

УДК 331.5

Місячна Н. М.,
аспірантка кафедри соціальної роботи,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка
E-mail: Misyachna_nata@ukr.net

ПРОГРАМА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ БЕЗРОБІТНИХ ГРОМАДЯН

У статті висвітлено проблематику соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання. Теоретико-методологічний аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури дозволив виокремити структурні компоненти психологічної готовності: мотиваційний, орієнтаційний, пізнавальний та емоційно-вольовий. Саме ці структурні компоненти покладені в основу теоретичної моделі психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання. До мотиваційного компоненту включено такі складові: умови праці, винагорода, прагнення до досягнень, до самовдосконалення, до змін, влада та впливовість, взаємини. Складовими орієнтаційного компоненту є: спрямованість на зміну себе (зміна професійної Я-концепції), на встановлення нових стосунків, на виконання нових завдань. До когнітивного компоненту ввійшли такі складові: можливість реалізувати свої знання, вміння, навички в майбутній професії; відкритість до нових знань; налаштованість на засвоєння нових знань; саморозвиток. Складові емоційно-вольового компоненту: емоційна стабільність, соціальна сміливість, самоконтроль, спонтанність, наполегливість, вміння досягати успіху незважаючи на перешкоди.

З метою вивчення соціально-психологічної готовності безробітних громадян та вимушених переселенців проводилося емпіричне дослідження. На підставі одержаних результатів виявлено низку соціально-психологічних бар'єрів, що впливають на рівень готовності безробітних, зокрема, це низький рівень прагнень до особистісного і професійного розвитку, низький рівень мотивації досягнення, високий рівень напруженості, дратівливості, що зумовлений наявністю незадоволених потреб і нереалізованих цілей. Не всі дії доцільні, іноді безробітні схильні до марного проведення часу. Саме тому використовувалася удосконалена програма соціально-психологічної підтримки безробітних громадян.

Порівняння зрізів на різних етапах формувального експерименту (початковому, завершальному) в експериментальних групах

безробітних дозволяє стверджувати, що запропонована програма є ефективним та дієвим методом формувального впливу та коригування особистісних якостей її учасників. Її використання дозволяє на суттєвому рівні опрацювати та усвідомити суб'єктивні обмеження, які знижують рівень соціально-психологічної готовності безробітних.

Ключові слова: безробіття, психологічна готовність, психологічні бар'єри, професійна орієнтація, соціально-психологічна підтримка, тренінг, групова робота.

Постановка проблеми. Проблема безробіття є актуальною та теоретично і практично значущою. Динамічність ринку праці, вимушена міграція, поява нових професій збільшує кількість безробітних людей дорослого віку та вимагає від безробітних вимушено змінювати професію та перенавчатися, що допоможе їм бути конкурентоспроможними на ринку праці. Тому важливою у цій ситуації є соціально-психологічна готовність безробітних до зміни професії та перенавчання.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Особливості вивчення проблем безробіття висвітлені у багатьох наукових працях, а саме: особистісно-сміслові детермінанти переживання безробітними професійних криз (О. Рудюк); проблеми формування, реалізації та зміни життєвої стратегії особистості (К. Мілютіна); організаційно-психологічні детермінанти адаптації безробітних на етапі професійної підготовки (В. Пасічна); соціально-психологічні чинники професійної реадптації безробітних в умовах сучасного соціуму (К. Аксенченко); особливості активності безробітного (О. Корчевна, Л. Матвієнко); питання професійної орієнтації та професійного самовизначення безробітних (Л. Бондарчук, Є. Єгорова, Н. Побірченко); поведінкові стратегії безробітних (О. Киричук, В. Логвиненко, С. Шароварська).

Програма соціально-психологічної підтримки безробітних громадян у процесі зміни професії та перенавчання за допомогою системи соціально-психологічних способів і методів дозволяє актуалізувати професійно-особистісний потенціал особистості, що перебуває в ситуації безробіття, сприяє соціально-професійному самовизначенню, підвищенню конкурентоспроможності на ринку праці [6]. У розробці програми соціально-психологічної підтримки безробітних громадян ми спиралися на напрацювання та досвід науковців, які працювали у даному напрямку К. Аксенченко, Л. Авдєєв, А. Алексєєва, Л. Башук, О. Киричук, О. Корчевна, В. Логвиненко, К. Мілютіна, В. Назаркевич, Н. Ортікова, В. Пасічна, В. Синявський, О. Соснюк, С. Тарасюк, К. Фопель [2; 3; 4; 5; 6; 7].

