenlikle bağdaştırılan bakım ve tüketimle ilgili duygusal bir alana işaret etmekteydi. Dolayısıyla ilk etapta liberal bireyciliğin açık bir biçimde maskülen ve burjuva bir ideoloji olması itibarıyla kadınlar, köleler, köylüler ve diğer mülksüz gruplar bireyselliğin hakim algılanış biçimlerinden dışlanmışlardı. Mülkiyete düşük düzeyde erişimleri, kısıtlı haklara sahip olmaları ve muhakeme ve ussal kişisel



çıkarlarını gözetme yetenekleri olmadıklarının düşünülmesi bu anlayıştaki başat sebeplerdir (Duggan, 2002: 5-6). Toplumsal hareketler liberal bireyciliğin kültürel, siyasi ve ekonomik ufuklarını genişletmek için ciddi mücadele vermişlerdir. Tüm bunların yanısıra, yirminci yüzyılda kitlesel tüketimin yükselişi liberal bireycilik ideolojisi düşünüldüğünde endişe verici tarihsel bir gelişme olarak karşımıza çıkmaktadır. Tüketim kültürü feminize olmuş özel alan ile bağlantılı görülmekte idi ve çağdaş küresel kapitalizmin gelişiminde oynadığı merkezi role ragmen çoğunlukla usdışılık, aşırılık ve liberal yurttaşlığın erozyonu ile bağdaştırılmıştır.

Neoliberalizm kişileri mülkiyet ve haklar üzerinden değil insan sermayesi statüleri üzerinden tanımlaması ile bireycilik ideolojisinde bir kaymayı temsil eder. Neoliberal bireyler kendileri ile ilişkilerini kendilerine değer biçerek ve zaman içerisindeki değerlerini artırma girişimleri suretiyle bir yatırım gibi kurmaktadır. O halde neoliberalizm kendilik ile kurulan mülkiyet ilişkisi yerine spekülasyon bir ilişkiyi içermektedir (Feher, 2009). Neoliberal özneler her zaman bilinmeyen bir geleceğe potansiyel risk ve getirileri hesaplama yoluyla yatırım yapmak ve eylemlerinin beşeri sermaye üzerinde değerleyici mi değer kaybettirici mi olduğunu sorgulamak durumundadırlar. Kendini değerleyen birey sürekli olarak varoluşsal bir belirsizlik ve istikrarsızlık altında yaşamını sürdürmektedir. Özgürlük ve başarı bireyin yurttaş olması sayesinde güvence altına alınmaz, bunun yerine gündelik hayatın artan şekilde piyasalaşan bağlamları boyunca iyi seçimler ve doğru yatırımları yapmaya bağlıdır. Sonuçta, neoliberal bireycilik piyasa ya da devletin belirli toplumsal katmanlarına bağlı değildir. Neoliberal özne yaşamının her alanında sadece kendini değerlemeye odaklanmıştır. Başka bir deyişle, kendini değerlemeye dayalı bireycilik yaşamı sınırsız bir büyüme projesine dönüştürmektedir. Beşeri sermaye olarak benlik her zaman geliştirilebilir, maksimize ya da optimize edilebilir. Dolayısıyla böylesi bir proje sonu gelmeyen bir spekülasyon sürecine işaret etmektedir. Kendini yeterli bulma ve kendinden tatmin mümkün değildir çünkü her zaman daha fazla kendilik değerini artırma potansiyeli bulunmaktadır. Piyasada kendini geliştirme ve gerçekleştirme zorunluluğu neoliberalizmin güçlü ve çekici statüko hikayelerinden birini temsil eder.

Spence'in (2015) değindiği üzere bireyin benlik projesinin değerini artırırken yaşadığı telaş ve hareketlilik beşeri sermaye söyleminin yükselişi ile ilintilidir. Beşeri sermaye olarak bireysel hayat bir ekonomik büyüme projesi olarak yaşamak durumundadır. Dolayısıyla kişi o sırada işyerinde olmasa dahi her daim piyasada rekabet için kapasitesini artırma yollarını araştırmalıdır. Bunun sonucunda gündelik hayat ile piyasa arasındaki sınırlar bulanıklaşır. Zira günlük yaşamın sayısız bağlamı yatırım yapılacak, bireyin kendisini ve sermayesini büyütebileceği fırsatlar haline dönüşmektedir. Kendilik, gündelik hayat ve piyasa arasındaki toplumsal yaşamın tüm bağlamlarında gözlenen bulanıklaşma Wendy Brown'ın (Shenk, 2015) deyişiyle neoliberalizmin bireylerin sürekli *homo oeconomicus* olduğu bir dünya yaratmasına sebep olmaktadır. Başka bir dey-



işle, toplum kendini değerleyen bireylere indirgendiğinde bireylerin yaşantısı tamamiyle çalışmaya ve özellikle beşeri sermayeyi üretme ve büyütme yönünde bir emeğe dönüşür. Çağdaş Marksist kuramcıların sosyal fabrika şeklinde isimlendirdikleri (Hardt, 2005; Negri, 1989; Tronti, 2019), olduğumuz ve yaptığımız herşeyin sermaye ya da değer üretim ve sömürsü tarafından kapsandığı koşullar bireylerin hayatını kuşatmaktadır.

