

3. Кушати́на В.А., Выход на пенсию как момент пересмотра идентичности // Мир России. - 2008. - № 4

4. Микляева А. В., Румянцева П.В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования: Монография. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. - С. 8-47.

Барчі Б.В.  
кандидат психологічних наук,  
доцент, Мукачівський державний університет, Україна

### ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД У РОБОТІ З БЕЗРОБІТНИМИ: ЗМІСТ ТА ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕННЯ

Психологічний супровід - рух разом з особою, поруч з нею, своєчасна вказівка можливих шляхів, за необхідності - допомога і підтримка. У ході такої допомоги і підтримки здійснюються вивчення, формування, розвиток і корекція особистісних утворень, задіяних у виборі професії безробітними. При цьому формується орієнтаційне поле розвитку, робиться пріоритет на внутрішній потенціал суб'єкта, його право самостійно здійснювати вибір та нести за нього відповідальність.

Програма "психологічного супроводу клієнтів центру зайнятості передбачає психологічне діагностування, професійне інформування, психологічне консультування, психотерапію, психотренінг. Розроблено тренінгову програму активізації поведінки безробітних на ринку праці "Психологічна підтримка "професійного" безробітного", у якій взято до уваги висновки емпіричного дослідження і позитивний досвід психологів Л. Мітіної, Н. Самоукіної, А. Чернявської та ін.

Мета програми - сприяти оптимізації працевлаштування клієнтів центру зайнятості.

Зміст тренінгової програми розраховано на три дні по 7 годин кожний. Впродовж одного дня опрацьовується три тематичні модулі, які включають: а) вступ до теми, теоретична інформація, її обговорення; б) вправа-льодолам (розігрівальна), в) тематична вправа; г) рефлексія, обговорення результатів вправи, її зв'язку із професійною діяльністю. Програмою передбачено:

- психологічну діагностику (у ході якої з'ясовуються: очікування від роботи, самооцінка особистості, задоволеність власним функціонуванням у різних сферах життя; здійснюється з метою подальшого інформування клієнта про наявні вакансії, що найбільш відповідають його очікуванням, або спрямування його на консультування чи психотерапію);
- професійне інформування (у ході якого надають інформацію про наявні у регіоні вакансії з детальною характеристикою організаційних особливостей місця роботи; рекомендації наявних місць роботи безробітним із врахуванням тендерних, вікових особливостей та типу мотивації; інформацію про можливість здобуття нової кваліфікації чи її підвищення);
- психологічне консультування (може здійснюватись як у груповій, так і в індивідуальній формі; його метою, в залежності від особливостей клієнтів, може бути: формулювання висновків з попереднього професійного досвіду та визначення орієнтирів у пошуку місця роботи на найближчу часову перспективу; формування орієнтації не лише на близьку, а й віддалену часову перспективу; формування готовності затратити зусилля для отримання бажаного результату у професійній діяльності; формування готовності адаптуватись до змін у змісті трудової діяльності, до новизни у роботі; розвиток вміння свідомо ставити цілі, визначати пріоритети у виборі місця роботи (важливе для жінок); формування готовності до здобуття нової освіти чи підвищення кваліфікації);

- психотерапію (теж може здійснюватись як у груповій, так і в індивідуальній формі; метою може бути: вирішення внутрішніх конфліктів, особистісних проблем, підвищення самооцінки, формування позитивного самоставлення);

- психотренінг (може застосовуватись для психологічної підтримки безробітних, для навчання технік ефективного спілкування, технік попередження виникнення та виходу із конфліктних ситуацій, технік самопрезентації, стратегії пошуку роботи, вміння будувати конструктивні стосунки із керівництвом та колегами, для активізації поведінки на ринку праці).

Структурними блоками програми визначено: мотиваційний - призначений для фасилітації соціогенних потреб, зокрема зміни соціального статусу безробітного, стимулювання мотивів особистісно-професійного зростання; особистісно-професійний - розвиток саморефлексії, системи способів конструктивної взаємодії із ситуаціями індивідуального досвіду, формування особистісних характеристик, налагодження оптимальної взаємодії з оточенням (увага скеровується передусім на когнітивні стратегії інтерпретації соціальних ситуацій та атрибуції відповідальності); поведінковий - відпрацювання тезаурусу поведінкових реакцій, які забезпечують ефективну взаємодію безробітного з самим собою, навколишнім середовищем і тими, хто поруч.

Зміст роботи першого дня, з оперттям на мотиваційний блок:

- знайомство - встановлення психологічного контакту у групі, створення атмосфери довіри та саморозкриття у групі. Ознайомлення із правилами і основними засадами тренінгової роботи.

-вправи-льодолами: "Моє ім'я", "Привітання", "Мені подобається в тобі..."та інші розважальні вправи професійного спрямування:"Покликання", "Мінус-плюс", "Один день з життя", "Пошук вигоди".

Психодіагностичну роботу за допомогою методики "Хто я?" Т. Куна. Тренером надається загальна інформація про соціальні ролі людини та інтерпретація вказаної методики. У ході дискусії виділялися характеристики ролі "безробітного", створювався груповий портрет безробітного. Доцільно також обговорити бажані шляхи корекції цієї ролі за допомогою вправ: "Добре-погано", "Ролі", "Портрет професіонала", "Рекламний проект", "Криве дзеркало".

