### Реферат

### Безопасность личности в условиях социально-экономического кризиса

**Введение**

Одной из наиболее опасных и даже экстремальных ситуаций социального характера является безработица, т.е. незанятость трудоспособного населения страны или региона. Проблема занятости является одной из фундаментальных в функционировании человеческого общества. Безработица – это явление, свойственное определенной стадии развития товарного производства. Переход к рынку неизбежно вызывает значительный рост безработицы, о чем свидетельствует опыт многих стран, прошедших путь становления рыночных отношений. Это же подтверждает и практика социально-экономических преобразований в современной России.

По данным социально-психологических исследований, один дополнительный процент безработных ведет к четырехпроцентному увеличению числа убийств и четырехпроцентному – самоубийств. Как показывает криминальная статистика, в Санкт-Петербурге почти 55% всех преступлений совершается людьми, не имеющими постоянного источника дохода. А ведь кроме прямой безработицы есть еще и ее скрытые формы, такие как отсутствие достойной оплаты труда или чисто российское «изобретение» – невыплата или задержка зарплаты целым коллективам. Одним словом, в социально и экономически нестабильном российском обществе проблема безработицы становится весьма актуальной.

В нашей стране эта проблема сегодня усугубляется и тем, что безработица как явление официально признана на самом высоком уровне, но до сих пор нет развитого института защиты прав безработных, механизмов их материальной и психологической поддержки, профсоюзов, способных отстаивать интересы рабочих, нет соответствующей законодательной базы, ставящей заслон перед произволом работодателей.

Безработица рассматривается как социальное явление, анализируются ее причины, государственная политика в сфере занятости, формы и методы экономической и психологической защиты в условиях безработицы. Кроме того, описывается техника поиска работы.

### 1. Безработица. Политика государства в сфере занятости населения

Рынок, как и любой другой социальный институт, имеет и положительные, и отрицательные стороны. С одной стороны, он выступает регулятором общественных отношений, и без него не обойтись, пока существует товарное производство. С другой стороны, не следует забывать о его негативных последствиях, связанных с воспроизводством социального неравенства, усилением дифференциации общества, ориентацией не на производство социально необходимых товаров, а на удовлетворение запросов групп населения, имеющих деньги. Все это, без сомнения, не способствует всеобщей занятости.

Безработицу предопределяют различные факторы, прежде всего объективные, имеющие место во всех странах, независимо от их экономической системы. Это – научно-технический прогресс, обусловливающий сокращение работников ручного труда; структурные изменения в экономике, которые вызывают уменьшение числа занятых в отдельных отраслях производства; повышение производительности труда, также ведущее к уменьшению числа занятых; сокращение живого труда, чему способствует действие закона экономии времени. К этому добавляется и то, что в условиях обострения экологических проблем закрываются некоторые производства, загрязняющие окружающую среду.

Однако с переходом к рыночным отношениям (а именно это и происходит сегодня в России) на первый план выступают факторы иного порядка. Среди них такие как приватизация, акционирование предприятий, аренда и т.д., ведущие к оптимизации численности занятых, ликвидации или сокращению убыточных и нерентабельных предприятий и другим последствиям. В 1990-е годы из-за резкого падения производства (до 50% и более в разных отраслях), дестабилизации экономики, конверсии военного производства и сокращения вооруженных сил, непродуманной социальной политики ситуация чрезвычайно обострилась. Как свидетельствуют данные научных исследований, связанных с проблемой безработицы, допустимой считается незанятость в пределах 2–5%, хотя и в этом случае общество несет определенные потери из-за необходимости материального обеспечения программ социальной защиты населения. Массовая безработица, уровень которой составляет 8–12% и более, ведет к резкому росту социально обездоленных категорий населения. А статистика уровня безработицы в России не очень оптимистичная. По данным ООН, в 1999 г. она составила 13,3%. (Вместе с тем следует отметить, что, по сведениям Статкомитета СНГ, официально зарегистрированная безработица в стране в этом году составляла 1,4%, т.е. не превышала допустимую.)

Для решения проблем безработицы важно определить ее сущность и основные формы. **Безработица** как социальное явление представляет собой отсутствие работы для трудоспособной, желающей работать части населения. Это понятие связано с понятиями «занятость» – показателем, характеризующим численность и структуру рабочей силы, – и «занятый».