Beşeri sermaye söylemi teoride kulağa nötr bir kavram gibi gelse de bu yolla ancak devlet ya da şirketler bireyleri yatırıma değer bulduklarında bireyin varoluşu mümkün kılınır. Bunun dışında her birey potansiyel olarak kullanılıp atılabilen bir nitelik taşımaktadır. Bireyler yurttaş olarak değil piyasa için oluşturdukları potansiyel değer mukabilinde önem taşımaktadırlar. Dolayısıyla kişinin bireylik projesine yaptığı her türlü geliştirici eylem ve kendi kendine gösterdiği bakım beşeri sermayenin ve dolayısıyla dolaylı olarak emeğin bir faktörü haline gelmektedir. Bu bağlamda kişisel gelişim ve özbakım da bakım emeğinin bir türevi olarak çift yönlü bir rol oynar. Birincisi devletin yurttaşlara sunması gereken ve emeğin yeniden üretimini mümkün kılan sosyal hizmetlerin teminini bireylerin sorumluluk alanına devreder ve kamusal olması gereken hizmetleri özelleştirme yoluyla piyasa unsurlarına aktarır. Bu yolla özbakım emeğin yeniden üretilmesi için gerekli ancak metalaşmış bir hal almaktadır. Bu yönüyle, özbakım maddi olmayan emeğin (Berardi, 2009; Lazzarato, 2006) önemli bir bileşeni olmaktadır. İkinci olarak daha önce kişinin kendisine bakımının bir parçası olarak tasavvur edilmeyen pek çok tüketim objesi ve eylem özbakımın sınırları içine girerek Türkçe'ye de doğrudan girmiş wellness (sağlık, zindelik), kişisel gelişim, dayanıklılık, mutluluk gibi bizatihi kişinin koşulları ve sorumluluğundan kök almayan bir takım kavramlar neoliberal ideolojinin makul yurttaş retoriğini güçlendirmektedir. Yaşamın her alanına sızan söz konusu kavramlar öznenin yönetimselliğinin kurulmasında ve hakim siyasi söylemin oluşumunda her daim rol oynayan terapi ve psikoloji bilimleri alanından beslenmekte (Furedi, 2004; Rose, 1999) ve bireyleri kendi özbakımından sorumlu aktörler olarak kodlamaktadır. Sosyolojik tahayyül (Mills, 2016) yerini psikolojik tahayyüle (Nehring & Frawley, 2020) bırakırken kolektif imgelem ve eylem kendini optimize etmeye odaklanmış atomlaşmış bireysel imgelem ile yer değiştirmektedir.

Neoliberalizm ve Özbakım

Neoliberal özbakım kavramı yukarıdaki tartışma ışığında değerlendirildiğinde ekonomik sistem, tıp ya da psikolojinin kurallarını izleyen bir kendini yönetme biçimidir. Bu bakımdan bilimsel bir gerçekmiş gibi sunulan ve bireyin dışsal bir nomos ışığında inşa edildiği yukarıdan aşağıya dışsal bir düzgüsellik olarak üretilen bir esaret türü olarak görülebilir. Murray'e göre (2007) özbakımda bakım kavramı fayda üzerine kuruludur, faydacı bir etiktir, tıbbileştirilmiş bir kendilik ilişkisinin bireyin kendisi



tarafından özgürce tanımlanmadığı ancak tıp, sigorta ve ilaç endüstrileri ve kar paylaşımı modelleri tarafından tanıtıldığı ve sınırlandırıldığı bir bakımdır. Bireyin sağlığını diyet, egzersiz, pandemi sırasında maske ve mesafeye dikkat etme, yoga ve mindfulness (bir çeşit bedensel ve zihinsel farkındalık) gibi yöntemlerle koruması ya da her an kaybedebileceği işi sebebiyle her an iş bulabilir durumda olabilmesi için kendisine sürekli eğitim ve kişisel gelişim yatırımı yaparak hayat boyu öğrenmeyi öncelemek durumunda kalması özbakımın parçaları olarak kanıksanmış, özgün ve etik görünmektedir. Ancak bu tür bir özbakım bireyin piyasa ile uyumlanması ve devletin sosyal hizmetler alanında sorumluluklarını bireye devretmesi ile ilintilidir. Ayrıca bu anlamda özbakım kişinin kendisine hayatını devam ettirmesi için sağlaması gereken fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlar alanını değil, disipline edilmiş ve teknolojikleştirilmiş bir bakımı tarif etmektedir. Burada özbakım kavramı Foucault'nun (1988) "kendilik teknolojileri" adını verdiği bireylerin kendi vücutları, ruhları, davranışları ve oluşları üzerinde belirli bir mutluluk, saflık, bilgelik, mükemmeliyet ya da ölümsüzlük kazanmak üzere gerçekleştirdikleri bir dizi operasyonu içermektedir. Bireyin benliği kendisiyle kurduğu hakiki bir bakım ilişkisi ile değil bir takım uzmanlar ve mutluluk endüstrisi (Davies, 2015) başta olmak üzere çeşitli endüstriler tarafından tanımlanmış en iyi pratikleri uygulama yoluyla düzenlenir.

Halbuki etik anlamıyla özbakım özerk bir kendini yönetim ve özgürlük pratiği olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu pratikler yoluyla benlik her gün kendisini yeniden yaratmaktadır. Özgün anlamıyla özbakım tekbenci bir şekilde gerçekleştirilmez çünkü özünde kişinin kavramı eleştirel sorgulama ve düşünmeyi uyaran bir dizi pratikten oluşmakta ve tarihdışı ve eleştirilemez sınırların olduğu fikrinin karşısında durmaktadır. Kişinin kendisine özen göstermesi bağlamsal bir ahlak anlayışına dayanmakta, bireyin kendisiyle ucu açık bir içsel diyaloga girmesini öngörmekte ve bireyin kendisini belirli bir toplumsallık içerisinde diğer bireylerle ilişki içinde yeniden inşa etmesini temel almaktadır. Halbuki neoliberal bakım etiği ve özbakım, Lasch'in (1991) aktardığı gibi ilişkisel olmayan narsist bireyler yaratmaktadır ve böylesi bir birey rekabet ortamı için uygun bulunan karakter özelliklerini taşımaktadır (Sennett, 2000).