Мета статті полягає у висвітленні результатів впровадження програми соціально-психологічної підтримки безробітних громадян.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення мети проводилося емпіричне дослідження. Попередньо нами було опитано 350 осіб (238 осіб з м. Києва та 112 осіб – вимушені переселенці) задля визначення соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання. Дослідження виявило низку соціально-психологічних бар'єрів, що впливають на готовність безробітних до зміни професії, зокрема, це низький рівень прагнень до особистісного і професійного розвитку, низький рівень мотивації досягнення, високий рівень напруженості, дратівливості, що зумовлений наявністю незадоволених потреб і нереалізованих цілей. Не всі дії доцільні, іноді безробітні схильні до марного проведення часу. Саме тому використовувалася удосконалена програма соціально-психологічної підтримки безробітних громадян.

Програма соціально-психологічної підтримки безробітних складається з таких етапів.

1. Психодіагностична підтримка, яка дає можливість усвідомити свої психологічні особливості та професійно важливі якості. На даному етапі за допомогою психодіагностичних методів визначалися особливості характеру безробітного, особисті якості, здібності безробітного і їх співвідношення з вимогами, що висуваються професією до людини.

2. Психокорекційна, психотерапевтична підтримка була спрямована на зниження напруження, тривоги, підвищення впевненості в собі, стимулювання активності, готовності протидіяти негативним обставинам. Для цього використовувалися тренінг та психологічна корекція, як методи групової роботи.

3. Профінформаційна та психолого-просвітницька підтримка, спрямована на самопізнання та самоідентифікацію, в результаті якої безробітні навчилися оцінювати психологічні вимоги професії до спеціаліста, порівнюючи їх із власними психологічними якостями, і робити відповідні висновки.

4. Довідково-інформаційна підтримка, спрямована на ознайомлення безробітного з переліком вакантних робочих місць за даними служби зайнятості, а також із переліком інформаційних джерел і установ, які надають відомості про вакансії, умови працевлаштування, вимоги до фахівця [6].

Реалізація програми передбачає використання діагностичних процедур, психотехнічних прийомів, інформування, групових дискусій, рольових ігор, тощо. Програма складається з чотирьох блоків вправ, кожен з яких орієнтований на підвищення рівня соціально-психологічної готовності безробітних відповідно компонентам теоретичної моделі.

На формувальному етапі емпіричного дослідження було сформовано 4 групи безробітних громадян у кількості 56 осіб, які стояли на обліку Голосіївського районного центру зайнятості міста Києва, з них 32 особи жіночої статі та 24 особи чоловічої статі. Серед 56 осіб безробітних було 28 осіб вимушених переселенців, з них 15 осіб – жінки, 13 осіб – чоловіки. Сама програма підтримки тривала 5 місяців, з яких формувальний етап тривав 1 місяць, діагностичний етап – 1 місяць, психокорекційна, психотерапевтична підтримка безробітних тривала 3 місяці.

На початковому етапі групової роботи з безробітними здійснювався первинний діагностичний зріз за допомогою низки методик: Методика дослідження мотивації досягнень; Методика дослідження IQ та інтелектуальних професійно значущих якостей; Методика дослідження соціально-психологічних професійно значущих чинників; Методика «Спрямованість особистості» М. Смекала і М. Кучери; авторська анкета.

На другому етапі розроблено тренінгову програму для підвищення рівня соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання шляхом роботи з мотиваційним, орієнтаційним, емоційним, когнітивним компонентами готовності. Робота з мотиваційним компонентом відбувалася шляхом підвищення рівня мотивації до пошуку роботи через зміну професії та перенавчання і досягнення успіху. Робота з емоційним компонентом відбувалася шляхом зниження рівня фрустрації безробітних, зняття емоційної та поведінкової скрутості, формування навичок відвертих висловлювань; розвиток особистісної автентичності. Вплив на когнітивний компонент здійснювався шляхом актуалізації позитивних сторін учасників тренінгу, розкриття здібностей безробітних та відповідності професії особистим характеристикам безробітного. Робота з орієнтаційним компонентом відбувалася шляхом пошуку безробітними виходів з складних життєвих обставин.

Таким чином, програма підтримки безробітних здійснювалася на основі системного підходу та спрямовувалася на подолання суб'єктивних обмежень в структурі психологічної готовності безробітних, що здійснювалося з урахуванням вікових особливостей учасників взаємодії та основних принципів і закономірностей групової роботи. Програма включає певні змістовні компоненти і блоки, спрямовані на вирішення певних завдань, та спирається на сучасні методологічні розробки.

