DOI: 10.17117/na.2015.01.219

Поступило в редакцию: 21.01.2015

<http://ucom.ru/doc/na.2015.01.219.pdf>**Матвеева Т.Н.****Психологическая поддержка безработных в городе Сочи****Matveeva T.N.****Psychological support for unemployed people in the city of Sochi**

Безработным гражданам в нашей стране государство гарантирует бесплатное получение услуг по профессиональной ориентации. Гарантируется профессиональная подготовка и переподготовка, психологическая поддержка и повышение квалификации. Но иногда не осознание безработным своих психологических проблем мешает ему трудоустроиться

Ключевые слова: безработица, занятость населения, психологическая поддержка

Матвеева Татьяна Николаевна

Кандидат психологических наук, доцент
Российский государственный социальный
университет (филиал)
г. Сочи, ул. Крымская, 29 Б

Unemployed citizens in our country, the State guarantees free vocational guidance services. Guaranteed professional training and retraining, psychological support and skills development. But sometimes not aware the unemployed of their psychological problems prevent him from finding work

Key words: unemployment, employment, psychological support

Matveeva Tatiana Nicolaevna

Candidate of Psychological Sciences, Associate
Professor
Russian State Social University (branch)
Sochi, Crimean st., 29 B

Психическое состояние дезорганизации, препятствующее удовлетворению потребностей, зачастую возникает у человека при потере работы. Эти ситуации, являясь стрессовыми, порождают состояние тревоги [4, с. 3].

Каждое заявление на работу – это испытание для человека. Его действительно начинает мучить вопрос, насколько удовлетворяют других его профессиональные навыки, образование. Неудача часто подрывает положительное представление о самом себе. Человек попадает под власть стресса. Стрессовое состояние отличается тем, что все проблемы выглядят неразрешенными, кажется, что жизнь зашла в тупик.

У безработных наблюдается отсутствие интересов и увлечений, свидетельствующее о фрустрации базовых потребностей. Также их может беспокоить склонность к объективации, акт проецирования вовне некоторых внутренних ощущений, экзистенциальные проблемы, о чем упоминает в своих работах Л.Г. Зимовец [2, с. 6].

В ситуации фрустрации разные люди ведут себя по-разному. Многие мобилизуют свои внутренние ресурсы, энергично ищут себе новую работу, выбирают и осваивают новую профессию или открывают свое собственное дело, продолжают искать и действовать, активно сопротивляясь ситуации. Но так

реагируют не все. Иногда реакцией людей является игнорирование интересов других или агрессия, в том числе аутоагрессия [3, с. 5].

Иногда фрустрация заканчивается тем, что человек становится безразличным ко всему, утрачивает интерес и активность, «складывает крылья» и ждет, когда ситуация окончательно его раздавит. В результате человек сжигает себя изнутри.

Необходимо отметить, что потеря или отсутствие работы зачастую связаны с сокращением или общей неудовлетворенностью трудовой деятельностью, иногда – с началом трудовой деятельности.

В связи с потребностями рынка и необходимостью оказания психологической поддержки безработным, службами занятости населения оказывается индивидуальная и групповая психологическая поддержка [1, с. 2].

На сегодняшний день безработные есть во всех регионах нашей страны, в том числе в г. Сочи Краснодарского края.

Биржа труда у большинства людей прочно ассоциируется непосредственно с поиском работы. Между тем, представление информации об имеющихся вакансиях, – лишь одно из направлений деятельности Сочинского городского Центра занятости населения.

У человека, оставшегося не у дел, зачастую период безработицы сопровождается целым букетом проблем, как материальных, так и моральных. Специалисты биржи труда предлагают обратившимся к ним жителям ряд дополнительных программ, способствующих психологической адаптации и оптимальному выбору направления деятельности.

Центром занятости населения сегодня предоставляются разнонаправленные услуги. В наше время стоит говорить не только о востребованности и об актуальности той или иной услуги. В случае, когда речь идет об оказании услуг по профессиональной ориентации, человек чаще всего осознает необходимость смены рода деятельности, думает о выборе профессии, пользующейся спросом на рынке труда и соответствующей его интересам и способностям.

В Центре занятости г. Сочи проводится индивидуальное и групповое профессиональное консультирование.

Но когда речь заходит о социальной адаптации или психологической поддержке, то приходится констатировать, что большинство людей не хочет и не может признаться себе в проблемах, требующих вмешательства психологов.

Необходимо проводить личные консультации, диагностику и применять другой методический инструментарий. В таких случаях сотрудник службы занятости предлагает клиенту воспользоваться подобной услугой, старается объяснить ему все преимущества такого сотрудничества.

Участие в программах по социальной адаптации сотрудники обязательно предлагают тем безработным, кто испытывает трудности в поиске работы: ищет работу впервые, более года до обращения в Центр нигде не работал и т.д.

В Центре занятости г. Сочи действуют специальные программы по социальной адаптации безработных и клубы для безработных. На специальных занятиях (как индивидуальных, так и групповых) специалисты ЦЗН помогают своим подопечным повысить мотивацию к труду, получить навыки самостоя-

тельного поиска работы, умения составлять резюме, беседовать с работодателем. Все это способствует снятию психологической напряженности и активации у безработного активной жизненной позиции.