**Занятость населения** – это легитимное участие граждан в производственной деятельности с целью заработка (трудового дохода) и удовлетворения на этой основе личных и общественных потребностей. Для реализации государственной политики занятости населения и обеспечения гражданам соответствующих гарантий в России создаются государственные и негосударственные организации, получившие название *службы занятости.* Согласно Закону РФ о занятости населения, к числу *занятых* относятся:

• граждане, работающие по найму или имеющие иную оплачиваемую работу, временно отсутствующие в связи с нетрудоспособностью, отпуском, повышением квалификации, приостановкой производства;

• предприниматели, фермеры, лица, занятые индивидуальной трудовой деятельностью, члены производственных кооперативов;

• избранные, назначенные или утвержденные на оплачиваемую должность;

• проходящие службу в Вооруженных силах РФ, внутренних и железнодорожных войсках, органах государственной безопасности и внутренних дел;

• трудоспособные граждане, обучающиеся в общеобразовательных школах, учреждениях профессионального обучения, а также проходящие очный курс обучения в высших, средних специальных и других учебных заведениях, включая обучение по направлению Федеральной службы занятости населения.

Этот перечень в целом достаточно полно и адекватно отражает сущность понятия «занятость», но вместе с тем отнесение к категории занятых лиц, временно отсутствующих по причине нетрудоспособности или приостановления производства, вряд ли служит интересам этих граждан. Тем самым большое число людей, хотя и не работающих продолжительное время, считаются занятыми, что снижает показатели уровня безработицы и искажает действительную картину занятости населения. В то же время приведенное толкование занятости имеет позитивное значение не только для решения проблем рынка труда вообще, но и для более адресной разработки социальной политики, определения приоритета социальных программ, источников их финансирования и формирования как на федеральном, так и на местном уровнях.

Представляется социально важным признание в законодательном порядке воспитания детей, ведения домашнего хозяйства, общественной деятельности необходимыми и полезными видами занятости наряду с трудом в общественном производстве.

Производным от безработицы и противоположным понятию «занятый» является понятие *«безработный»* – трудоспособный человек, который может работать, но не работает по не зависящим от него обстоятельствам.

Различаются следующие ***формы безработицы:***

• *структурная,* связанная с изменением структуры экономики; ее нередко трактуют как результат дисбаланса спроса и предложения на рынке труда, изменений в технологиях, структуре конечного потребления, географического размещения производительных сил, технической отсталости ряда отраслей и производств и т.д.;

• *неструктурная,* обусловленная общим снижением экономической активности;

• *фрикционная* (временная или текущая), связанная с переходом на другую работу или с одного предприятия на другое;

• *циклическая,* возникающая при циклических кризисах экономики;

• *сезонная,* связанная с сезонными работами в сельском хозяйстве, дорожном строительстве и т.д.;

• *скрытая* (латентная), имеющая место не только в сельском хозяйстве, но и в промышленности; под ней понимают избыточную занятость, обусловленную стремлением сохранить кадры, уменьшить число безработных, оказать материальную поддержку людям и т.д.;

• *массовая,* когда большое число членов общества, способных к труду, остается без работы;

• *застойная,* которая характерна, как правило, для люмпенизированных слоев населения (бомжей, тунеядцев, алкоголиков, наркоманов и пр.), т.е. людей, которые работают крайне нерегулярно.

Весьма не просто обстоит дело с вопросом о численности безработных, а следовательно, и с определением уровня *безработицы,* под которым понимается индикатор экономической активности, показывающий отношение величины трудоспособного населения к общему количеству людей, ищущих работу, процент трудоспособного населения, не имеющего возможности найти себе работу. В разных странах эти цифры не одинаковы, что связано с различием трактовок понятия «безработный» официальными и неофициальными институтами общества. Так, в соответствии с Законом РФ о занятости безработным считается гражданин, если он потерял работу или не имеет доходов по причине невозможности получить постоянную работу в данной местности, зарегистрировался в службе занятости как способный и готовый трудиться и пройти переподготовку для этого, действительно ищет работу, причем служба занятости не предоставила ему предложений для постоянного трудоустройства в течение первой недели с момента его регистрации. Получить статус безработного, соответствующий этому определению, не так уж и просто, поэтому многие люди, оказавшись без работы, не пользуются услугами службы занятости и автоматически выпадают из этой категории граждан, хотя фактически работы не имеют. Поэтому официальные данные, как правило, занижены по сравнению с данными профсоюзов и других общественных организаций.

Согласно законодательству РФ, решение о признании гражданина безработным принимается службой занятости по месту его жительства не позднее 11 дней с момента предъявления им паспорта, трудовой книжки или документов, их заменяющих, а также документов, удостоверяющих его профессиональную квалификацию, справки о среднем заработке за последние два месяца по последнему месту работы, а для впервые ищущих работу и не имеющих профессии (специальности) – паспорта и документов об образовании. Со дня предъявления документов гражданин признается безработным. При этом безработными не могут быть признаны следующие категории граждан:

• не достигшие 16-летнего возраста;

• лица, которым в соответствии с законодательством назначена пенсия, исключая инвалидов III группы;

• отказавшиеся в течение 10 дней со дня обращения в службу занятости от двух вариантов подходящей работы (соответствующей профессиональной пригодности, с учетом уровня подготовки, прежней работы, состояния здоровья, транспортной доступности места работы);

• впервые ищущие работу, а также не имеющие профессии (специальности) в случае двух отказов от получения профессиональной подготовки, от предложенной оплачиваемой работы (даже временной).

