

Psychology

УДК 159.942.5:331.108.644.7

Барчі Б.В.,

к.психол.н., ст. викладач кафедри психології Мукачівського державного університету, barchibeata@ukr.net

Україна, м. Мукачево

ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ОСІБ
ЯКІ ВТРАТИЛИ РОБОТУ

У публікації наведено результати теоретичного розрізу досліджень проблеми психологічного стану осіб, які втратили роботу. Основна увага приділена психологічним дослідженням психічним станам безробітної особи. Втрата постійної зайнятості, що приносить дохід, досліджується в контексті всього життя людини й аналізується: по-перше, як подія, що не залежить від самої людини; по-друге, як подія враження, що дає змогу проаналізувати сприйняття людиною такої життєвої події, як втрати роботи. Такий підхід дає змогу визначити етапи переживання цього важливого життєвого періоду, який знаменує собою втрата роботи, визначити вплив цієї події на динаміку емоційних станів особистості, визначити типи переживання події втрати роботи та життєвого періоду позначеного нею, а саме стрес і криза перебування у стані безробіття.

Ключові слова: безробіття, зайнятість, мотивація, особистість, втрата роботи, криза особистісного розвитку.

Постановка проблеми. Основним індикатором національної економіки будь-якої держави є стан зайнятості. Він відображає можливості економічного піднесення та характеризує використання певних ресурсів праці. Те що працююча особа має змогу задовольняти для власного життя потреби, само реалізовується як творча особистість, а також зберігає певний рівень життя, підтримує здоров'я з метою забезпечення старості називається соціальною функцією зайнятості. Велика частина працездатного населення виявилася невідповідною до значних змін щодо професійних планів і таким чином опинилися перед крахом професійних установок. Ставши безробітним значна частина опиняється за межами активного професійного життя.

Безробіття, як проблема стосовно втрати роботи має довготривалу історію і залишається для закордонної науки актуальним предметом їх дослідження. Дана проблема вже понад 20 років отримала вітчизняну «прописку». Це спричиняє збільшення інтересу вчених до проблеми безробіття з психологічної точки зору.

Міждисциплінарний характер проблеми безробіття вводить її як об'єкт політичних, соціально-економічних, соціокультурних досліджень. Економічні дисципліни аналізують стан проблеми зайнятості і специфіку ринку праці. Соціологічні дослідження вивчають віковий та соціальний склад безробітних осіб, особливості самооцінки та стратегії поведінки [10]. Переколючим є факт, де безробіття розглядають в більшій мірі як негативне соціальне явище. Недостатньо вивченими залишаються особливості поведінки безробітної особи, її особистісні характеристики. Значної уваги варто приділити вивченню питання психологічних наслідків явища безробіття на особистість. Варто зауважити, що кожна втрата роботи переживається людиною індивідуально своєрідно.

Метою даної публікації є аналіз психологічної літератури з проблематики втрати роботи в контексті

визначення її як події для виявлення закономірностей психологічного стану безробітного і впливу цієї події на подальший професійний розвиток та життя людини.

Виклад основного матеріалу. Аналізуючи життєву ситуацію безробітної особи, можна охарактеризувати її як стресову в період кризи. Відношення особи до травматичних ситуацій, що змінюють якість її соціального, фізичного та психічного життя. Зростає можливість психосоматичних захворювань на фізичному рівні. Значною мірою страждає нервова, серцево-судинна, ендокринна системи. Така людина на соціально-психологічному рівні втрачає свій соціальний статус разом з роботою. Змінюється рольова структура у сім'ї. Людина повністю починає випадати зі звичного для себе кола спілкування а також розпорядку дня. Губляться способи адаптації до навколишнього середовища та важливі цілі та стремління. У наслідок зростає соціальна ізоляція, конфліктність, збільшується кількість сімейних розлучень.