«Клуб ищущих работу» помогает увидеть перспективы богатого профессионального опыта, обучает методам активной самопрезентации и адекватному поведению на рынке труда.

Клуб «Новый старт» призван помочь безработным, длительное время находящимся в состоянии безработицы; выпускникам вузов, училищ, техникумов; помогает молодежи в социальной адаптации к современным условиям труда и выборе рабочего места. Участие в работе клубов могут принять граждане, имеющие статус безработного.

Проблемы обратившегося безработного в ЦЗН, как мы отметили, часто носят чисто психологический характер. Вне зависимости от того, в чем это проявляется: заниженной самооценке, недостаточной уверенности в себе, страхах и тревожности, или, наоборот, склонности к конфликтам с окружающими, чрезмерной агрессивности и раздражительности, завышенных притязаниях, излишней жесткости представлений, отношений и поведения. Такие крайности являются для сотрудника центра основанием, чтобы предложить ищущему работу такую государственную услугу, как психологическая поддержка. Помощь психолога, как правило, нужна и тем, кто демонстрирует подавленность и апатию.

На занятиях клубов в групповом и индивидуальном режиме с помощью психологических технологий профессионалы помогают разрешить личностные проблемы, укрепить уверенность в себе, оценить свои возможности и по-новому взглянуть на свою ситуацию; сформировать позитивную установку на трудоустройство и повысить мотивацию к поиску работы.

Психологи Центра занятости населения г. Сочи учат безработного не «течь по течению», а планировать свое поведение во время самоопределения и поиска работы; держать свои эмоции под контролем; уметь преодолевать психосоциальные барьеры при самопрезентации и трудоустройстве: уметь презентовать себя работодателю, используя успешную технику ведения телефонных и личных переговоров.

После общения с профессиональными психологами безработные смогут почувствовать себя уверенно; взять инициативу в свои руки; реализовать свои жизненные планы; получить радость от познания позитивного в себе; оптимизировать свои действия по поиску работы; овладеть искусством творить свою жизнь такой, какой сами хотят ее видеть.

Если обратившийся в ЦЗН решил сменить профессию или вообще не определился, где его способности и навыки будут более востребованы, ему предложат воспользоваться услугами профконсультанта. Задача специалиста как раз и заключается в создании условий, способствующих осознанию соискателем своих стремлений и предпочтений и принятию эффективного решения. Иногда достаточно просто предоставить недостающую информацию о современных видах производства, состоянии рынка труда, требованиях, предъявляемых к человеку, возможностях профессионального роста.

Бывают и такие случаи, когда требуется полноценная консультация. В случае необходимости специалисты по профессиональной ориентации осуществляют профессиональный подбор, то есть дают рекомендации о возможных направлениях профессиональной деятельности, наиболее соответствующих особенностям человека, основываясь на результатах психолого-медицинской и психофизиологической диагностики.

Выпускники учебных заведений не найдя работы, испытывают массу тревожных эмоций, ощущений, а нередко находятся и в стрессовом состоянии. Поэтому выпускнику, нуждающемуся в трудоустройстве, также требуется социально-психологическая поддержка. Психологи-профконсультанты ГУ КК «Центр занятости г. Сочи» проводят профессиональные консультации с выпускниками. Профконсультант помогает молодым людям выявить интересы, склонности, способности, и на основе этого рекомендовать профессиональную деятельность, которая позволит ему успешно конкурировать на современном рынке труда. Один из основных методов профконсультирования – психологическое тестирование, которое проводится с помощью диагностических заданий и опросов, направленных на выявление профессионально важных качеств и личностного потенциала безработного.

Список литературы:

1. Приказ Минздрава России «Об утверждении административного регламента предоставления государственной услуги по психологической поддержке безработных граждан» от 27.11.2007 г. № 726.
2. Зимовец Л.Г. «Объективация» и «экзистирование» как основа методологии Н.А. Бердяева // Известия высших учебных заведений. 2011. № 3. С. 5-8.
3. Сухова Т.М., Харитонов М.В., Дисгармония мотивов личности в ситуации социальной фрустрации // Психологическая газета. № 07, 2007.
4. Широбоков Д.П., Якиманская И.С., Психологический портрет современного безработного // Психологическая газета. № 4(31) 2008. С. 3-4.

References:

1. Order of the Health Ministry of Russia "On approval of the administrative regulations of the state services on psychological support for unemployed citizens" from 27.11.2007, № 726.
2. Zimovets L.G. «Objectification» and «existential» as the basis of the methodology N.A. Berdyaev // News of higher educational institutions. 2011. № 3. Pp. 5-8.
3. Suhova T.M., Kharitonov M.V. Disharmony motives of the person in a situation of social frustration // Psychological newspaper. № 07, 2007.
4. Shirobokov D.P., Yakimanskaya I.S. Psychological portrait of modern unemployed // Psychological newspaper. № 4 (31), 2008. Pp. 3-4.