Гражданам, достигшим 16-летнего возраста, зарегистрированным в службе занятости и имеющим статус безработного, выплачивается *пособив по безработице –* денежная сумма, определенная государством лицам, признанным безработными в установленном законом порядке. Оно выплачивается начиная с 11-го дня после обращения гражданина в государственную службу занятости вплоть до решения вопроса о трудоустройстве. Срок выплаты пособия для лиц, потерявших работу, – не менее 26 календарных недель. При этом период выплаты пособия не может превышать 12 месяцев в суммарном исчислении в течение 18 календарных месяцев в размерах: первые три месяца – 75% среднемесячного заработка по последнему месту работы, следующие четыре месяца – 60%, в дальнейшем – 45%. Но во всех случаях размер пособия не может быть ниже минимального заработка, установленного законодательством, и выше среднего заработка, сложившегося в регионе. Для лиц, ищущих работу впервые, срок выплаты пособия устанавливаются не менее 13 недель, а его размер составляет не менее 75% минимальной заработной платы. Во время получения пособия по безработице трудовой стаж не прерывается.

Как показывают социологические исследования, в числе безработных сегодня в нашей стране оказываются в первую очередь неквалифицированные и малоквалифицированные работники, не готовые к переквалификации; работники нерентабельных, убыточных предприятий; «слабые» демографические группы работников (молодежь, женщины с детьми, пожилые люди). Последняя группа составляет до 70% безработных и более.

Смягчить сложившуюся в настоящее время ситуацию на рынке труда обязано государство, как это и предусмотрено Конституцией РФ. В условиях формирования рыночных отношений ***государственная политика в области занятости*** должна быть нацелена на оптимизацию рынка труда, содействие мобильности рабочей силы, создание новых рабочих мест, подготовку и переподготовку кадров. Ее необходимо проводить по двум основным направлениям:

• оказывать содействие в трудоустройстве незанятого населения, помощь в профессиональной подготовке и переподготовке;

• стимулировать образование гибкого рынка труда.

В ряде нормативных документов РФ подчеркивается, что государственная политика в сфере занятости направлена на предотвращение роста безработицы, порождающей целый комплекс проблем: снижение покупательной способности и уровня жизни значительной части населения, утрату квалифицированных кадров, увеличение риска социальной напряженности, дополнительные расходы на поддержку безработных, усиливающих налоговое бремя. Законами и другими нормативными актами РФ предусматриваются равные возможности в реализации права на труд и свободного его выбора всем гражданам России независимо от национальности, пола, возраста, социального положения, политических убеждений, отношения к религии.

Государство в соответствии с законодательством должно помогать гражданам осуществлять трудовую и предпринимательскую инициативу, содействовать развитию их способностей к производительному и творческому труду, способствовать соблюдению добровольности труда, свободного волеизъявления и выбора вида занятости, обеспечивать социальную защиту в сфере занятости. Особое внимание необходимо уделять группам и слоям населения, которые по тем или иным причинам полностью или частично не соответствуют требованиям рынка: молодежи; женщинам, воспитывающим детей дошкольного возраста, детей-инвалидов; одиноким и многодетным родителям, имеющим несовершеннолетних детей; инвалидам; лицам предпенсионного возраста, беженцам, вынужденным переселенцам; лицам, освобожденным из исправительных учреждений, а также длительное время не имеющим работы. Законом РФ о занятости населения и другими нормативными актами для таких групп населения предусматривается создание специализированных предприятий и организаций, создание дополнительных рабочих мест, особый режим труда (неполная рабочая неделя, укороченный рабочий день, надомная работа).

Государственная программа обеспечения занятости населения предусматривает также децентрализацию промышленности, перевод ее в сельские районы и малые города, создание малых предприятий, расширение сферы обслуживания и другие меры.

Важным позитивным моментом деятельности государства по уменьшению тяжести безработицы на сегодняшний день является некоторая стабилизация экономической ситуации в стране, борьба с инфляцией, хоть и не очень активные, но все-таки реальные шаги по повышению жизненного уровня населения. Подобная политика государства вполне адекватна и социально оправданна, поскольку устранение или смягчение действия факторов, порождающих безработицу, – непременное условие достижения социальной и экономической стабильности, успешного проведения реформ.