Bir Özbakım Tarzı Olarak Pozitif Psikolojinin Neoliberal Birey İnşası

Psi-bilimler (psikoloji, psikoterapi, psikiyatri,vb) neoliberal öznelğin inşasında ve özbakımın nasıl olması gerektiği konusunda bireylerin algılarının oluşturulmasında önemli rol oynamıştır. 1970 ve 1980'li yıllarda popüler psikoterapilerdeki gizil ideolojik imalar yeni ortaya çıkan neoliberal ajanda ile oldukça uyumlu idi (Rose, 1999). Rogers'ın Danışan Odaklı Terapisinden, Perls'in Gestalt Terapisine, Berne'in İşlemsel Çözümleme Yaklaşımından, Janov'un İlkel

Terapisine, Ellis'in Akılcı Duygusal Terapisinden Bilişsel Davranışçı Terapiye, EST gibi insan potansiyeli hareketlerinden T-gruplarına kadar olan terapi biçimlerindeki ortak payda daha fazla özerklik kazanmak için bireyin kendi üzerinde çalışmasını, kişinin kendi seçim ve durumları hakkında sorumluluğu kabul etmesini, kişinin potansiyelini gerçekleştirmek için çabalamasını ve hayat kalitesini artırmasını neredeyse bir ahlaki zorunluluk olarak ele almalarıdır. Bu öğretiler güncel psikoterapilerde sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Ancak günümüzde yeni olan, neoliberal yönetimsellik ile uyumlu olacak biçimde mutluluğu yeniden tanımlayıp teşvik eden daha geniş bir psikolojik girişimin içerisine katılmış olmalarıdır. Bireysel mutluluk arayışı John Locke'un İnsan Anlığı Üzerine Bir Deneme (Locke, 1998) isimli eserinden bu yana savunulmaktadır. Mutluluk kavramının çağdaş neoliberal devletlerde bir hak ve iyi hayata doğru bir yönelim olarak temel kabul edildiğini söylemek mümkündür. Ancak mutluluk giderek ayrırcı bir biçimde girişimsel bir özellik kazanmaktadır.

Binkley (2014) mutluluğun neoliberal ideoloji tarafından girişimci bir proje olarak yansıtıldığını ifade etmektedir. Binkley'nin analizine göre bir girişim olarak mutluluk kavramı neoliberal yaklaşımı örgütsel yapılar ve fonksiyonlara bireysel esenlik yönünden aktarmaktadır. Bir diğer deyişle, kişisel tatminin yolu işletmeler ve diğer kuruluşların başarısına giden yoldaki aynı taşlarla bezelidir. Bu taşlar, daha bağımsız ve kendine yeter, girişimci, rekabetçi, esnek, kolayca uyumlanabilir, risk alıcı, hükümet desteklerine daha az ihtiyaç duyma gibi özelliklere sahip olma ve bir piyasa şeklinde imgelenen toplumda kendi çıkarının peşinde koşma şeklinde betimlenebilir. Binkley'nin "mutluluk üzerine yeni söylem" olarak tarif ettiği iklimde bireyler sadece ayırt edici özellikleri, varlıkları, potansiyelleri ve amaçlarını kişisel başarı yolunda beslemekle kalmamakta, aynı zamanda mutluluğun kendisini de başarıya yardımcı olmada faydalanılacak bir ayırt edici özellik, varlık, potansiyel ve amaç olarak görmektedirler. Bu şekilde mutluluk hem amaç hem de araç haline gelmektedir. Mutluluk başarının bir sonucu olmakla beraber daha fazla başarı için de bir kaynak olma özelliğini taşımakta, bireyin kendi duygusal durumlarının da rekabetçi ve mümkün olduğunda etkin seferber edilmesini de içerecek şekilde sınırsız fırsat ve kaynakların değerlendirilmesi ile ortaya çıkmaktadır. Mutluluk, bir amaç ve araç olarak, dünyayı uyum gösterilmesi gereken toplumsal norm ve sorumluluklar bağlamında değil kendisini optimize etmeye hizmet eden bir kaynak havuzu gibi gören özerk bir eyleyeni gerektirmektedir. Bu yeni söylem bireyin hayatı algılayış biçimini ve toplumsal, ortak, girişimsel ya da fırsatçı olarak hayatla olan ilişkisindeki temelden değişimi yansıtmaktadır. Binkley'e göre (2014) mutluluk hakkındaki yeni söylem bir oluş biçimi ya da diğer bireylerle sorumlu bir şekilde idame ettirilen bir ilişki değil, egemen, girişimci ve kendi çıkarları ile ilgili bir aktörün tasarrufunda olan bir yaşam kaynağı olarak görmektedir. Bu bakış açısına göre yaşam, potansiyeller ve fırsatların yer aldığı dinamik bir alan



olup mutluluk hem bir amaç hem de stratejik bir duygusal esenlik programı ile gerçekleştirilebilecek bir araçtır. Mutluluk hakkındaki bu yeni söylem bireyin dünya ve kendisi ile ilişkisinde bir dönüşüm sunmaktadır. Buna göre bu yeni programı hayata bakışına entegre eden birey, statik durumlar ve ontolojilerin dünyasından dinamik olasılıklar, riskler ve açık ufukların dünyasına geçiş yapabilecektir.