Розглянемо напрями українських дослідників, які вивчають безробіття як: 1) поведінкові стратегії безробітних (О. Киричук, С. Шароварська); 2) характеристики безробітних як особистості (Л. Матвієнко, В. Рибалка, Н. Туленкова); 3) тривале безробіття та його особливості (Т. Канівець-Цибульська); 4) особливості активності безробітної особи (О. Корчевна, Л. Матвієнко); 5) гендерні особливості безробітних (А. Алексєєва, О. Підгорна); 6) комунікативна діяльність аплікантів (М.Бастун, О. Верьовкіна, І. Волошина); 7) мотиваційна сфера безробітних (Б. Барчі, М. Захарова); 8) професійне навчання та консультування безробітних (Я. Зелінська, В. Синявський, В. Скульська, З. Становських); 9) питання професійної орієнтації та професійного самовизначення безробітних (Л. Бондарчук, Н. Побіренко); 10) проблеми попередження безробіття (С. Герасина, І. Добренко, Н. Литвинова, Г. Татаурова).

Якщо людина отримує статус безробітного, то це означає, що його виключають з інституту оплачуваної

зайнятості [8]. Згідно ст. 1 Закону України «Про зайнятість населення» від 01.03.1991 р. №803-ХІІ, зайнятість – це діяльність громадян, пов'язана із задоволенням особистих та суспільних потреб і така, що, як правило, приносить їм доход у грошовій або іншій формі [1]. Джерелом формування психологічного стану безробітного є зупинка трудової діяльності, неможливість знову працевлаштуватись, відсутність заробітної плати.

Психічний стан, за психологом Н.Д. Левітова, це цілісна характеристика психічної діяльності протягом певного періоду часу, що вказує на своєрідне протікання психічних процесів що залежать від предметів і явищ дійсності, психічних властивостей особистості чи попереднього психічного стану. Психічні стани мають адаптивний характер пристосування. Людина погоджується з своїми можливостями у конкретних об'єктивних умовах. Такі можливості організовують взаємодію безробітного з навколишнім середовищем.

Психологічний стан людини в ситуації безробіття формується в основному виключенням з інституту оплачуваної зайнятості. Конкретними формами такого стану може бути: депривація потреб (самоповага, матеріальне забезпечення, спілкування тощо); поява потреб в новому робочому місці; втрата звичайної структури часу та розпорядку дій. Людина, яка знаходиться в ядрі ситуації безробіття переживає ці стани як наслідок бездіяльності. Етап розвитку ситуації безробіття, стрес та криза, характеристика особистості та показники його макро- і мікросередовища, тривалість ситуації впливають на форми та ступінь конкретних виявів психологічного стану особистості безробітного.

Узагальнюючи результати проведеного аналізу досліджень Л. Пельцман, В.А. Москвіна й Н.А. Корабльової дає можливість вказати на те, що негативні стани можуть спровокувати не тільки сам факт втрати роботи, тобто звільнення. У період перебування в категорії безробітного, позначеного власне втратою місця роботи, може спостерігатися незначна динаміка психічних станів людини вже на початковому періоді. Л. Пельцман пов'язує зміни ступеня тяжкості цього стану з такими причинами, як тривалість відсутності роботи, можливість прояву активності, матеріальні труднощі і т.д. [7;9].

Водночас поняття стресу, що позначає специфіку переживань особи в умовах втрати роботи, на нашу думку, є менш обґрунтованим, ніж саме використання поняття «криза». Поняття «криза» дає можливість аналізувати багатозначність впливу втрати роботи на стан та поведінку людину. В психологічній науці вже є присутній досвід використання поняття «криза» для позначення впливу втрати роботи на людину. Таке поняття використовуються М.В. Дмитрієвою, Т.С. Чуйковою Ж.П. Вірною, О.В. Корчєвою [4,6].

За результатами досліджень Ж.П. Вірної, у безробітних переважає негативний емоційний стан, переважає стан самотності, починає з'являтися відлюдкуватість в результаті змін їх особистісних характеристик [4].

Л. Пельцман вказує, що реакція людей на стресовий вплив в умовах безробіття індивідуальна. Стійкість до впливів різняться. На думку автора існують індивідуальні характеристики особистості безробітного, які можуть забезпечувати стресову реакцію на втрату роботи різної міри й провокують наступні стани [7].