Рассмотренные аспекты безработицы касаются в основном общих вопросов, связанных с ее социальными корнями, причинами, государственной политикой занятости населения, но это только одна сторона проблемы. Вторая самым непосредственным образом касается конкретных граждан. Безработица ведет к существенному снижению уровня жизни, увеличению психических заболеваний, смертности, росту числа самоубийств и преступности, ухудшению отношений в семье и т.д. Люди остро переживают невостребованность своих знаний, профессионального опыта, изменение социального статуса. Исследования зафиксировали весьма низкие психологические качества, формируемые у безработных: невысокий уровень социальной смелости, уступчивость, конформизм, пессимистичность и осторожность в поведении, недоверчивость и скептицизм, стойкое маргинальное эмоциональное состояние. Происходит так называемая *депривация личности.*

В *социологическом смысле* депривацию испытывают те, кто имеет в значительной степени меньший доступ к определенному набору благ, чем большинство населения. Для таких людей характерны резкое обособление, низкая социальная мобильность, неизменность положения в обществе. Человека можно считать подвергшимся депривации, если он оказывается в ущемленном положении, по крайней мере, по четырем из шести позиций неравенства: в работе, осуществлении интересов, наличии квартиры, материальных условиях, образе жизни, состоянии здоровья. Если он ущемлен в меньшей степени,™ находится под угрозой депривации. В современном обществе депривированная часть населения – «новые» бедные.

В *психологическом смысле* депривация – это субъективные ощущения и психосоматические реакции личности, вызванные недостаточностью нагрузки на сенсорные анализаторы у человека в условиях частичного ограничения жизненных условий, каковым является и безработица. Глубина, стойкость и обратимость (или необратимость) происходящих нарушений обусловлены длительностью воздействия неблагоприятного фактора, его характером, а также особенностями личности индивида, подвергшегося ему.

Чтобы преодолеть эту социально-психологическую аномалию, необходима государственная социальная политика, направленная на сдерживание безработицы, сохранение достигнутого людьми жизненного уровня, расширение доступа к образованию и повышению квалификации. Иначе она может привести к необратимым процессам в социальной и духовной сферах, усилению социальной напряженности в обществе и его дестабилизации.

### 2. Экономическая и психологическая защита в условиях безработицы

Безработица, как отмечалось ранее, сказывается прежде всего на материальном положении незанятых людей и их социально-психологическом самочувствии, поэтому главной задачей социальной политики должно быть упреждение массовой безработицы, что обеспечивается нормальным функционированием общественных структур, и прежде всего экономики и социальной сферы.

Сегодня в нашей стране проводится определенная работа по сдерживанию безработицы не только на государственном уровне, но и силами местных органов власти, руководителей предприятий и учреждений. Помимо тех мер, о которых говорилось выше, практикуются такие формы сдерживания безработицы, как отпуска без сохранения заработной платы, оказание финансовой помощи для развития самозанятости, установление квоты приема отдельных категорий населения (молодежи, инвалидов и т.д.) на предприятиях. Очень важное значение имеет введение льготного налогообложения и льготных кредитов предприятиям, создающим дополнительные рабочие места для женщин, молодежи и других категорий населения.

Как уже говорилось, с переходом к рыночным отношениям и появлением безработицы в стране были открыты ***службы занятости.*** Несмотря на непродолжительный период деятельности, они стали важным органом оказания социальной помощи в трудоустройстве, социальной защиты граждан, потерявших работу.

Службы занятости всех уровней решают следующие *задачи:*[]

• сбор и распространение информации о спросе и предложении на местном рынке труда;

• консультирование работников по вопросам профессионального обучения и трудоустройства;

• профессиональная ориентация всех групп населения;

• выплата пособий по временной незанятости;

• консультирование предпринимателей по проблемам занятости и использования рабочей силы;

• оказание помощи в кадровом планировании предприятий;

• организация переподготовки высвобождаемой из производства рабочей силы.

В настоящее время основная цель профориентационной работы служб занятости заключается в содействии гражданам, потерявшим работу, получить в оптимально короткие сроки подходящее место с учетом их личных интересов и потребностей рынка труда. Они проводят профессиональное и информационное консультирование, а также оказывают психологическую поддержку.

*Психологическая поддержка* осуществляется в рамках *индивидуальной консультации.* Она необходима тем людям, которые, потеряв работу, находятся в состоянии депрессии, характеризующейся сниженной активностью поведения, пессимистическим настроем и плохим самочувствием. Такие люди испытывают определенные трудности в общении как с близкими людьми и знакомыми, так и с потенциальными работодателями. Для работы с ними используются специальные психологические приемы и методы, вплоть до интенсивной психотерапии.

Существует определенный перечень проблем, с которыми безработный может быть направлен к психологу:

• неприятие статуса безработного («Почему я?»);

• потребность в поддержке, сочувствии;

• неадекватная самооценка, неуверенность в собственных силах;

• запрос на снятие напряжения и саморегуляцию;

• конфликтное поведение во время приема;

• профессиональное самоопределение;

• расхождение запрашиваемой профессии со специальностью по диплому;

• выбор профиля переобучения;

• вопросы профессионального становления, карьеры.