Foucaultcu bir yaklaşımla, Binkley (2014) neoliberal yönetimsellik tekniğini uygulamanın püf noktasının bireyler tarafından kendi davranışlarını, tutumlarını ve potansiyellerini analiz edebilecekleri ve öznelliklerini şekillendirebilecekleri yeni söylem biçimleri icat etmek olduğunu belirtmektedir. Bu söylemle birlikte bireylerin kendi özerklik ve özgürlüğünü uygulama kapasitesini vurgulayan bir dil dolaşıma sokulmaktadır. Ancak bu söylemle ilgili bir diğer önemli nokta daha evvelki bir yönetimselliğe dair aşırı refah devletçiliği yanlısı sosyal politikaların getirmiş olduğu dayanışmalardan kendimizi kurtarmamız gerektiği vurgusudur. Bu politikaların uysallık ve edilgenliğe neden olduğu ve özerklik, inisiyatif alma, fırsatçılık ve girişimcilik gibi doğal dürtülerin gelişimini engellediği iddia edilmektedir. Bu yeni mutluluk söyleminde, bireylere karşılıklı bağımlılık mirasından ve bu bağımlılığı beslediği iddia edilen müşterek taahhütler, kolektif sorumluluk, konvansiyonel toplumsal etkileşim örüntüleri ve komünal bağlardan kurtulması gerektiği vurgulanmaktadır.

Binkley (2014) söz konusu mutluluk söyleminin itici gücünün pozitif psikoloji hareketi olduğunu ileri sürmektedir. Pozitif psikoloji hareketi 1990'lerde Amerikan Psikoloji Derneği'nin (APA) eski başkanlarından Martin Seligman öncülüğünde ortaya çıkmıştır. Pozitif psikologlar kendilerini öncüllerinden, söz konusu psikologların temel ilgi alanları olan hastalık ve düzensizlik yerine sağlık, optimal performans ve insan gelişimine yaptıkları vurgu ile ayırtılmaktadırlar (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikolojinin merkezinde yatan fikir fonksiyon bozukluğu ve patolojilerle ilgilenen psikoloji biliminin kuram, yöntem, kesinlik ve özenini seferber ederek başarı, tatmin ve mutluluk gibi psikolojik durum ve süreçlere yöneltmektedir. Bu bakımdan pozitif psikologlar kendilerini diğer kendine yardım ve kişisel gelişim savunucularından yaklaşımlarının somut bilimsel zeminini işaret ederek ayırmaktadırlar.

Pozitif psikoloji kendi manifestosunda da tanımlandığı üzere insan işlevlerinin bilimsel olarak çalışılmasıdır (Sheldon, Frederickson, Rathunde, & Csikszentmihalyi, 2000). Geçtiğimiz yirmi yılda, pozitif psikoloji akademik psikoloji dergilerinden popüler medyaya pek çok mecrada konu olmuştur. Pozitif psikoloji alanında pek çok konferans ve dernek bulunmakla beraber (International Positive Psychology Association, 2022; Moore, 2021; Rasyonel Pozitif Psikoloji Derneği, 2022; Turan, 2022) sadece bu konuda çok sayıda üniversite bünyesi ve çevresinde eğitim programı da tasarlanmıştır (Ackerman, 2022 ; Üsküdar Üniversitesi Mezunlar Derneği, 2021). Anglosakson dünyada başlayan bu hareket



hızlı bir şekilde küreselleşmiş ve psikoloji içinde ve dışındaki alanlardan büyük bütçeli fonlar için de cazip bir araştırma alanı haline gelmiştir (John Templeton Foundation, 2006; Happiness and Wellbeing: Integrating Research Across the Disciplines, 2016; London Speaker Bureau, 2022). Etki alanı danışmanlık ve psikoterapi dünyasından eğitim, ekonomik analiz, işletme, yönetim, pazarlama, spor koçluğu, kanunlara uyum ve askeri eğitimler gibi pek çok alana ulaşmıştır. Binkley'e (2014) göre pozitif psikoloji, Rogers ve Maslow tarafından öncülük edilmiş, bireylerin içsel güç ve potansiyellerini olumsuz benlik değerlendirmeleri ve duyguları alt etmede kullanmaları gerektiği ve kendilerini gerçekleştirme ile kişisel tatmin amaçlarını tanımlayarak bunlara tutunmalarında iç güçlerinin kolaylaştırıcı rol oynayacağı fikrini benimseyen humanist psikoloji geleneğinden beslenmiştir. Buna göre, pozitif psikologlar mutluluğu olumlu duyguları beraberinde getiren düşünceleri üretip yöneterek beslenen kişisel bir potansiyel olarak kavramsallaştırmaktadır. Ancak pozitif psikoloji aynı zamanda bilişsel psikolojiden de duyguların düşünceleri izlediği ve düşüncelerin duygusal durumları yönetmede maksatlı olarak kullanılabileceği gibi bazı fikirleri ödünç alır. Pozitif psikolojinin temel önermelerinden biri bireyin durumu hakkında olumlu düşünmeye yönelmesi halinde olumsuz düşünce ve duygu örüntülerinin atlatılabileceği ya da ikame edilebileceğidir.

