

**М. В. Белоусов**

*Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Центр региональных социально-гуманитарных связей»  
Москва, Россия*

## **ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПРИ СОПРОВОЖДЕНИИ БЕЗРАБОТНЫХ**

Анализируются особенности психологического консультирования безработных граждан, раскрываются основные инструменты, выявляющие степень неустойчивости психологического состояния безработных, влияющие на длительность нахождения в кризисе занятости и способы выхода из него. Указываются основные направления психологического сопровождения безработных. Основные проблемы, возникающие при длительном нахождении безработных во внутриличностных конфликтах.

*Ключевые слова.* психологическое сопровождение, психодиагностика, психологическое сопровождение, безработный, внутриличностный конфликт.

**Maksim V. Belousov**

*Autonomous non-profit organization of additional professional education  
“Center for Regional Social and Humanitarian Relations”  
Moscow, Russia*

## **PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING WHEN SUPPORTED BY THE UNEMPLOYED**

The features of psychological counseling of unemployed citizens are analyzed, the main tools are revealed that reveal the degree of instability of the psychological state of the unemployed, affecting the duration of being in an employment crisis and ways out of it. The main directions of psychological support for the unemployed are indicated. The main problems that arise when the unemployed are in intrapersonal conflicts for a long time.

*Keywords:* psychological support, psychodiagnostics, psychological support, unemployed person, intrapersonal conflict.

*Введение.* На данный момент представлена широкая поддержка в виде различных государственных и частных программ по содействию безработным в поиске мест трудовой деятельности в виде ярмарок вакансий, информирования о вакантных местах, профессиональное и дополнительное профессиональное образование и многое другое [1]. Отдельным пунктом при содействии в трудоустройстве идет психологическое сопровождение безработных, которое, как правило, базируется на профориентационном тестировании, развитии необходимых навыков, требующихся при дальнейшем трудоустройстве, карьерном консультировании, психологической помощи при подготовке к собеседованиям и т. д. [2].

*Материалы и методы.* Существует большое количество инструментов психологического сопровождения безработных, таких как игры-собеседования, тренинги по коммуникации и развитию эмоционального интеллекта, развитию устойчивой самооценки, ведению переговоров, коммуникации в профессиональном коллективе и так далее [3]. Зачастую психологическое сопровождение выстраивается по двум направлениям работы — это индивидуальное консультирование, либо групповой формат, где могут быть представлены как учебные занятия, так и тренинги для развития навыков или компетенций.

При анализе особенностей психологического сопровождения безработных отдельно хотелось бы остановиться на психодиагностике, которая базируется на применении различных профессиональных инструментов, соответствующих актуальному запросу безработного. В актуальном запросе безработных граждан присутствует необходимость получения нового рабочего места, есть четкая потребность в получении объективной и понятной обратной связи не только о потенциальных возможностях на рынке, но и о тех навыках и компетенциях, которые необходимо сформировать, либо улучшить. Существует огромное количество методик, позволяющих психологам или карьерным консультантам выявить сильные и слабые стороны, обратившихся к ним граждан и дать четкую рекомендацию по дальнейшей стратегии поиска места трудовой деятельности. Отдельное внимание имеет смысл уделить психодиагностике, которая часто проводится в формате индивидуального

консультирования с помощью тестирования. Наиважнейшую роль при психодиагностике безработных имеет изучение системных кризисов в жизни самих безработных, вызванных наличием у безработных граждан внутриличностных конфликтов, что приводит к значительному снижению мотивации в поиске работы.

Как правило, мишенями профессиональной работы психолога при осуществлении психодиагностики безработных становятся функциональное состояние высших психических функций (внимание, память, мышление), определение степени тревожности, особенно актуально для лиц, находящихся в поиске работы более 1 года. Отдельное место в психодиагностике безработных отводится тому, что переживания данной группы граждан, относительно нахождения в кризисе занятости, характеризуются крайней неоднородностью. Значительная часть людей, оказавшихся в подобной трудной жизненной ситуации, находится в крайне неустойчивом психологическом состоянии [4, с. 156]. Также обращается внимание на ценностно-смысловые ориентации, актуальные потребности безработных, мотивацию, коммуникативные навыки.

*Результаты.* В случае нахождения во внутриличностном конфликте значительное время, у безработных граждан, идет рассогласование между ценностными ориентациями, мотивами, установками и реальными возможностями их реализации в тех условиях, в которых они находятся. Современные клинические исследования показывают, что данное рассогласование между возможностями безработного и его стремлениями часто приводит к формированию тяжелых психологических состояний в виде: эмоционального выгорания, синдрома упущенной выгоды, апатии либо частой раздражительности, подкрепляемых постоянной тревогой за будущее. Сложность в разрешении данного противоречия самостоятельно создает устойчивое напряжение. Далее формирование внутриличностного конфликта безработных отображается в следующей последовательности:

— невозможность справиться с трудностями собственными силами, что приводит к состоянию внутреннего беспокойства, повышенной тревожности, нервного и эмоционального напряжения;

— появление неустойчивой самооценки, влекущей за собой постоянный процесс обдумывания и сравнения себя с окружающими, который, в свою очередь, создает картину неудовлетворенности своей жизнью [5].

*Заключение.* Как показывает практика, при осуществлении психодиагностики необходимо учитывать также и наличие внутриличностных конфликтов, которые тянутся значительное время и ложатся тяжким бременем на плечи людей, оказавшихся в столь трудной жизненной ситуации, как потеря работы. Основная суть подобных конфликтов заключена в порой неверном представлении о своих сильных и слабых сторонах, потребности в достижении общепризнанных социальных атрибутов успеха, тогда как успех в профессии понятие индивидуальное и может быть связан с личными достижениями в работе, такими, например, как профессионализм, мастерство, польза от труда окружающим людям.

#### Библиографические ссылки

1. Мероприятия по активной политике занятости : правительство Кабардино-Балкарской Республики : [портал]. 2017. URL: [https://pravitelstvo.kbr.ru/kbr/sotsialno\\_obshchestvennaya\\_sfera/zanyatost\\_naseleniya/aktivnye\\_programmy\\_zanyatosti.php](https://pravitelstvo.kbr.ru/kbr/sotsialno_obshchestvennaya_sfera/zanyatost_naseleniya/aktivnye_programmy_zanyatosti.php).

2. Профессиональная ориентация и профтестирование // Моя работа : Центр занятости населения города Москвы. URL: <https://czn.mos.ru/services/description/cd032326-0d99-4f59-9757-998d6317545e/>.

3. *Косарева О. В.* Модель психологического сопровождения безработных граждан, состоящих на учете в центре занятости : выпускная квалификационная работа по магистерской программе, 2018. URL: <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/10580/2/Kosareva2.pdf>.

4. *Бендюков М. А.* Психология профессионального кризиса у безработных : дис. ... д-ра псих. наук. СПб., 2009.

5. *Белоусов М. В.* Психологическое сопровождение формирования компетенций у безработных в период ненормативного кризиса занятости : дис. ... канд. псих. наук. Тверь, 2022.