После проведения консультаций с человеком, потерявшим работу, обсуждается его конкретная жизненная ситуация, выявляются его возможности и склонности к той или иной деятельности, намечаются планы дальнейшего поиска работы либо по прежней специальности, либо, после соответствующей подготовки, по смежной или новой. В этот период ему оказывается комплексная групповая поддержка, которая помогает расширить информационные возможности для трудоустройства, преодолеть комплексы, сложившиеся в результате неудачных поисков работы, изменить стиль ее поиска, умело представить работодателю свои профессиональные навыки, грамотно оформить документы для трудоустройства.

Психологическая поддержка приобретает особенное значение в тех регионах, где мало или практически отсутствуют вакансии для женщин или некоторых достаточно редких специалистов. Она позволяет остановить личностную дезинтеграцию, помочь людям поверить в себя, сориентировать их на самозанятость, надомный труд, развитие подсобного хозяйства.

*Информационная консультация* предоставляет человеку, ищущему работу, подробную информацию о наличии вакантных мест, о предприятиях, где они имеются, о соответствующих этим вакансиям специальностях, а также сведения о том, где можно пройти переобучение и обучение.

*Профессиональное консультирование* включает в себя изучение профессиональных интересов, повышение мотивации к труду, выявление психологических и психофизиологических особенностей личности, предоставление рекомендаций по наиболее приемлемым для людей, ищущих работу, сферам деятельности, направлениям профессионального обучения.

Благодаря переходу к рыночным отношениям расширился круг возможностей выбора профессии. Однако из-за недостаточной осведомленности у человека складывается неправильное представление о многих из них. Следует учитывать, что какой-то вид деятельности, первоначально не вызвавший интереса, может увлечь при более детальном ознакомлении с ним. Поэтому одна из основных задач состоит в том, чтобы обратить внимание безработных на те профессии, по которым имеются вакансии, как можно подробнее рассказать о них. Консультант помогает выбрать то направление профессиональной деятельности, которое наиболее соответствует желаниям и склонностям человека. Именно направление, а не профессию. Затем совместно обсуждается перечень входящих в профессию специальностей. Если консультируемый смог подобрать себе новую профессию и по ней есть вакансия, специалисты отделов переобучения совместно с безработным определяют учебное заведение, в котором он может ее получить.

Профессиональное консультирование бывает индивидуальным и групповым. *Индивидуальное консультирование* проводится в изолированном помещении при соблюдении полной конфиденциальности достаточно длительное время, иногда даже несколько дней. Оно позволяет получить исчерпывающую информацию о различных сферах деятельности, пройти тестирование с целью выявления своих возможностей. *Групповое консультирование* в большей степени носит информационный характер и имеет целью дать безработным наиболее полное представление об услугах, оказываемых службой занятости.

*Личностная консультация* проводится, если психолог чувствует, что человеку что-то мешает принять решение. Препятствием могут быть как внешние факторы, о которых консультируемый почему-то умалчивает, так и особенности его характера (высокая тревожность, неуверенность, нерешительность и т.п.), что выявляется путем личностной диагностики и использования различных методов.

*Профессиональный отбор* проводится в целях выявления лиц, способных успешно работать по той или иной специальности. С помощью тестирования на психологических приборах или компьютере, а также с использованием бланковых психологических методик определяются возможности, личностные качества, способности безработного, которые затем соотносятся с требованиями, предъявляемыми профессией к человеку. Анализ результатов по определенным критериям позволяет сделать вывод о том, может ли человек успешно работать по данной профессии.

Это трудоемкое, сложное обследование занимает много времени, а проводить его должны высококвалифицированные специалисты. Осуществляется оно обычно службами занятости по заявкам работодателей на договорной основе как дополнительная услуга. В качестве основной услуги проводится профессиональный отбор лиц, направляемых на обучение, по различным специальностям. Такой отбор преследует цель сократить отсев в процессе обучения и позволяет более эффективно использовать средства, выделенные на обучение безработных.

В некоторых центрах занятости организуются так называемые ярмарки учебных мест для молодежи и учащихся выпускных классов школ. На них бывает представлена информация о ситуации на рынке труда, об учебных заведениях, условиях приема, сведения о факультетах и специальностях, размере платы за обучение и стипендии, о подготовительных курсах, данные о краткосрочных курсах профессионального обучения и переподготовки. Посетители ярмарки получают консультации по переобучению, могут получить ответы на интересующие их вопросы у юристов, экономистов, других специалистов.

Профориентация является приоритетным направлением государственной политики содействия занятости населения. Она позволяет снизить общий уровень социальной напряженности, повысить степень социальной адаптации населения к современным условиям жизни и уровень социально-профессиональной активности людей.