Ancak pozitif psikoloji sadece gündelik hayattaki ve deneyimlerdeki mutluluğu teşvik etmeyi değil bireylerin tam potansiyellerine ulaşabilmesini de hedeflemektedir. Seligman (2004) bu durumu gerçek mutluluk olarak nitelendirmektedir. Gerçek mutluluk bireyin temel erdemleri ve karakterinin güçlü yönlerine ilişkin belirli bir karakter profilinin yarattığı potansiyelleri idrak etmesi ve eyleme sokması ile gerçekleşmektedir. Bu erdem ve özellikler her ne kadar evrensel olarak olumlu insan özellikleri olarak zaten görülse de Seligman'a göre dünyadaki büyük ruhani ve felsefi geleneklerde rastlanmakta olan özelliklerdir. Bireyin erdemlerini ve karakterinin güçlü yönlerini pratiğe sokması olumlu kendine saygıyı inşa etmekte ve bu yolla mutluluk elde edilebilmektedir.

Pozitif psikolojinin ışığında Binkley'e (2014) göre mutluluk bireysel bir çabanın ürünüdür. Bireyler sadece kendi eylemleri yoluyla mutlu olabilirler. Düşünceler bireyin kontrolündedir ve duygu durumlarını etkileyebilmek için kasıtlı biçimde manipüle edilebilirler. Sonuçta, bireyler yalnızca duygularını değiştirme becerisine sahip olmakla kalmayıp nihayetinde duygusal deneyimlerinden sorumludurlar. Pozitif psikologlara göre bireyler nasıl hissettikleri hakkında sorumluluk kabul ettiklerinde ve yaşamlarını iyileştirmek amacıyla düşüncelerini yönlendirmeyi öğrendiklerinde olumlu duygular ve mutluluk bir sonuç olarak beraberinde gelmektedir. Bu önermeye göre mutluluğun özü kişinin kendi taşıdığı sorumluluk duygusu tarafından itilen failliktir. Eğer birey mutsuz ise bu, içinde bulunduğu durum konusunda sorumluluk almayı ve eyleme geçmeyi başaramadığı içindir. Pozitif psikolojiye göre sorumluluk alma ve eyleme geçme konusundaki



başarısızlık uysallık, bağımlılık ve geleceğin travma ve benzeri diğer geçmiş psikolojik hasarlardan kaynaklandığı inancına tutunmaktan ileri gelmektedir. Pozitif psikoloji kökten bir biçimde terapinin doğasını ve terapötik müdahalenin amaçlarını değiştirmektedir. Binkley (2014)'nin ileri sürdüğü gibi geçmiş ilişkilerin derinlemesine araştırmasına ve çekilen ızdırap üzerinde düşünmeye dayalı psikoterapiler bireyin geçmişini analiz etmesinden ve iyileşmeye ihtiyacı olduğu fikrinden kaçınmaya odaklı yaşam koçluğu ile ikame edilmektedir. Yaşam koçunun görevi danışana gelecek mutluluğu ile ilgili vizyon inşa etmesinde yardımcı olmak, kendilik projesinde girişimci amaçlar edinmesine yardımcı olmak, elde bulunan imkanlar ile strateji kurmak ve amaçlarını gerçekleştirmesini kolaylaştıracak yollar konusunda bireyleri motive etmektir. Psikolojik ve iş danışmanlığı ve insan potansiyeli hareketinden uyarlanmış teknikleri kullanan yaşam koçluğu, eklektik, pragmatik, gelecek yönelimli, sonuçlara odaklı bir şekilde verimli ve üretken bir yaşamı hedeflemektedir. Genellikle kariyer ve iş odaklı kişisel problemlerle ilgili kısa vadeli, odaklı danışmanlıklardan oluşur. Zira, bu tür endişeler neoliberal küresel ekonominin yüksek düzeyde rekabetçi iklimine bağlanabilir. Ancak koçluk paradigmasında bu tip endişeler bireylerin psikolojik kaynaklarını kuvvetlendirme yoluyla tedavi edilmesi gereken özel bireysel yetersizlikler olarak görülmektedirler. Koçluk, geleneksel anlamda lisanslama ve diğer profesyonel gereksinimlerden muaf olması sebebiyle Binkley'e göre (2014) psikolojik uzmanlığın hakim modeline karşı kurulmuş olması itibarıyla kazanılmış bir özgürlüğe sahiptir. Koçlar sadece danışanlarının geçmişleri, bugünkü durumları, gelecekleri ile ilgili ve eylem yönelimli olmaları dışında uzmanlık ve otoriteleri anaakım psikoterapistlere göre çok farklı formüle edilmiştir. Koçluk hiyerarşik değildir, kurumsallık karşıtıdır ve akademik dereceler yerine pratik deneyimden gelen yeterlik belgeleri yönünde bir tercih göstermektedir. Koç-danışan ilişkisi gayri resmi ve arkadaşça gerçekleşmekte ve özellikle günümüzde bazı seanslar telekonferans yöntemiyle yapılmaktadır. Koçlar bir bakıma hayat tarzı teknisyenleri olarak çalışmaktadırlar çünkü danışanlarının ilerlemesini takip etmek, ölçmek, verimlilik ve üretkenlik açısından nirengi noktalarıyla karşılaştırmak amacıyla teknik yöntemler kullanırlar.