При розробці тренінгу ми спиралися на загальні його риси за О. Горбатовою, а саме наявність постійного складу групи; присутність групового тренера, який має свою концепцію тренінгу; наявність мети тренінгу; чітка просторово-часова організація тренінгу; дотримання загальногрупових норм; використання активних методів роботи; орієнтація на внутрішні процеси; наявність зворотного зв'язку; атмосфера

психологічної безпеки, яка дозволяє кожному учаснику легко і відкрито ділитися своїми думками, почуттями, проблемами, а також експериментувати зі своєю поведінкою; наявність креативного середовища [1].

Удосконалена нами програма психологічної підтримки безробітних містить такі форми роботи: міні-лекції, рольові ігри, індивідуальні та групові завдання, мозковий штурм, вправи на релаксацію. У кінці кожного заняття відбувалося групове обговорення, що включало висловлювання кожного учасника щодо своїх емоцій, відчуттів, ставлення до ситуацій, які моделювалися у групі, та важливості і актуальності отриманих в ході роботи навичок. Дискусії та групове обговорення максимально підвищують активність та внесок кожного учасника [3].

Критеріями ефективності тренінгової програми підтримки безробітних є суб'єктивна і об'єктивна оцінка та організоване спостереження [3]. Об'єктивним критерієм є використання психологічних тестів, спрямованих на дослідження змін у психічному стані учасників, порівняння і оцінку результатів первинної і завершальної діагностики. Суб'єктивний критерій ефективності тренінгу передбачав врахування оцінок самих безробітних. Організоване спостереження за учасниками дає великий обсяг інформації про успішність тренінгу.

Для участі у тренінговій програмі залучалися безробітні, які мали низький та середній рівень соціально-психологічної готовності за попередньою діагностикою, тому високі значення готовності у групах взагалі відсутні. Порівняння динаміки змін виявило, що у жінок та чоловіків експериментальних груп спостерігається позитивна динаміка, на відміну від контрольної групи.

Група 1 (безробітні міста Києва). Після закінчення тренінгу в групі 1 безробітних відбулися зміни за такими шкалами у мотиваційному блоці: прагнення до досягнень, самовдосконалення, розмаїття та зміни. Підвищення показника за шкалою самовдосконалення у безробітних жінок ($U = 598$; $p = 0,014$) та чоловіків ($U = 362,5$; $p = 0,026$) свідчить про те, що безробітні усвідомили важливість професійного самовдосконалення в процесі зміни професії, що сприяє підвищенню рівня власної професійної компетенції і розвитку професійно значущих якостей відповідно до соціальних вимог та умов професійної діяльності. Також після проведення формувального експерименту у жінок ($U = 355,5$; $p = 0,007$) та чоловіків ($U = 349,5$; $p = 0,24$) спостерігається підвищення шкали прагнення до досягнень, що свідчить про усвідомлення безробітними залежності свого професійного успіху від самопізнання, самоконтролю й самовдосконалення.

Значущі зміни відбулися і за шкалою «розмаїття та зміни» ($U = 217$; $p = 0,003$), це свідчить про усвідомлення безробітними того,

що професійна мобільність ставить вимоги до особистості професіонала стосовно конкурентоспроможності, самовдосконалення, здатності до самоорганізації, подолання перешкод. Перекваліфікація відіграє важливу роль у професійному становленні особистості як катализатора розвитку, орієнтира у професійному просторі. Тому важливо бути готовим до змін у власному житті. Після формульованого експерименту також відбулися помітні зрушення і за шкалами зовнішня та внутрішня мотивація, а саме в цій групі внутрішня мотивація ($U = 283$; $p = 0,002$) стала переважати над зовнішньою ($U = 313,5$; $p = 0,030$), що свідчить про підвищення рівня самоорганізації в досягненні бажаного результату.

Суттєві зміни відбулися і в орієнтаційному блоці. Більшість учасників знайшли для себе шляхи виходу із ситуації безробіття та побачили переваги цього періоду життя, а саме усвідомили важливість навчання, перенавчання, підвищення кваліфікації для успішного працевлаштування. Зрушення відбулися за шкалою «зміна професійної Я-концепції» ($U = 224$; $p = 0,061$). У безробітних жінок ($U = 355,5$; $p = 0,007$) та чоловіків ($U = 490,5$; $p = 0,032$) покращення помітні за всіма шкалами «ціль-засіб-результат», що свідчить про дієвість тренінгової програми. Під час тренінгу учасники групи навчилися правильно формувати цілі, будувати плани та знаходити шляхи реалізації мети. У контрольній групі безробітних значущих змін за цей час не відбулося.