Таковы основные направления деятельности государственных структур, в частности служб занятости, по оказанию помощи безработным. Но поиск работы с их помощью устраивает далеко не каждого, поэтому целесообразно остановиться и на варианте самостоятельной борьбы человека с безработицей. Данная достаточно болезненная проблема, по мнению некоторых специалистов в сфере выживания, может включать в себя решение таких задач, как профилактика безработицы, освоение новых профессий, умение правильно уйти с работы, психологический настрой на поиск работы, механизм поиска работы, стиль общения при ее поиске, создание рабочего места, закрепление работы.

Как уже было неоднократно отмечено, самая главная проблема людей, потерявших работу, – психологическая, поэтому первая заповедь наемного работника в наше время – готовность к утрате работы. А это подразумевает *профилактику безработицы,* т.е. постоянный поиск вакансий даже тогда, когда устраивающая работа есть. Не следует пропускать ни одного предложения работы, не попытавшись «законсервировать» его на будущее. Для этого нужно обмениваться визитками, телефонами, постоянно говорить о готовности сменить работу, чтобы знакомые регулярно сообщали о новых вакансиях.

Профилактикой безработицы можно считать и различные подработки, которые в случае потери места способны превратиться в основной заработок. Поэтому целесообразно искать не единовременные, пусть даже хорошо оплачиваемые приработки, а те, которые дают хоть и меньший, но зато постоянный заработок, позволяют построить долговременные производственные отношения с работодателем.

В какой-то степени подменить приработок, а порой и основную работу, может ремесло, если, конечно, к этому есть предрасположение. Кроме того, надо помнить, что его продукция должна быть конкурентоспособной. Такой уровень достигается, как правило, годами упорного труда.

С точки зрения профилактики угрозы безработицы нельзя, чтобы все члены семьи работали в одном месте, тем более по одной специальности. В этом случае велика вероятность, что они могут лишиться работы одновременно. Что касается приработков и освоения ремесла, то, напротив, совместный труд очень полезен. Во-первых, можно выполнить больше заказов, а во-вторых, обучить детей определенным навыкам, которые помогут им выживать в будущем.

Важным элементом семейного выживания при безработице является экономия. Целесообразно создать *семейный неприкосновенный «фонд безработицы» –* ежемесячно откладывать определенную сумму на «черный день». В трудное для семьи время он может стать основой для начала или развития семейного бизнеса или для получения новой профессии, а также поможет спасти семейный бюджет от мгновенного краха. Это весьма трудная задача, так как большинство семей в стабильные времена советской власти привыкли жить от зарплаты до зарплаты, а при появлении лишних денег тратить их на какие-либо дефицитные товары. В условиях сегодняшней нестабильности деньги лучше всего держать на разных счетах и в различных банках, в том числе частично в валюте.

Благоразумно *приобрести новую профессию* до того, как грянет безработица. Специалисты дают следующие рекомендации:

• своевременно устроиться на курсы, лучше связанные с востребованной на сегодняшний день профессией (бухгалтера, программиста, гида, агента по туризму, менеджера и пр.), при этом заключить договор, если обещают трудоустройство, выяснить адреса выпускников курсов и узнать у них о перспективах трудоустройства (нельзя доверять курсам, если они не гарантируют трудоустройство);

• искать учителей заинтересовавшей профессии на месте своей работы, поскольку в их среде можно найти подработки и консультантов; налаживать дружеские отношения с ними или заинтересовывать их процентами с будущего заработка, вникать в суть профессии, наблюдая за работой профессионалов;

• по возможности устроиться на работу по совместительству, а часть заработка отдавать учителям за консультации.

У каждого человека бывают такие моменты, когда встает вопрос о смене работы, что в условиях ее дефицита очень проблематично. В *ситуации возможного увольнения с работы* специалисты рекомендуют соблюдать принцип медицинской помощи – «не навреди». Прежде всего необходимо попытаться остаться на старом месте работы путем компромисса, взяв на себя новые обязанности, перейдя на другую должность, переоформиться на полставки или оформить отпуск без сохранения содержания и пр.

Если все-таки увольнение неизбежно и кажется несправедливым, не помешают и юридические знания, консультации юриста, чтобы найти слабые места в действиях руководства и попытаться восстановиться в должности, используя их ошибки. Для восстановления справедливости следует искать поддержку в общественных организациях социальной направленности, совместно с другими безработными нанимать адвокатов, так как действовать вместе дешевле и результативнее. Если юридическое и общественное давление на начальство, связанное с незаконным увольнением, не помогает, необходимо обратиться в суд. При любых обстоятельствах следует сохранить связь с бывшими коллегами, так как хорошие отношения с людьми – главное богатство безработного.