Binkley (2014) koçluk ve pozitif psikolojinin arasındaki bağı izleyerek pozitif psikolojinin koçluğa bilimsel meşruiyet kazandırdığını ama aynı zamanda koçluktan da psikolojik platformunun yayılımı bakımından faydalandığını ortaya koymaktadır. Ancak bu analizdeki endişe verici nokta, pozitif psikoloji ve koçluğun girişim kültürü bağlamında ilişkileri nasıl anladığımızı yeniden düzenliyor olmasıdır. Mutluluğun bireylerin ahlaki meseleleri ve taahhütlerinden ve uzun vadeli samimi ilişkilerden oluşan bağlarla diğer bireylerle duygusal yaşamların içiçe geçmesinden ortaya çıktığı fikri ortadan kalkmaktadır. Pozitif psikoloji ve koçluk ilişkilerine yüksek düzeyde araçsal bir yönelim getirmekte, ilişkileri sabit amaçları olan ve daha da önemlisi kişinin bağımsızlık ve



özerkliğini korumalarına yardım eden fırsatlar ya da hayat stratejileri olarak değerlendirilmektedir. Binkley pozitif psikoloji ve koçluk etkisi altında ilişkilerin araç-amaç hesaplamalarına indirgenliğini ve yalnızca kişisel çıkar ile duygusal açıdan kendini optimize etme amacına hizmet ettiğini ileri sürmektedir. Sevgi, arkadaşlık, yardımseverlik, cömertlik gibi his ve eylemler bireylerin sosyal sermayesini artırdığı düzeyde değer görmektedir. En yakın ilişkiler dahi varlık ve yükümlülükler olarak anlaşılmakta, esneklik ve hareketliliğin ödüllendirildiği rekabetçi toplumsal piyasada kısa vadeli sözleşmeler olarak bağlı kalınmasında fayda görülmektedir. Esnek kapitalizm karlı olmayan ilişkilerin terkedilmesini mümkün kılacak niyet ve yüksek düzeyde hareketliliği talep etmektedir. Neoliberalizmin bağlamı diğer bireylere saygı duymayı, onlara samimi biçimde saygı duymayı ve Sennett'in (2000) de bahsetmiş olduğu gibi sadakat ve bağlılık kavramlarını ortadan kaldırmaktadır. Bunun yanı sıra başkaları için özen gösterme tamamen kendine dönük bir yatırımsal ve girişimsel özen, özbakım ve kişisel gelişim şekline bürünmüştür. Binkley'nin (2014) analizinden de görülebileceği üzere pozitif psikolojinin oluşmasında büyük rol oynadığı mutluluk üzerine bu yeni söylem müşterekler ya sosyolojik bir tahayyülden öte neoliberalizm ve girişim kültürünü yansıtmakta ve sürdürmektedir. Dolayısıyla pozitif psikolojinin izlerini taşıyan koçluk, dayanıklılık, mutluluk, mindfulness ve wellness gibi programlar özbakımı siyasetin alanından çıkararak tamamen bireysel bir alana hapsedilmektedirler.

Tartışma ve Sonuç

Neoliberalizm 1970'li yıllarda artan ekonomik karışıklığa cevaben bir mali ve parasal politika dizisi olarak ortaya çıkmıştır. Artan enflasyon ve gelişmiş ülkelerde emeğin büyüyen gücü karşısında kar oranları tehdit altına giren çok uluslu şirketler Dünya Bankası ve IMF gibi uluslararası finans kurumları ile müdahaleci devlet politikalarından ticaret, işletmeler ve endüstrinin serbestleşmesine doğru bir kaymayı tahrik ve teşvik etmişlerdir (Harvey, 2005). Neoliberal ekonomik politikaların ciddi küresel sonuçları olmuştur. Ancak neoliberalizm artık sadece ekonomik politikalarından müteşekkil bir durum olmaktan çıkmış, insan yaşamının her köşesine yayılarak piyasa değerlerini dayatmıştır. Bu değerlerin merkezinde girişimcilik ve piyasa ussallığı yer almaktadır. Söz konusu değerleri kurumsallaştıran neoliberalizmin sonuçları sadece düzgüsel değil aynı zamanda bireylerin psikolojik yapılanmalarına uzanacak biçimde ontolojik olma özelliği de taşımaktadır. Toplumların bireylerden yapmaları ve olmaları gerekenleri bekleyen ve kişiler, kimlikler ile bunları oluşturacak ve düzenleyecek bağlamlar ortaya çıkaran sosyopolitik yapılar olduğunu söylemek mümkündür. Bu şekilde değerlendirildiğinde, neoliberal yönetimsellik bireylerin kendilerinden sorumlu olmalarını ve içgözlemsel olarak becerilerini ve ilişkilerini pazarlanabilir varlıklar olarak kullanıma sokmalarını talep etmektedir. Neoliberalizm bu tür bireyler



