

области мотивационной сферы личности и тревожности.

Также полученные данные могут выступать основой для разработки рекомендаций для управленческого органа школы, для учителей-предметников, классного руководителя, родителей и самих учащихся, кроме того, результаты могут быть интересны школьному психологу и использованы им для дальнейшей работы с учащимися.

Г.Р. Исмагилова
г. Уфа, БГПУ им. М. Акмуллы

Исследование психического состояния человека в ситуации потери работы

В условиях острых социальных потрясений и глобальной трансформации общественных отношений, происходящих в стране, закономерно возрастает научный и практический интерес к явлениям устойчивости общества, к факторам, вызывающие стрессовые ситуации. Среди них достаточно остро и актуально стоит вопрос безработицы, появление и рост, которой связаны с изменением социально-экономической ситуации в России. В современных условиях многим людям приходится переживать ситуацию потери или смены работы. Как показывает мировая практика, эта ситуация существенно влияет на поведение и жизнедеятельность людей, а также на их психологическое состояние. Сложившееся социально-экономическое положение характеризуется серьёзными противоречиями на рынке труда – одновременно имеют место и безработица и острый дефицит представителей отдельных профессий; недостаточная ценность высшего образования и высокие требования к профессионалам. Регулярно пополняется армия потенциальных работников, состоящих на учёте в центрах занятости и посещающих бесчисленное количество собеседований в поисках работы.

Безработица – это такое социально-экономическое явление, когда часть активного населения испытывает трудности в поиске работы и становится «излишним» населением. Безработица сказывается на экономическом, социальном и психологическом состоянии людей. И хотя она может оказаться созидательным, мобилизирующим волю испытанием, большинство побывавших в таком состоянии говорят, что пережили отчаяние, бессилие и растерянность, особенно если были без работы дольше, чем не-

сколько недель. Психологами доказано, что столкновение с безработицей отрицательно сказывается на средней продолжительности жизни, состоянии здоровья, долголетию и уровне смертности, может вызывать пристрастие к алкоголю. Более того, хочется особо отметить, что сокращаются не только доходы семьи, но и теряется самоуважение людей, возникают различной степени сложности заболевания на нервной почве (депрессии) и наблюдается ощущение безнадежности в завтрашнем дне. Человек теряет ориентиры и смысл дальнейшей борьбы за жизнь. Он просто начинает существовать, а не жить. А это самое худшее, потому что теряется личность индивида. Такая категория людей нуждается в квалифицированной помощи со стороны специалистов.

Помощь человеку в преодолении кризисных ситуаций, переживаемых в связи с потерей работы, и поиск средств их благополучного решения — проблемы относительно новые для нашего общества. В странах, где безработица обрела статус обычного явления, уже сформировались и стабилизировались общественные механизмы, в какой-то мере амортизирующие ее негативные следствия. В форме правовых законов, системы социальной поддержки, системы здравоохранения, а также организации службы психологической помощи. Таким образом, данная проблема является действительно актуальной на данный момент развития нашего общества.

Исходя из всего выше отмеченного, наша работа направлена на исследование психического состояния человека в ситуации потери работы.

Методологической базой нашего исследования стали работы: Л.С. Выготского, Э. Эриксона, описывающих проблему кризиса и динамические особенности развития в разные периоды жизни человека, Ф.Е. Василюка в исследовании переживания критических ситуаций в жизни человека, А.К. Осницкого и Т.С. Чуйковой, рассматривавшие проблему саморегуляции активности субъекта в ситуации потери работы, В. Франкла, определявшего неконструктивные варианты переживания ситуации потери работы и многих других.

В своем исследовании мы предположили, что ситуация потери работы характеризуется признаками стресса и переживание ее определяются индивидуальными особенностями личности.

Для достижения поставленной цели мы использовали следующие методики: 1) шкала

самооценки тревожности Ч.Д. Спилбергера — Ю.Л. Ханина, 2) методика самооценки психических состояний Г. Айзенка, 3) методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний Зунге.

Для проверки достоверности полученных данных использовался метод статистической обработки – биноминальный критерий m .

В ряде исследований описаны стадии, через которых проходят люди, оказавшиеся без работы: 1) первая стадия — шок, эмоциональное потрясение. Во многих случаях это кратковременное состояние сопровождается чувством облегчения: событие, которое заведомо ожидалось, свершилось, а, следовательно, закончилась тягостная неопределенность; 2) вторая стадия — стадия неприятия действительности. Безработный отказывается верить в то, что с ним случилось; 3) третья стадия — гнев, негодование по поводу того, что произошло; 4) четвертая стадия — депрессия, подавленность, тоска, состояние, близкое к полному отчаянию; 5) пятая стадия — переоценка ценностей. Она либо происходит, либо нет. Стадия переоценки ценностей предполагает пересмотр безработным отношения к себе и ситуации (Психологические аспекты собеседования с безработными, 1995).

Нами были обследованы безработные (со стажем 6 – 8 месяцев после ее потери), состоящие на учете в центрах занятости г. Уфы.

Исходя из полученных данных, можно сказать, что исследование подтвердило выдвинутую гипотезу и позволило сделать следующие выводы:

1) получили высокие показатели по шкале «личностная тревожность» (70%). Это говорит о том, что безработным, находящимся на данном этапе (6 – 8 месяцев после потери работы), свойственно устойчивая склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Все это подталкивает нас к предположению о наличии невротического конфликта, который может в случае неразрешения его привести к эмоциональным и нервным срывам, в том числе может отразиться психосоматическим образом через какое-либо заболевание. Результаты по шкале «реактивная тревожность» (30%) позволяет отметить, что у испытуемых присутствует напряженность и беспокойство, но в большинстве случаев она не вы-

зывает нарушение внимания или других психических процессов.

2) получили высокие показатели по шкалам «тревожность» и «ригидность» (65% и 60%). Безработные с большим промежутком отсутствия работы реагируют на данную ситуацию состоянием тревоги, испытывают эмоциональный дискомфорт и склонны к невротическим срывам. Кроме того, у них отмечается наличие сложности переключиться с одного вида деятельности на другой, использовать свои ресурсы и возможности в разных направлениях.

3) на данном этапе в большинстве случаев безработные граждане находятся в субдепрессивном состоянии (60%). Им свойственно наличие пониженного настроения, замедленного (ригидного) мышления, низкого уровня двигательной активности, отчаяние, эмоционального дискомфорта, боязни неопределенности в будущем, внутреннее напряжение. Так же может присутствовать некоторые психосоматические симптомы, такие как бессонница, снижение аппетита и другие.

4) чем выше у безработных выражена такая индивидуальная особенность как личностная тревожность, тем они более негативно переживают данную ситуацию: испытывают высокую тревожность и проявляют ригидность в действиях.

Таким образом, наши результаты не противоречат результатам проводимых ранее исследований в области данной проблемы и содержательно дополняют имеющиеся сведения.

Т.Н. Калугина, О.А. Рудей
г. Екатеринбург, РГШУ

Диагностика самооценки и мотивации достижения у старшеклассников МОУ СОШ №24 г. Екатеринбурга

Актуальность данной темы заключается в том, что мотивация и самооценка занимают важное место в структуре личности. Мотивация является движущей силой поведения, а самооценка в свою очередь оказывает регулирующее влияние на аспект этого действия и поведение человека в целом. Отношение личности к собственному Я играет важнейшую роль в установлении межличностных отношений, в постановке и достижении целей, в способах формирования и разрешения кризисных ситуаций.

Изучением проблемы самосознания и самооценки в частности в отечественной пси-