В том случае, если вы собираетесь увольняться по собственному желанию, следует собрать больше документов, подтверждающих вашу специальность, уровень квалификации, нестандартность мышления (патенты, свидетельства о рацпредложениях, выигранных конкурсах и т.д.), а также характеристики и рекомендательные письма, чтобы при поступлении на новую работу показать себя с самой выгодной стороны. Перед увольнением нужно довести все дела до конца, чтобы оставить о себе хорошее впечатление, ни в коем случае нельзя «сжигать за собой мосты», «хлопать дверью», ссориться с коллективом, резко высказываться по поводу начальства. Не исключено, что впоследствии потребуется помощь бывших сослуживцев в поисках работы, их консультация по каким-либо вопросам, а также разрешение руководства использовать оргтехнику, компьютер и т.п.

Что делать, если безработица все-таки стала действительностью, реальным фактом вашего бытия? Прежде всего не паниковать, а *психологически настроиться на поиск работы.* И здесь очень важна помощь и поддержка родственников и друзей. Самое страшное – это когда человек впадает в *депрессию.* Ее проявления весьма разнообразны, но для любой формы депрессии характерно стойкое (длящееся более двух недель) плохое настроение. Сегодня, к сожалению, распознается лишь около трети случаев этого заболевания. Для домашней диагностики можно использовать простой тест. Посмотрите, не наблюдается ли у вас или ваших родных и близких каких-либо из следующих *признаков.*

Основные:

• пониженное или печальное настроение;

• утрата интереса и желания получать удовольствия;

• повышенная утомляемость.

Дополнительные:

• снижение способности к концентрации внимания;

• заниженная самооценка или неуверенность в себе;

• чувство вины;

• пессимистическое видение будущего;

• суицидальные мысли или действия;

• нарушение сна;

• нарушение аппетита.

При тяжелой форме депрессии наблюдаются 3 основных и хотя бы 4 дополнительных признака, при депрессии средней тяжести – 2 основных и 3 дополнительных, при легкой – 2 основных и 2 дополнительных.

Как уже говорилось ранее, люди, находящиеся в состоянии депрессии, испытывают определенные трудности в общении как с близкими людьми и знакомыми, так и с потенциальными работодателями. А ведь поиск работы – это всегда контакт с людьми, общение. Нужно уметь знакомиться, располагать к себе, правильно формулировать свои мысли и просьбы и пр. Поэтому если у вас или ваших родных и близких депрессия, то в первую очередь надо сделать все, чтобы они прошли психологическое консультирование, а если этого требует психическое состояние, то и курс лечения и психологической реабилитации.

Чтобы настроиться на поиски работы, необходимо преодолеть *ряд негативных нравственно-психологических факторов*. Прежде всего – *стыд.* В сознании большинства россиян утвердилась мысль, что быть безработным стыдно, так как это означает, что ты оказался хуже других. Стыдно еще и от того, что не в состоянии обеспечить благополучие своей семьи, своих близких. Возникает синдром неудачника. Люди нередко скрывают истинное положение дел. Но эта игра в благополучие часто подводит, так как окружающие не видят, что человеку нужна помощь или полагают, что он способен выбраться из любой тупиковой ситуации. Другая реакция на увольнение – *раздражение.* Все окружение и все люди вызывают негативную реакцию, особенно – начальники, и прошлые и будущие. В таком состоянии, как правило, работу не просят, а требуют, причем на повышенных тонах, что не ведет к положительному результату.

Более конструктивная позиция – *признание своего неблагополучия* по принципу «что есть-то есть». Не стоит тратить время и силы на поддержание имиджа или на злость. Пусть на данном этапе жизни вы проиграли, но нужно сделать все возможное, чтобы выбраться из создавшейся ситуации. Такую установку принять трудно, но если все-таки удастся, то многие проблемы отпадут. Надо четко и ясно сказать себе и окружающим, что вы потеряли работу, вам нужна работа, что вы просите не милостыню, не деньги, а возможность их зарабатывать. Просьба о работе – это не попрошайничество, а ее поиск. Скрывать свое истинное положение при поиске работы то же самое, что скрывать симптомы болезни на приеме у врача, т.е. получить неверный диагноз, а значит, и неправильное лечение. А безработица – та же болезнь.

Одним словом, если не преодолеть чувства стыда и раздражения, связанные с потерей работы, не настроиться на адекватное поведение человека, ищущего работу, то результативность ее поиска снижается многократно. Но как бы ни складывалась ситуация, связанная с поиском работы, необходима уверенность в успехе. Без этого поиск не имеет смысла.

*Механизм поиска работы,* по мнению специалистов в области выживания человека, выглядит следующим образом:[]

• начинать поиск следует на месте прежней работы, но предлагать свою кандидатуру на другую должность, при этом расширительно толковать рамки профессиональных обязанностей;

• поиск работы необходимо вести системно: отмечать, где уже ее искали, с кем и о чем говорили;

•ежедневно обрабатывать объявления и специализированные газеты;

• обращаться за помощью в поиске работы к родственникам и знакомым, не стесняться время от времени напоминать о своей просьбе;

• использовать государственные бюро и коммерческие фирмы по трудоустройству, общественные организации;

• соглашаться на приработки и сезонные работы с целью расширения возможностей поиска постоянной работы (новые профессии, новые знакомые и пр.);

• обязательно заниматься прямым поиском работы, связываясь лично, с помощью средств связи и переписки с перспективными предприятиями.