üretmede ve insan emeğinin her boyutunu piyasa koşullarına uygun hale getirmekte başarılı olmaktadır. Piyasa mantığı insan yaşamını bir girişim olarak yapılandırmaktadır. Bireyler kendi ihtiyaçları, arzuları ve mutluluğunu sağlamaktan sorumludur. Piyasa koşulları altında bunu sağlayabilmek için ise kendilerini rekabetçi bir fırsatlar, ortaklıklar ve engeller alanı içerisinde yönünü bulan özerk girişimci aktörler olarak tasavvur etme konusunda teşvik edilirler. Pozitif psikoloji ve koçluk ise neoliberal yönetimselliğin sürdürülebilirlik ve kalıcılaştırılabilmesinin psikolojik kuram ve pratiklerle sağlanmasına uygun örneklerdir. Bu örneklerle birlikte diğer psikolojik terapi ve yöntemlerdeki ortak bir nokta Brown'ın (Shenk, 2015) özbakım olarak adlandırdığı kavramdır. Brown'a göre bireyleri tamamen kendilerinden sorumlu hale getirerek ve söz konusu özbakım için kapasitelerinin altını çizerek neoliberalizm ekonomik ve ahlaki davranışı bir araya getirmekte, ahlaki alanı karlılık, maliyetler ve sonuçlar açısından yeniden kurgulamaktadır. Böylece ahlaki faillik ekonomik bir biçim almaktadır. Neoliberalizmde ahlaki fail girişimci öznedir. Ayrıca, özbakımın ahlakiliğine dair bir maske altında neoliberalizm kendine yeterli ve kişisel sorumluluğu aşırı uçlara taşımaktadır. Girişimci birey içinde bulunduğu durum hakkında seçimlerinin sorumluluğunu becerilerinin güncel olmaması, eğitim ya da sağlık hizmetlerine kısıtlı erişimi, yoksulluk, düşük ücret ya da yüksek düzeyde işsizlik gibi çeşitli yapısal sorunlardan arındırılmış biçimde tamamen yüklenmektedir. Brown (2003) bireylerin zor durumlarının iyi yönetilmemiş bir hayata atfedilmesi sebebiyle toplumsal ve ekonomik güçlerin politik karakterinden arındırılarak girişimci bireyselliğin sağduyusu ardına saklandığını ileri sürmektedir. Ayrıca Brown (2003) özbakıma yapılan neoliberal vurgunun siyasi yurttaşlığı ve sivil erdemleri büyük ölçüde köreltici etkisi olduğundan söz etmektedir. Özerk ve sadece kendisiyle ilgili bir şekilde diğerleri ile rekabet içine hapsolmuş neoliberal birey sadece kendi seçimleriyle meşguldür. Diğer bireylerle özellikle de kolektif bir mesele için dayanışma içinde hareket edecek ve sunulan seçimleri örgütleyecek ya da gözden geçirebilecek itici güçten yoksundur. Neoliberalizmin kendine yeterliğe yaptığı ekstra vurgu toplumsal ilişkiselliği reddetmektedir. Neoliberalizmde devlet piyasayı örgütlemeyi ya da kontrol etmez. Tam tersine piyasa aklı devleti örgütleyen düzenleyici ilkedir. Brown'un (2003) da vurguladığı üzere bir sonuç olarak geleneksel demokratik kurumlar girişimcilik, kendine yeterlik, fayda-maliyet analizi ve üretkenlik gibi değerlerin devletin gücü üzerine çıkması sebebiyle ortadan kalkmaktadır. Neoliberalizmin bu özellik ve etkileri psikolojiyi özneler yaratmada araçsallaştırmasında da açıkça görülmektedir. Ancak yönetimselliğin yaşamsal bir fonksiyonu sadece öznelliklerin biçimlerini üretmesi ve düzenlemesi değil aynı zamanda sıradan hayatla ve doğal olarak algılanan süreçleriyle ilgili statükoyu meşrulaştırmaktır. Belki de yönetimselliğin en kuvvetli nüfuz etme biçimlerinden birisi sağduyu olarak algılanan fikir ve kavramlar olmaktadır. Bu nedenle neoliberalizm her noktaya



yayılmış ancak teşhis etmesi zor bir halde bulunmaktadır. Pozitif psikoloji gibi özbakımla ilintili örnekte de görüleceği üzere pek çok psikolog küresel olarak hakim neoliberal gündemin sürekliliğini sağlayacak ve tanıtımını yapacak biçimde işlerini sürdürmektedirler. Psikolojik söylem özneliliğin oluşmasında başat rol oynamanın dışında döneminin toplumsal, kültürel, politik ve ekonomik helleri ile de yakından ilişkilidir (Rose, 1999)

Artan güvencesiz iş ve varoluş koşullarının yarattığı küresel krizde özbakım bireyin kendisine tekbenci biçimde yaşamak için yaptığı yatırımlar değil, toplumun diğer bireyleri ile beklenmedik durumları karşılayabilecek bütünlüklü bir hayat sürmesiyle gerçekleşebilir. Bu sebeple bireyler “içsel sığınaklarına” (Illouz & Cabanas, 2018) dönmek yerine neoliberal özbakım, kişisel gelişim ve mutluluk söylemine eleştirel bir gözle bakmalı ve bu söyleme kolektif olarak karşı çıkarak sosyal hizmetlerin yerini bu tür eylemlerin almasında etkisiz kalmayarak toplumsal adaletin siyasal bir alan olduğunu fark etmelidirler. İçinde bulunulan neoliberal iklimde depresyon gibi ruh sağlığı problemlerinin yaygın oluşunun esasında neoliberalizme içkin olduğunu, dolayısıyla bu tip sorunları tıbbileştirmek yerine onları patolojiden arındırarak kamusal duygular ve bireylerin kendilerini politik failere dönüştürebilmeleri için eleştirel kaynaklar olarak ele alınması gerektiğini değerlendirmek yeni bir pencere açabilir. Dolayısıyla, Foucault'nun (2007) vurguladığı gibi özbakım özgürlük alanlarımızı genişletmeye dönük bir eleştirel nitelik de taşımaktadır. Dolayısıyla, özbakımın içinden geçtiği dönüşümün koşullarını incelemek neoliberal anlamda özbakımın sosyal hizmetler ve güvencesizlik açısından durduğu konumu anlamak, eleştirmek ve değiştirmek açısından anlamlı olabilir.