Завдяки обговоренню в групі ситуації безробіття, використанню рольових ігор та підібраних вправ відбулися покращення в когнітивному блоці, а саме змінилися уявлення щодо неможливості застосування своїх знань та умінь в іншій професії. Тренінг допоміг розкрити потенціал учасників, безробітні отримали інформацію щодо актуальних професій на ринку праці та здійснити аналіз на відповідність професійних знань, вмінь та якостей кожного члена групи вимогам ринку.

Статистично достовірні відмінності в емоційно-вольовому блоці виявлено між такими показниками, як емоційна стабільність, самоконтроль, спонтанність, самооцінка. У жінок ($U = 322$; $p = 0,028$) та чоловіків ($U = 464,5$; $p = 0,65$) відбулося покращення за шкалою самооцінка; це свідчить про те, що безробітні навчилися правильно співвідносити свої можливості й здатності, реально дивитися на свої невдачі й успіхи та ставити перед собою реальні цілі, яких можна досягти. Крім цього, вони навчилися керувати своїми емоціями в стресовій ситуації (шкала самоконтролю). Значущі зміни виявлено і за шкалою спонтанність ($U = 540$; $p = 0,031$), до формульованого експерименту безробітні схильні були ускладнювати та драматизувати ситуацію, вагалися зробити перший крок до зміни власного життя, після тренінгової програми підвищився рівень імпульсивності та спонтанності, учасники групи

навчилися елементам планування з урахуванням можливих наслідків. Суттєвих змін не відбулося за такими шкалами, як тривожність, ідеалізм, радикалізм.

У контрольній групі безробітних (які не брали участь у тренінговій програмі) значущих відмінностей не спостерігається, що пояснюється відсутністю з ними активної групової роботи.

Група 2 (м. Київ). Завдяки повторній діагностиці виявлено покращення за такими шкалами, як прагнення до змін, прагнення до досягнень та прагнення до самовдосконалення (мотиваційний компонент). У жінок ($U = 512$; $p = 0,048$) та чоловіків ($U = 386$; $p = 0,031$) (за середніми значеннями та U -критерієм Манна-Уїтні) спостерігаються покращення показника за шкалою «самовдосконалення», що свідчить про усвідомлення безробітними важливості вдосконалення наявних знань, умінь і навичок з метою досягнення бажаного рівня професійної компетенції. Показник «прагнення до досягнень» покращився, як у жінок ($U = 785,5$; $p = 0,052$), так і в чоловіків ($U = 550$; $p = 0,061$), що свідчить про усвідомлення безробітним необхідності докладання зусиль для досягнення бажаного результату, і що важливими складовими в досягненні успіху є самовладання, самоконтроль та відповідальність за свої дії. Майже не змінилися в експериментальній групі показники за шкалами: винагорода, соціальні блага та інтерес.

За U -критерієм Манна-Уїтні, було встановлено значущі відмінності в орієнтаційному блоці. Порівняно з попередніми результатами, де було виявлено у більшості учасників тренінгу спрямованість на себе (методика «Спрямованість особистості» М. Смекала і М. Кучери), прояв егоцентризму, небажання чути думку іншої людини, після тренінгу відбулися помітні зрушення за шкалами «спрямованість на завдання» та «спрямованість на встановлення нових контактів», що необхідно безробітному в опануванні нової професії, а саме робота в команді, вміння знаходити компроміси тощо.

Після проведення тренінгу у безробітних спостерігається покращення за шкалами «ціль» ($U = 499$; $p = 0,018$), «засіб» ($U = 514$; $p = 0,027$), «результат» ($U = 427$; $p = 0,006$), що свідчить про усвідомлення безробітними того, що головна мета на даний час пов'язана з пошуком роботи шляхом перенавчання та підвищення кваліфікації, оскільки це дасть змогу набути та вдосконалити професійні знання, вміння та навички, що забезпечить відповідний рівень професійної кваліфікації для подальшого працевлаштування у роботодавця.