Если работа найдена, то *самое главное вновь ее не потерять.* Это требует определенных усилий. Помочь может знание конкретных *способов,* позволяющих сохранить работу. Перечислим некоторые из них:

• на новом месте работы следует стать как можно более нужным специалистом, для чего нужно постоянно повышать свою квалификацию, осваивать технологии и технику, которые не могут или не хотят осваивать другие сотрудники;

• делать карьеру, занимать ключевые должности, при угрозе увольнения – затевать долговременные проекты;

• с новыми коллегами следует быть вежливым и предупредительным, избегать интриг и склок;

• если ставится вопрос об увольнении, надо предпринимать все возможное, чтобы оно не состоялось, т.е. делать то, о чем уже говорилось, когда речь шла о профилактике безработицы и порядке ухода с работы.

Можно попытаться найти работу в другом регионе. Легче всего трудоустроиться в центре – Москве, Санкт-Петербурге. В провинции, сельской местности это сделать сложнее, поскольку деньги сегодня «крутятся» преимущественно не в производстве, а в сфере услуг и торговле, т.е. там, где больше всего потребителей. Но для того, чтобы найти в Москве или другом крупном центре работу, необходимо обладать хорошими связями, редкой специальностью или высокой квалификацией. Если этих достоинств нет, то тогда надо либо идти в бизнес, либо довольствоваться непрестижными профессиями, связанными с обслуживанием.

В последние десятилетия российские граждане нередко пытаются найти работу за рубежом. Но это сопряжено с некоторыми техническими, правовыми и нравственными проблемами. Следует помнить о том, что не все за границей приемлемо для российского менталитета. Кроме того, к предложениям о работе за границей надо относиться очень осторожно, во избежание мошенничества и произвола.

Таковы в самых общих чертах формы и методы экономической и психологической защиты в условиях такого опасного социального явления, как безработица, а также наиболее доступные способы поиска работы.

##### **Выводы**

В условиях перехода к рыночным отношениям реальностью российской социальной жизни стала безработица, официально признанная на самом высоком уровне. Однако, несмотря на это, в нашей стране до сих нет развитого института защиты прав безработных, эффективных механизмов их социально-психологической поддержки, профсоюзов, способных отстаивать интересы трудящихся, соответствующей законодательной базы. Для преодоления подобной негативной тенденции необходима сбалансированная государственная социальная политика, направленная на сдерживание безработицы, сохранение достигнутого людьми жизненного уровня и обеспечение его роста, расширение доступа к образованию и повышение их квалификации. Игнорирование этого может привести к необратимым процессам в социальной и духовной сферах и усилению социальной напряженности в обществе со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Огромную роль в поддержке людей в условиях безработицы играет хорошо организованная и эффективная экономическая и психологическая защита. В настоящее время в России проводится определенная работа в этом направлении: развернута сеть служб занятости населения, профориентационная работа, включающая психологическую поддержку, информационное, профессиональное и личное консультирование и профотбор. Эти меры позволяют в какой-то степени снизить социальную напряженность, нейтрализовать негативные социально-психологические процессы в обществе и повысить уровень профессиональной активности людей. Но вместе с тем органы службы занятости всех уровней еще недостаточно широко занимаются профориентированием молодежи для подготовки ее к трудовой деятельности в условиях развивающегося рынка, мало внимания уделяют расширению сети доступных учебных центров профессионального обучения, профессиональной подготовки, переподготовки и повышению квалификации высвобождаемых работников и безработных граждан.

Государственная политика в сфере занятости, безусловно, играет важную роль в социальной адаптации российских граждан к современным условиям жизни, но не меньшее значение имеет и их собственная социальная активность в сохранении работы и ее поисках, если факт безработицы стал реальностью. Знание наиболее доступных индивидуальных способов борьбы с безработицей, техника поиска работы – важные условия личностного и семейного выживания в период социально-экономической нестабильности.

##### **Литература**

1. О занятости населения: Закон Российской Федерации // Законодательство Российской Федерации. 1996. №17.
2. Дановский С.Л. Социальная и психологическая характеристика безработных // Социологические исследования. 1994. №5.
3. Ильичев А.А. Большая энциклопедия городского выживания. М., 2000.
4. Организация, содержание и методика профориентационной работы в службе занятости: Сб. инструктивно-методических материалов. М., 1994.
5. Основы социальной работы: Учебник/ Отв. ред. П.Д. Павленок. М., 1998.
6. СарухановЭ. Р. Проблемы занятости в период перехода к рынку. СПб., 1993.
7. Словарь-справочник по социальной работе // Под ред. Е.И. Холостовой. М., 1997.