Kaynakça

- (2006). John Templeton Foundation: <http://capabilities.templeton.org/2006/hs/positive.html> adresinden alındı
- (2016). Happiness and Wellbeing: Integrating Research Across the Disciplines: <https://www.happinessandwellbeing.org/funded-research> adresinden alındı
- (2022). Rasyonel Pozitif Psikoloji Derneği: <http://www.rasyonelpozitifdernek.org/about/> adresinden alındı
- (2022). International Positive Psychology Association: <https://www.ippanetwork.org/> adresinden alındı
- Ackerman, C. (2022, 2 10). Positive Psychology Degree: 13 Opportunities For Eager Students. Positive Psychology: <https://positivepsychology.com/positive-psychology-degree/> adresinden alındı
- Berardi, F. (2009). Soul at Work: From Alienation to Autonomy. Los Angeles, CA: Semiotext(e).
- Binkley, S. (2014). Happiness as Enterprise: An Essay on Neoliberal Life. New York: State University of New York Press.
- Brown, W. (2003). Neo-liberalism and the end of liberal democracy. Theory&Event, 1-43.
- Bureau, L. S. INTERVIEW WITH SILVIA GARCIA: RECENT INTERNATIONAL MARKETING DIRECTOR AT COCA-COLA. <https://londonspeakerbureau.com/interview-silvia-garcia-coca-cola/> adresinden alındı
- Dardot, P., & Laval, C. (2017). The New Way of the World: On Neoliberal Society. London: Verso.



- Davies, W. (2015). *The Happiness Industry: How the Government and Big Business Sold Us Well-Being*. London: Verso.
- Derneği, Ü. Ü. (2021, 5 6). <https://usumed.org.tr/duyuru/pozitif-psikoloji-egitimi-51> adresinden alındı
- Duggan, L. (2002). *Twilight of Equality: Neoliberalism, Cultural Politics, and the Attack on Democracy*. Boston: Beacon Press.
- Feher, M. (2009). Self-Appreciation; or, The Aspirations of Human Capital. *Public Culture*, 21-41.
- Foucault, M. (1988). *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*. Amherst: University of Massachusetts Press. <https://foucault.info/documents/foucault.technologiesOfSelf/en/> adresinden alındı
- Foucault, M. (2007). *Security, Territory, Population: Lectures at the College de France 1977-78*. London: Palgrave Macmillan.
- Foucault, M. (2008). *The birth of biopolitics: Lectures at the Collège de France 1978–1979*. Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Furedi, F. (2004). *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. Milton Park, UK: Routledge.
- Hardt, M. (2005). *Into the factory: Negri's Lenin and the subjective Caesura (1968-1973)*. T. S. Murphy & A.-K. Mustapha içinde, *Resistance in practice : the philosophy of Antonio Negri (s. 7-37)*. London, Ann Arbor, MI: Pluto Press
- Harvey, D. (2005). *A Brief History of Neoliberalism*. New York: Oxford University Press.
- Illouz, E., & Cabanas, E. (2018). *Manufacturing Happy Citizens: How the Science and Industry of Happiness Control Our Lives*. Cambridge, UK: Polity.
- Lasch, C. (1991). *The Culture of Narcissism: American Life in an Age of Diminishing Expectations*. New York: W. W. Norton & Company.
- Lazzarato, M. (2006). *Immaterial Labor*. P. Virno, & M. Hardt içinde, *Radical Thought in Italy: A Potential Politics (s. 132-146)*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Locke, J. (1998). *An Essay Concerning Human Understanding*. London: Penguin Classics.
- Mills, C. W. (2016). *Sosyolojik Tahayül*. Istanbul: Hil Yayınları.
- Mirowski, P. (2014). *Never Let a Serious Crisis Go to Waste: How Neoliberalism Survived the Financial Meltdown*. London: Verso.
- Moore, C. (2021, 11 25). *Upcoming Positive Psychology Conferences (2021 + 2022)*. *Positive Psychology*: <https://positivepsychology.com/positive-psychology-conferences/> adresinden alındı
- Murray, S. J. (2007). *Care and the self: biotechnology, reproduction, and the good life*. *Philosophy, Ethics and Humanities in Medicine*.
- Negri, A. (1989). *The politics of subversion : a manifesto for the twenty-first century*. Cambridge: Polity
- Nehring, D., & Frawley, A. (2020). *Mindfulness as a self-help fad: The mindfulness industry, popular psychological knowledge, and the sociological imagination*. D. Nehring, O. J. Madsen, E. Cabanas, C. Mills, & D. Kerrigan içinde, *The Routledge International Handbook of Global Therapeutic Cultures (s. 119-133)*. Milton Park: Routledge.
- Rose, N. (1999). *Governing the Soul: The Shaping of the Private Self*. London: Free Association Books.
- Seligman, M. E. (2004). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Atria Books.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology. An introduction*. *American Psychologist*, 5-14.
- Sennett, R. (2000). *The Corrosion of Character: The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. New York: W. W. Norton & Company.
- Sheldon, K., Frederickson, B., Rathunde, K., & Csikszentmihalyi, M. (2000). <https://ppc.sas.upenn.edu/sites/default/files/Positive%20Psychology%20Manifesto.docx> adresinden alındı



Shenk, T. (2015, 4 2). Dissent: <https://www.dissentmagazine.org/blog/booked-3-what-exactly-is-neoliberalism-wendy-brown-undoing-the-demos> adresinden alındı

Spence, L. (2015). Knocking the Hustle: Against the Neoliberal Turn in Black Politics. Santa Barbara, California: Punctum Books.

Tronti, M. (2019). Workers and Capital. London: Verso

Turan, F. (2022). 4. Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi. Üsküdar Üniversitesi Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi: <https://ppcongress.com/> adresinden alındı