Програма другого дня спрямовувалась на тематичний модуль особистісно- професійного блоку. Мета - розвиток саморефлексії, системи способів конструктивної взаємодії із ситуаціями індивідуального досвіду, формування особистісних характеристик, які сприяють оптимальній взаємодії з оточенням, особливо це стосується когнітивних стратегій інтерпретації соціальних ситуацій та атрибуції відповідальності. Технологіями виступили вправи: робота - як шукати? "Інтерв'ю- презентація", "Погляд на себе", "Оголошення", "Най-най", "Суд над безробітним", спрямовані на усвідомлення власних особистісних ресурсів та співвіднесення їх з вимогами професії;

робота - як працювати? Мета - формування адекватної професійної та особистісної самооцінки та реального образу "Я", адекватного ставлення до значущих інших, самооцінка життєвих і професійних стратегій. Вправи: "Стілець", "Групове дзеркало", "Милостиня", "Конференція" та ділові ігри "Спляче місто", "Кадрове питання";

конфлікт - хто винуватий? Мета - розширення інтерпретаційного репертуару безробітних, формування адекватного самоставлення, прийняття відповідальності за власні життєві вибори. Рольові ігри: "Електричка", "Портъе" та констатувальна гра "Спадщина падишаха".

Реалізація поведінкового блоку (третій день) спрямована на відпрацювання тезаурусу поведінкових реакцій, які забезпечують ефективну взаємодію особистості, яка втратила роботу, із самим собою, навколишнім середовищем та оточуючими.

Доцільно використати вправи на цілепокладання: "Контраргументи", "Моя самооцінка", "Дар переконання", "Слалом", "Техніки емоційної саморегуляції", мета яких - формування в учасників гнучкості поведінки, вміння ставити реальні і досяжні цілі, активізувати зусилля і переходити до стану мобілізованості та активності.

Завдання на професійне спілкування - "Діалог по колу", "Відверте хамство", "Місто брехунів - Місто чесних", "Випробування", рольова гра із прихованою інструкцією "Конфлікт", мета яких формування в учасників спостережливості та гнучкості поведінки, вміння ставити реальні і досяжні цілі, активізувати зусилля і переходити до стану мобілізованості та активності.

Завдання для рефлексії " Моє нове життя ". — закріплення професійних та життєвих планів учасників. Формування в учасників асертивності (упевненості) у власних силах, мотивації досягнення успіху.

Під час фінального зворотного зв'язку учасники підводять підсумки від роботи на тренінгу. Ефективність тренінгової програми вивчалася за допомогою анкети, розробленої з опорою на систему оцінювання ефективності тренінгу Д. Кіркпатрика, та контрольного списку проявів соціально-психологічної дезадаптації особистості безробітного, розробленого на підставі отриманих емпіричних результатів. Анкетування мало на меті виявити особливості самоставлення досліджуваних. Вхідне анкетування доцільно провести напередодні тренінгу, а вихідне - через два тижні. Відтерміноване вихідне дослідження проводиться через три місяці після тренінгу.

Березко І.С.

науковий співробітник Інституту психології ім.Г.С. Костюка, м.Київ

#### СТАВЛЕННЯ ДО СМЕРТІ У НАРАТИВАХ ОСІБ, ЩО МАЮТЬ ОНКОЛОГІЧНЕ ЗАХВОРЮВАННЯ

Наратив - це окремий ракурс бачення та транскрипції власного життя, що набуває особливого значення у періоди життєвих випробувань, одним з яких безперечно є онкологічне захворювання. "Життєва криза, катастрофа стають підставою для побудови нового наративного бачення свого життя, яке набуває кардинально іншої тональності, іншого жанру, несподіваних сюжетних характеристик. Вдалиий сюжет наче заряджає своєю енергетикою, його динаміка, його глин стимулюють, підхоплюють, підганяють людину, і життєздійснення активізується. Кризові, перетворювальні, аварійні наративні практики спрямовані на конструювання нових сенсів" [1, с.79].

Наратив - це не просто структурована оповідь, у якій життя набуває певного жанру, а й "діючі особи", які втручаються у події життя, і Головному Герою, тобто оповідачу, можуть змінювати його життєві сюжети суттєвим чином. Під час онкологічного захворювання таким впливовим персонажем наративу стає Смерть. Гіпотетично це символ кінцевості життєвої історії, але ставлення до смерті дуже різняться в осіб, що мають таке захворювання. Досить часто у наративах онкохворих смерть персоналізується як певний чинник, який може набувати різного сенсу з точки зору наратора. Розглянемо декілька варіантів наративів, у яких ставлення до смерті як діючої особи життєвої історії є суттєво іншим.

Частиною онкохворих смерть розглядаються як сила, через яку життя уривається, і внаслідок чого життєві сюжети залишаються незакінченими. "Тінь" смерті примушує особу гостро відчувати те, що "тут і тепер" є власне останнім плацдармом, на якому (завдяки втручанню смерті) починають інтенсифікуватися смислові процеси, ретроспективні спроби виокремити важливі моменти життя та підвести його підсумки.