За результатами повторної діагностики виявлено покращення емоційного стану безробітних громадян. У жінок значущі зміни помітні за шкалами: спонтанність ($U = 342,5$; $p = 0,024$), радикалізм ($U = 289$; $p = 0,043$),

напруження ($U = 267$; $p = 0,019$), самооцінка ($U = 304,5$; $p = 0,008$), емоційна стабільність ($U = 421,5$; $p = 0,010$). У чоловіків показники теж стали вищі за шкалами самоконтроль ($U = 516$; $p = 0,003$), дисциплінованість ($U = 578$; $p = 0,015$), самооцінка ($U = 206$; $p = 0,044$), соціальна сміливість ($U = 411$; $p = 0,029$) та нижчі за шкалою напруженість ($U = 501$; $p = 0,005$). Це свідчить про вдало підібрані вправи та досягнення за допомогою використання тренінгової програми поставлених цілей.

Суттєвих змін не відбулося за шкалою ідеалізм, це свідчить про те, що безробітні більш схильні до мрійливості, не бажають брати на себе відповідальність та ставити реальні цілі. Такий результат може свідчити про недостатній час використання групової роботи з безробітними. В контрольній групі статистично значущих змін теж не виявлено.

Група 3 (вимушені переселенці). У ході діагностики встановлено, що безробітним не вистачає професійних знань та вмій для конкурентоспроможності на ринку праці, а також впевненості у своїх силах. До формувального експерименту у безробітних спостерігався нереалістичний рівень домагань, неадекватна самооцінка, безробітні ігнорували об'єктивну інформацію про свої здібності. Вправи тренінгової програми підбиралися таким чином, щоб змінити уявлення про ситуацію безробіття, а також розвіяти страх, невпевненість та думки про те, що у них нічого не вийде.

Порівняння середніх значень з використанням U -критерію Манна-Уїтні виявлено значущі відмінності в експериментальних групах до та після проведення тренінгової програми за шкалами: цікава робота, розмаїття та зміни, прагнення до досягнень, самовдосконалення. Покращення показника «прагнення до змін» у жінок ($U = 687,5$; $p = 0,009$) та чоловіків ($U = 567$; $p = 0,014$) свідчить про усвідомлення безробітним того, що для досягнення успіху в будь-якій сфері свого життя необхідно постійно накопичувати нові знання, використовувати інші моделі поведінки, тобто постійно змінювати себе, оскільки зміни є рушієм успіху, а відсутність змін породжує застій та регрес. Усвідомлення жінками ($U = 217$; $p = 0,021$) та чоловіками ($U = 265,5$; $p = 0,082$) того, що самовдосконалення необхідне для підвищення рівня власної професійної компетенції, саме це є важливою складовою успіху та отримання матеріальних благ. У контрольній групі простежуються теж певні зміни за шкалами, але вони настільки незначні, що роботи висновки на цих даних неможливо.

В орієнтаційному блоці виявлено значущі зміни як у чоловіків ($U = 315$; $p = 0,005$), так і в жінок ($U = 258$; $p = 0,058$), це свідчить про те, що безробітні оволоділи вміннями та навичками планувати свою роботу, вміло розподіляти час, створювати сприятливі умови для діяльності, здійснювати самоконтроль, самоаналіз результатів.

У пізнавальному блоці теж спостерігаються суттєві зміни. Безробітні оволоділи вміннями та навичками грамотно працювати з основними джерелами соціальної інформації, зокрема, книгами, бібліографічними системами, автоматизованими інформаційно-пошуковими засобами, телебаченням (уміння орієнтуватися у великих обсягах інформації, вибирати головне, фіксувати його тощо). Оволоділи вміннями об'єктивно оцінювати власні інтелектуальні та фізичні можливості в процесі навчання та самонавчання.

В емоційно-вольовому блоці зміни відбулися за такими шкалами, як напруженість, спонтанність, соціальна сміливість, самооцінка ($p \leq 0,01$ або $p \leq 0,05$). До формувального експерименту у безробітних виявлено високі рівні напруженості, дратівливості, що зумовлено наявністю незадоволених потреб і нереалізованих цілей. Після тренінгу у жінок ($U = 437,5$; $p = 0,002$) та чоловіків ($U = 320$; $p = 0,009$) підвищився рівень емоційної стійкості у складних життєвих обставинах, безробітні усвідомили, що негаразди в житті тимчасові, головне змінити ставлення до ситуації, зробити висновки, докладати більше зусиль для досягнення успіху. Покращення показника «самооцінка» свідчить про те, що безробітні жінки ($U = 208,5$; $p = 0,007$) та чоловіки ($U = 227,5$; $p = 0,058$) навчилися правильно співвідносити свої можливості, в міру критично ставитися до себе, реально дивитися на свої невдачі й успіхи, ставити перед собою реальні цілі, яких можна досягти. Покращення показника «соціальна сміливість» свідчить про підвищення рівня готовності до ризику, впевненості в собі. Певні зміни помітні і в показниках за шкалами: самоконтроль, ідеалізм, радикалізм, емоційна стабільність, дисциплінованість. Внаслідок відсутності формувального впливу на контрольну групу статистично значущих змін в цій групі не простежується.