Психічні стани є індивідуалізованими. Вони залежать від особливостей конкретної особистості та її цінностей. Життєдіяльність нормальної пересічної людини не можна уявити без певної нервово-психічної напруги. Людина перебуває в станах де її засоби і умови праці повністю відповідають її функціональним можливостям та функціональному комфорту. Сама діяльність насичена позитивним емоційним ставленням та високою активністю. Але не можна відкинути і стани, де мають місце більш чи менші, внутрішні чи зовнішні завади, тобто відсутні ідеальні умови. Ці переживання можуть зменшити нормальний активний стан та перетворити його у важкий.

Переживання негативних психологічних станів у період втрати роботи може негативно вплинути на бажання продовжити професійний розвиток. Так, І. Баклицький вказує на випадки провокування неадекватної мотивації щодо професійної переорієнтації. Людина яка втратила роботу намагається вирішити проблему працевлаштування перенавчаючись [2].

Стан, що пов'язаний з порушенням в діяльності нервової системи називається важким. Ці порушення можуть бути зумовлені недостатньою зовнішньою імпульсацією, надмірним зовнішнім впливом, пониженням тону нервової системи.

Стани які характеризуються надлишком емоційної напруги зустрічаються досить часто. Це явища називають «застійним збудженням». Такі стани як стрес, фрустрація, конфлікт, тривога та криза відносяться до цієї групи явищ. Одним з факторів, що може призводити до важких емоційних станів, вважається безробіття.

Для людини раптово руйнується те, що було важливим, що підтримувало й забезпечувало її життя, те, що було частиною її Я-концепції. Людина переживає соціальну «стигматизацію». Ситуація безробіття, яка склалася навколо неї, є не тільки психотравмуючою, але й неприйнятною в соціальному оточенні, а саме там де панує успіх і матеріальне забезпеченість.

Для подолання кризових ситуацій та можливості успішного працевлаштування здоров'я людини є беззаперечним ресурсом. Утрата роботи впливає на самопочуття особистості. Негативні переживання людини інколи провокують втрату апетиту, м'язову слабкість, підвищення артеріального тиску й температуру, втрату мотивації досягнення [3].

Стан тривалої соціальної напруженості викликає економічна криза в Україні та незбалансованість економічних процесів. Для безробітного характерні постійні фрустрації. Його положення можна назвати ускладнене. Стани фрустрації можуть призвести до напруженості. Безробітний може демонструвати неконструктивну поведінку. Агресія, репресія – пригнічення бажань та витіснення їх у підсвідомість; ескапізм – уникнення травмуючої ситуації; регресія – примітивізація поведінки; раціоналізація – спроба виправдати свою поведінку надуманими засобами; сублимація – переключення активності з первинної проблеми, у вирішенні якої йому не поталанило, на діяльність іншого роду, де досягається успіх, навіть і уявний; проекція – перенесення неусвідомлених мотивів поведінки на пояснення поведінки другого; аутизм – самозамикання особистості, її відмежування від спілкування та активної діяльності є елементами неконструктивної поведінки.

Дані психологічних досліджень свідчать, що ситуація втрати роботи, втрати постійного заробітку та зниження соціальних гарантій може бути для людини максимально критична. Досить часто може призвести до серйозних негативних наслідків організації її соціального життя. Отже, втрата роботи викликає складний стресовий стан. Він може супроводжуватися негативними психологічними проявами, впливати на загальний рівень активності, фізичне та психічне здоров'я особистості.

Складною і критичною вважається ситуація втрати роботи для людини. Але слід зауважити і те, що ця подія може стати поворотною на життєвому шляху. Людина може віднайти нові можливості змінити власне життя. Працевлаштування безробітного є індикатором його самореалізації в професійній сфері. Саме в умовах безробіття перевіряється здатність вирішувати важкі проблеми життєдіяльності. Високий реалізаційний потенціал може швидко працевлаштувати безробітного.

Адапована психологічна активність є важливим чинником для безробітних, для їх активної життєдіяльності. Слід пам'ятати, що хронічне безробіття є крайньою формою соціальної дезадаптації особистості. Першочерговим завданням центрів зайнятості є виведення «хронічного» безробітного із дезадапованого стану [3].

