

Секция «Психология»

Копинг-поведение личности безработного

*Прасолова Евгения Михайловна*

*Студент*

*Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского,  
психолого-педагогического и специального образования, Саратов, Россия*

*E-mail: evgeniya.1987@list.ru*

Проблема занятости населения стала одной из острейших социальных проблем в настоящее время. Безработица - это социально-экономическое явление, при котором часть рабочей силы (экономически активного населения) не занята в производстве товаров и услуг [n4]. Безработица несет с собой не только бедность значительным слоям населения, но и духовную, моральную, нравственную деградацию людей. На сегодняшний день явный уровень безработицы в среднем по миру составляет 6%. Это только те, кто активно ищет возможность трудоустроиться. Однако Мировая Организация Труда настаивает на необходимости включить в число официально незанятых и тех людей, которые активно работу не ищут, потому что уже отчаялись ее найти. В этом случае показатель повысится до 6,9%. В целом же обеспечение необходимых темпов экономического роста в ближайшее десятилетие может быть гарантировано лишь при условии создания около 600 млн. новых рабочих мест. Международная организация труда прогнозирует, что в 2013 году количество безработных в мире вырастет на 7 млн. человек до 207 млн. Всего с 2008 года безработных в мире стало на 30 млн. больше [n5].

Необходимо рассмотреть, как влияет увольнение на поведение и деятельность людей, перешедших из одной социальной группы в другую. Здесь важно проследить не только закономерности поведения и деятельности людей, находящихся в статусе безработных, но и "сферу осознания ими окружающей реальности, частью которой они являются, осмысление связей внешнего мира, своих связей с этим миром и со сферой их деятельности в этом мире, немислимой без такого осознания" [n1]. При этом необходимо изучить связь между восприятием (познанием) и поведением.

Проблема "копинга"(совладания) личности с трудными жизненными ситуациями возникла в психологии во второй половине XX в. «Coping есть индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями» [n3]. Психологическое предназначение копинга заключается в том, чтобы наилучшим образом адаптировать человека к требованиям ситуации и погасить стрессовое действие последней.

Безусловно, потеря работы это большой стресс. Безработица – не просто отсутствие работы. Человек в это время переживает отчаяние, бессилие, растерянность. Большая доля эмоционально-психологических расстройств приходится на безработных, которые были уволены в связи с сокращением штатов или ликвидацией предприятия.

Безработных людей также можно разделить на активных и пассивных. Активные хотят найти работу, изучают рынок труда, посещают работодателей, следят за прессой, в случае необходимости, легко переориентируются на другую профессию, которая пользуется спросом на рынке труда. Пассивные точно знают, какие выгоды можно получить, имея статус безработного (пособие, трудовой стаж, наличие свободного времени). Некоторые даже свободное время используют для дополнительного заработка.

Поскольку каждый человек переживает потерю работы по-разному, можно выделить 4 типа личностей [n2], которые демонстрируют различные формы поведения в трудных жизненных ситуациях:

Первый тип ориентирован на достижения, на изменение окружающего мира, а также на использование и пробу своих возможностей. Воспринимают свое положение как способное измениться, составляют планы на будущее.

Второй тип акцентирует внимание на своем положении в ситуации.

Третий тип характеризуется покорностью судьбе, слабо ориентируется на изменении поведения и деятельности, не имеют планов на будущее.

У четвертого типа доминируют чувства горечи и разочарования. Такие люди не принимают советов, отвергают консультации. Такая личность не заинтересована в будущем.

Основоположники исследования вопроса копинг-поведения – психологи Фолкман и Лазарус – называли копинг-стратегии «стратегиями совладания с трудностями и регулирования взаимоотношений с окружающей средой» и выделили следующие виды:

1. Конфронтация, или противостояние ситуации.
2. Дистанцирование от проблемы или же откладывание ее решения.
3. Стратегия самоконтроля, то есть стремление регулировать свои чувства и действия.
4. Поиск социальной поддержки, обращение за помощью к другим людям.
5. Стратегия принятия ответственности. Это, напротив – путь сильных и зрелых людей, и подразумевает он признание собственных ошибок и их анализ с целью не допустить повторения.
6. Стратегия планового решения проблемы, то есть выработка плана спасения и четкое следование ему.
7. Позитивная переоценка происходящего.
8. Избегание (или перенос) ответственности. Это – попытка уйти из ситуации или от общения.

Каждый человек, может быть в какой-то степени неосознанно, выбирает для себя ту или иную стратегию. Не всегда она бывает верной, значит необходимо обратиться к специалистам службы занятости, либо кадровых агентств. Большую роль играют специалисты службы занятости, кадровых и учебных центров, которые, помогают преодолеть стрессовую ситуацию при потере работы. Именно там граждане получают не только квалифицированную помощь при поиске работы, но и оказываются в психологически комфортной для себя среде.

Основная обязанность специалистов данных служб быть не только грамотным специалистами в своей области, но и быть хорошим психологом, тонко чувствующим эмоциональное состояние безработного гражданина, уметь настроить его на позитивную волну.

Обобщая все вышесказанное, хочу предложить следующее:

- привлекать квалифицированных психологов в службы занятости населения;
- выявлять причины потери работы;
- при возможности для каждого безработного разработать рекомендации по преодолению стрессовых ситуаций;
- большое внимание уделять эмоциональному состоянию безработного.

В заключении хочется отметить, что при соблюдении данных условий, безработные будут легче переносить потерю работы, оптимистичнее смотреть в будущее и легко определять свои потребности в сфере труда и идти к своей цели.

### **Литература**

1. Андреева Г. М. Психология социального познания. М., 2000
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуации и психологическая защита. // Психологический журнал, Т. 15, № 1, 1994г., С. 3-17.
3. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5.
4. Экономическая теория: Учебник. / Под ред. В.Д. Камаева. М.: ВЛАДОС, 2010.
5. <http://getfut.ru/home/article/3-rubriki/261-prognoz-bezroboticy-v-mire-ot-mot-na-2013-god.html>

### **Слова благодарности**

Спасибо!