Група 4 (вимушені переселенці). Виявлені зміни (порівняння середніх значень з використанням U-критерію Манна-Уїтні) в мотиваційному компоненті за наступними шкалами: цікава та корисна робота ($U = 505$; $p = 0,033$), соціальні контакти ($U = 471$; $p = 0,026$), винагорода ($U = 533$; $p = 0,015$). Показники змінилися і за шкалами: самовдосконалення та прагнення до досягнень, але ці зміни є досить незначними і статистично не значущими. Це може говорити про недостатній час формувального експерименту та невдало підібрані вправи саме для цієї групи осіб або про те, що дана категорія безробітних налаштована не працювати, а отримувати соціальні блага від держави. Після завершення тренінгу в цій групі показники покращилися за шкалою «внутрішня мотивація» ($U = 249$; $p = 0,065$), що свідчить про підвищення рівня самоорганізації в досягненні бажаного результату. Разом з тим, за U-критерієм Манна-Уїтні в контрольній групі статистично значущі зміни відсутні.

Після проведення повторної діагностики виявлено зміни в орієнтаційному блоці. У жінок ($U = 412$; $p = 0,002$) та чоловіків ($U = 387,5$; $p = 0,015$) виявлено зміни за шкалами «ціль-засіб-результат», безробітні оволоділи навичками цілепокладання, розстановки пріоритетів, організації часу. Покращився показник за шкалою «зміна професійної Я-концепції» (методика «Спрямованість особистості» М. Смекала і М. Кучери) шляхом стимулювання особистісного зростання та самовдосконалення безробітних для досягнення ідеального образу Я-професіонал. Після формувального впливу на учасників тренінгу зміни спостерігаються і в когнітивному блоці (на 15 % за результатами підсумкового анкетування та обговорення), а саме прагнення опанувати нові знання та вміння в процесі оволодіння новою професією, спрямованість на виконання нових завдань.

Також покращилися показники і в емоційно-вольовому блоці, що пояснюється використанням комплексу вправ, спрямованого на зниження фрустрації безробітних та підвищення впевненості у власних силах. Таким чином, зміни відбулися за шкалами напруженість ($U = 737,5$; $p = 0,046$), соціальна сміливість ($U = 648$; $p = 0,017$), самооцінка ($U = 602$; $p = 0,039$); змін не виявлено за такими показниками, як тривожність, емоційна стабільність, радикалізм та самодостатність. Це може свідчити про те, що людям, які пережили негативні емоції внаслідок війни, важко за певний проміжок часу адаптуватися до нормального життя, безробітним ще необхідна консультація психолога для покращення емоційного стану.

Оцінюючи результати дослідження, можна сказати, що покращився загальний рівень соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання. Підвищення показників з низького до середнього та високого рівня після проведення психодіагностичного вимірювання свідчить про доречність використання розробленої нами тренінгової програми для усвідомлення безробітними важливості перенавчання для подальшого успішного працевлаштування з метою задоволення базових та актуальних потреб. Тренінг допоміг віднайти внутрішні ресурси у період змін, підсилити сильні сторони учасників, знайти дієві способи самопідтримки у різних життєвих ситуаціях.

Суб'єктивна оцінка безробітних (суб'єктивний критерій ефективності тренінгу) теж показала дієвість тренінгової програми. 71,5 % безробітних оцінили важливість теми тренінгу для себе; 57,2 % осіб відповіли, що отримали багато знань та досвіду від групи; для 85,7 % безробітних тренінг був цікавим; 57,2 % осіб вклали багато особистих сил, емоцій та досвіду для досягнення особистих та групових цілей.

На третьому етапі програми соціально-психологічної підтримки кожному учаснику тренінгу пропонувалося ряд професій, які найбільш

відповідають особистим якостям безробітного (відповідно до результатів діагностики). 82,1 % безробітних були зацікавлені результатами діагностики і виявили бажання змінити власну професію, щоб стати успішними в житті. Решта учасників не впевнена, що саме на даному етапі вони готові змінити професію, але візьмуть до уваги результати діагностики, щодо власних професійних якостей та кола професій для самореалізації.

На четвертому етапі програми безробітним надавалася інформація про актуальні професії на даний час, умови працевлаштування, про вимоги роботодавців до фахівця та професії, де є можливість перенавчання.