Певні риси характеру безробітного, а саме: невпевненість у собі, труднощі у корекції звичок, переконань, схильностей, які уже склалися можуть заважати пошуку роботи. Брак навичок спілкування, невміння вступати у контакт, небажання слухати співбесідника задля вирішення конфліктів також негативно впливає на результат у пошуку професійної діяльності. Бажання та можливість взаємодіяти з оточуючими, володіння прийомами спілкування допомагають не тільки віднайти роботу, але й вирішити життєві проблеми, що склалися. Наступною причиною утруднень у працевлаштуванні є те, що безробітні не можуть знайти роботу за своєю спеціальністю. Вартим для уваги є і факт володіння незадоволеною спеціальністю і бажання її змінити. Боячись допустити помилку, люди намагаються дізнатися, які професії найбільш відповідають їхнім схильностям, інтересам, здібностям. В такій ситуації на допомогу можуть вийти психологічні служби, що здатні оцінити профпридатність до спеціальності та надати перелік відповідних професій.

Досить часто безробітних супроводжує низький рівень намагань звільнитися від стану тривожності. Одним із способів зменшення рівня напруження є спрямована на інших людей агресія. Навколишнє оточення сприймається як певна перешкода на шляху до задоволення власних потреб. Схильні до агресивної форми реагування на життєві труднощі особи просто ігнорують інтереси інших відчувачи гнів, сердячись, кричачи, критикуючи і звинувачуючи інших у своїх бідах. Спрямовуючи агресію на самого себе, людина тамує потреби, наповнюється почуттям печалі, сумує відчувачи незадоволення особистою критикою. В такому стані шукати роботу не має сенсу.

Висновки та перспективи. Проведене дослідження теоретичного аспекту переживання стану безробіття дає змогу вказати, що ця подія знаменує собою особливий життєвий період, позначений втратою роботи. У цей період у сфері самосвідомості людини відбуваються

значні зміни. Безробіття розуміється самим суб'єктом і його оточенням як одна з гострих стресових ситуацій. Між особистим самоусвідомленням і трудовою діяльністю існує глибинний зв'язок. Одним з головних чинників, що визначають внутрішнє самопочуття людини є робота.

Узагальнюючи вищесказане, можна констатувати той факт, що стрес, пережитий у період безробіття, може навіть спричинити скорочення індивідуальної тривалості життя. Аналіз наведених публікацій свідчить про те, що стан переживань людини є індивідуально-своєрідним. Перспективою подальшого нашого дослідження є створення ефективних умов для забезпечення зайнятості населення, розв'язання адресних проблем безробітного та всіх членів його сім'ї, підбір рекомендацій з вдосконалення роботи служби зайнятості, що здійснює комплексне регулювання питань трудової та психічної сфер безробітних, надання психологічної допомоги безробітним у пошуку роботи.

Література

1. Закон України «Про зайнятість населення» від 01.03.1991 р. № 803-ХІІ.
2. Бақлицький І. Психологія праці / І. Бақлицький. — Львів: Видавництво ЛНУ, 2004. — 511 с
3. Барчі Б.В. Психологічна допомога клієнтам, які перебувають на обліку в центрі зайнятості / Б.В. Барчі // Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАН України — Вип. 8, т. 11, ч. 1: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. — К., 2013. — С. 85–95.
4. Вірна Ж.П. Переживання самотності в умовах втрати роботи / Ж.П. Вірна // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. — Т. VII. — К., 2005. — Вип. 6. — С. 70–75.
5. Глуханюк Н.С. Психологія безробітності: вступ до проблеми: учеб.-метод. посібник / Н.С. Глуханюк, А.М. Колобко́ва, А.А. Печеркіна // Моск., психол.-соц. ин-т. — 2-е изд., доп. — М., 2003. — 83 с.
6. Корчевна О.В. Психологічні чинники формування активності безробітних на ринку праці: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук; спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / О.В. Корчевна — К., 2005. — 22 с.
7. Москвін В.А. Безробіття і стрес / В.А. Москвін, Н.І. Коробльова // Людина і праця. Інф. бюл. Мін. Праці. — 1994. — № 2–3. — С. 84–86. 20.
8. Орбан-Лембрик А.С. Психологія професійної комунікації: навч. посібн. / А.С. Орбан-Лембрик. — Чернівці: Вид-во "Книги — XXI", 2010. — 528 с.
9. Пельцман А. Стрессовые состояния у людей, потерявших работу / А. Пельцман // Психологический журнал. — 1992. — № 1. — С. 126–129.
10. Петроє О.М. Соціально-психологічні чинники реформування ринку праці: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з держ. упр.: спец. 25.00.02 «Механізми державного управління» / О.М. Петроє. — К., 2004. — 19 с.