На завершальному етапі (через 1 місяць) проводилася бесіда з керівником провідділу Голосіївського центру зайнятості, в ході якої з'ясовано, що 21,4 % безробітних працевлаштовано за спеціальністю; 25 % безробітних проходять курси підвищення кваліфікації; 26,8 % безробітних громадян працевлаштовано за іншою професією; 16,1 % осіб проходить перенавчання; 10,7 % безробітних досі стоять на обліку в центрі зайнятості в статусі безробітних. 5,4 % безробітних (2 особи з числа вимушених переселенців та 1 особа з м. Києва) взято на облік до Голосіївського центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді для надання психологічної допомоги з метою покращення емоційного стану.

Висновки. Запропонована нами програма соціально-психологічної підтримки є ефективним та дієвим методом формувального впливу та корегування особистісних якостей її учасників. Її використання дозволяє на суттєвому рівні опрацювати та усвідомити суб'єктивні обмеження, які знижують рівень соціально-психологічного готовності безробітних до зміни професії.

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що безробітним властивий низький рівень прагнень до змін та самовдосконалення, спостерігається нереалістичний рівень домагань. Встановлено, що безробітним не вистачає професійних знань та вмій для конкурентоспроможності на ринку праці, а також впевненості у своїх силах. Крім цього, у них виявлено високий рівень напруженості, дратівливості, який зумовлений наявністю незадоволених потреб і нереалізованих цілей та виявлені хибні установки, що набуті знання неможливо використати в майбутній професії. Всі ці суб'єктивні обмеження впливали на психологічну готовність особи до зміни професії.

Після використання програми підтримки безробітних виявлено динаміку змін у всіх 4 групах безробітних. Відбулося покращення показників мотиваційного компонента (зросли показники «прагнення до досягнень», «самовдосконалення», «розмаїття та зміни»), орієнтаційного компонента (спостерігається налаштування на «зміну професійної

Я-концепції»), часткові зміни пізнавального компонента («налаштованість на навчання», «відкритість до нових знань»), емоційно-вольового компонента (зниження тривожності, напруженості, підвищення рівня соціальної сміливості та самооцінки).

Загалом відбулося покращення емоційно-психологічного стану безробітних, а саме безробітні навчилися аналізувати власні емоції, почуття, розуміти причини їх виникнення; зріс показник самоконтролю поведінки та готовності до управління власними емоціями в емоційно напружених життєвих ситуаціях (емоційно-вольовий компонент); спостерігається зростання рівня самомотивації у досягненні успіху (мотиваційний компонент); відбулася актуалізація професійно-особистісного потенціалу особистості, що перебуває в ситуації безробіття та формування бачення учасниками власного професійного майбутнього (когнітивний компонент); відбулася переоцінка цінностей (суб'єктивний критерій), життєвої ситуації, зміна цілей відповідно до ситуації на ринку праці (орієнтаційний компонент).

Суттєвих змін не відбулося за такими шкалами, як тривожність, радикалізм (група 1), ідеалізм (група 1 та 2), все-таки безробітні схильні йти в мрії від реальності, не бажають брати на себе відповідальність та емоційна стабільність (група 4). Такий результат може свідчити про недостатній час групової роботи з безробітними.

Динаміка змін у поведінці безробітних громадян дозволили зробити висновок, що програма підтримки безробітних сприяє підвищенню соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання, допомагає актуалізувати внутрішні ресурси, підсилити сильні сторони учасників, знайти дієві способи самопідтримки у ситуації безробіття. Крім цього, відбулося усвідомлення безробітними того, що зміна професії та перенавчання сприяє підвищенню конкурентоспроможності особи, збільшує шанси працевлаштування.

Перспектива подальших досліджень вбачаються у пошуку ефективних засобів для підвищення рівня соціально-психологічної готовності безробітних до зміни професії та перенавчання.

Список використаних джерел

1. Горбатова Е. А. Теория и практика психологического тренинга: учебное пособие / Е. А. Горбатова. – СПб.: Речь, 2008. – 320 с.
2. Корчевна О. В. Психологічні чинники формування активності безробітного на ринку праці / О. В. Корчевна // Бюлетень Інституту підготовки кадрів державної служби зайнятості України. – 2003. – № 1. – С. 7–9.
3. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. / К. Л. Мілютіна. – К.: МАУП, 2004. – 192 с.

4. Синявський В. В. Психологічні основи професійної консультації безробітних: навч. метод. посіб. / В. В. Синявський. – К.: ІПК ДСЗУ, 2011. – 90 с.

5. Соснюк О. П. Особливості використання лабілізації в тренінгу: можливості та обмеження / О. П. Соснюк // Український психологічний журнал. – 2016. – № 2. – С. 97–109.

6. Технологія профорієнтаційної роботи з безробітними, які тривалий час перебувають на обліку в державній службі зайнятості: колективна монографія / За заг. ред. С. О. Тарасюк. – К.: ІПК ДСЗУ, 2010. – 312 с.

7. Фопель К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего / К. Фопель. – М.: Генезис, 2013. – 288 с.

References transliterated

1. Gorbatova E. A. Teorija i praktika psihologicheskogo treninga: uchebnoe posobie / E. A. Gorbatova. – SPb.: Rech', 2008. – 320 s.

2. Korchevna O. V. Psihologichni chynnyky formuvannja aktyvnosti bezrobitnogo na rynku praci / O. V. Korchevna // Bjuleten' Instytutu pidgotovky kadriv derzhavnoi' sluzhby zajnjatosti Ukraїny. – 2003. – № 1. – S. 7–9.

3. Miljutina K. L. Teorija ta praktyka psihologichnogo treningu: navch. posib. / K. L. Miljutina. – K.: MAUP, 2004. – 192 s.

4. Synjavs'kyj V. V. Psihologichni osnovy profesijnoi' konsul'tacii' bezrobitnyh: navch. metod. posib. / V. V. Synjavs'kyj. – K.: ІПК ДСЗУ, 2011. – 90 с.

5. Sosnjuk O. P. Osoblyvosti vykorystannja labilizacii' v treningu: mozhlyvosti ta obmezhennja / O. P. Sosnjuk // Ukraїns'kyj psihologichnyj zhurnal. – 2016. – № 2. – S. 97–109.

6. Tehnologija proforijentacijnoi' roboty z bezrobitnymy, jaki tryvalyj chas перебуvajuť na obliku v derzhavnij sluzhbi zajnjatosti: kolektyvna monografija / Za zag. red. S. O. Tarasjuk. – K.: ІПК ДСЗУ, 2010. – 312 с.

7. Fopel' K. Psihologicheskie grupy: rabochie materialy dlja vedushhego / K. Fopel'. – M.: Genezis, 2013. – 288 s.

A b s t r a c t

Misiacha N. M.,

post-graduate student of the

Department of Social Work,

Taras Shevchenko National University of Kyiv

E-mail: Misyachna_nata@ukr.net

THE PROGRAM OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR UNEMPLOYED CITIZENS

The article discusses the problems of social and psychological readiness of unemployed people to change their professions and to be retrained.

The performed theoretical and methodological analysis of national and foreign literature has allowed us to determine structural components of psychological readiness: motivational, orientation, cognitive and emotional-volitional. Namely these structural components have created the basis of the theoretical model of unemployed people psychological readiness to change their professions and to be retrained. The motivational component includes the following aspects: working conditions, rewards, aspiration for achievement, self-improvement or changes, power and influence, relationships. Orientation component includes the following aspects: focus on self-changes (changes of professional self-concept), on new relationships, and on new tasks. The cognitive component includes the following aspects: the ability to realize their knowledge and skills in the future profession; openness to new knowledge; the ability to acquire new knowledge; self-development. The emotional-volitional component includes the following aspects: emotional stability, social courage, self-control, spontaneity, perseverance, ability to succeed in spite of obstacles.

The empirical research was conducted in order to study the social-psychological readiness of unemployed citizens and internally displaced people. Based on the results obtained, a number of social-psychological barriers affecting unemployed citizens' readiness have been identified, in particular, low aspirations for personal and professional development, low achievement motivation, high tension, irritability due to existing dissatisfied needs and unrealized goals. Not all their actions are appropriate, sometimes unemployed people are prone to useless pastime. That is why the improved program of social and psychological support for unemployed citizens was used.

Comparison of the research result for the unemployed at different stages (initial, final) of the forming experiment has allowed us to assert that the proposed program is an effective method for forming influence and correction of its participants' personal traits. Its use allows the participants to work out and understand personal limitations that reduce social and psychological readiness of the unemployed.

Key words: *unemployment, psychological readiness, psychological barriers, professional orientation, social-psychological support, training, group work.*

Отримано – 5 грудня 2018

Рецензовано – 10 грудня 2018

Прийнято – 13 грудня 2018

Received – December 5, 2018

Revision – December 10, 2018

Accepted – December 13, 2018