References

1. Zakon Ukraїni «Pro zajnjatist' naseleńnja» vid 01.03.1991 r. № 803-III.
2. Baқlic'kij I. Psihologija praci / I. Baқlic'kij. — L'viv: Vidavnicтво LNУ, 2004. — 511 s
3. Barchi B.V. Psihologichna dopomoga klijentam, jakij perebuvajut' na obliku v centri zajnjatosti / B.V. Barchi // Aktual'ni

problemi psihologii : zb. nauk, pr. In-tu psihologii im. G.S. Kostjuka NAFN Ukraini – Vip. 8, t. 11, ch. 1: Psihologija osobistosti. Psihologichna dopomoga osobistosti. – K., 2013. – S. 85–95.

4. Virna Zh.P. Perezhivannja samotnosti v umovah vtrati roboti / Zh.P. Virna // Problemi zagal'noi ta pedagogichnoi psihologii. Zbirnik prac' Institutu psihologii imeni G.S. Kostjuka APN Ukraini / Za red. S.D. Maksimenka. – T. VII. – K., 2005. – Vip. 6. – S. 70-75.

5. Gluhanjuk N.S. Psihologija bezroboticy: vvedenie v problemu: ucheb.- metod. posobie / N.S. Gluhanjuk, A.I. Kolobkova, A.A. Pecherkina // Mosk, psihol.- soc.in-t. – 2-e izd., dop. – M., 2003. – 83 s.

6. Korchevna O.V. Psihologichni chinniki formuvannja aktyvnosti bezrobotnih na rynku praci: avtoref. dis. na zdobuttja

nauk, stupenja kand. psihol. nauk; spec.19.00.07 «Pedagogichna ta vikova psihologija» / O.V. Korchevna – K., 2005. – 22 s.

7. Moskyin V.A. Bezrobotnja i stres / V.A. Moskyin, N.I. Korabl'ova // Ljudina i pracija. Inf. bjul. Min. Praci. -1994. – № 2 – 3. – S 84 – 86. 20.

8. Orban-Lembrik L.C. Psihologija profesijnoi komunikacii : navch. posibn. / L.C. OrbanLembrik. – Chernivci : Vid-vo "Knigi – JHTI", 2010. – 528 s.

9. Pel'cman L. Stressovye sostojanija u ljudej, poterjavshih rabotu / L. Pel'cman // Psihologicheskij zhurnal. – 1992. – № 1. – S. 126-129.

10. Petroc O.M. Social'no-psihologichni chinniki reformuvannja rynku praci: avtoref. dis. na zdobuttja nauk, stupenja kand. nauk z derzh. upr.: spec.25.00.02 «Mehanizmi derzhavnogo upravlinnja» / O.M. Petroc. – K., 2004. – 19 s.

Barchi B.V.,

Candidate of Psychological Sciences, senior lecturer of Psychology chair, Mukachevo State University,
barchibeata@ukr.net

Ukraine, Mukachevo

ON THE PROBLEM OF THE UNEMPLOYED PSYCHOLOGICAL STATE

The publication presents the results of theoretical analysis of the research on the problem of the psychological state of the person who lost work. The main attention has been paid to psychological studies of the unemployed person mental states. Loss of work investigated in the context of all human life is being analyzed firstly, as an event that does not depend on a person; secondly as an event of impression, which makes it possible to analyze the perception of a person's life event of loss of work. This approach makes it possible to identify the stages of experiencing a life-time, which marks a loss of work, to determine the impact of this event on the dynamics of emotional states of a person, to determine the types of experiences of the loss of work and the life period indicated by it (first of all, stress and crisis).

Key words: unemployment, employment, motivation, personality, loss of work, crisis of personal development.





МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>