

Janusz Graszka

Wzmacnianie inteligencji emocjonalnej u kobiet poszukujących pracy oraz planujących założenie własnej działalności gospodarczej

Zeszyty Naukowe Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Witelona w
Legnicy 2, 187-198

2007

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach
dozwolonego użytku.

Wzmacnianie inteligencji emocjonalnej u kobiet poszukujących pracy oraz planujących założenie własnej działalności gospodarczej

ABSTRAKT

W artykule przeanalizowano wybraną literaturę polską i anglojęzyczną na temat bezrobocia. Pokazano, jakie są społeczne, psychologiczne i zdrowotne skutki tego procesu. Główny nacisk położono na sytuację kobiet bezrobotnych, które utraciły pracę. Pokazano też ich zachowania po utracie pracy.

Ponieważ to właśnie na kobietach bezrobotnych w wielu przypadkach spoczywa obowiązek opieki nad dziećmi i uczestniczenie w zaspakajaniu ich potrzeb, one najdotkliwiej przeżywają obniżenie się poziomu życia rodziny. Trudniej jest im znaleźć pracę przynoszącą odpowiedni dochód i zapewniającą satysfakcję zawodową.

Taką właśnie szansę stwarzają szkolenia finansowane przez Unię Europejską. W jednym z takich programów kobiety bezrobotne mają szansę zdobycia kwalifikacji zawodowych oraz mogą założyć własną działalność gospodarczą. Cykl szkolenia w programie obejmuje nabycie umiejętności w zakresie wykonywania zabiegów kosmetycznych, opanowanie podstawowych mechanizmów małej przedsiębiorczości oraz zdobycie wiedzy psychologicznej na temat tego, jak profesjonalnie świadczyć usługi swoimi przyszłym klientom.

Temu właśnie problemowi poświęcone jest szkolenie psychologiczne, aby nauczyć się różnorodnych umiejętności związanych z kompetencjami osobistymi i społecznymi. Program ten przedstawiono w końcowej części tekstu.

Wstęp

We współczesnym świecie o poczuciu bezpieczeństwa decyduje między innymi to, czy po zakończeniu określonego cyklu edukacyjnego jesteśmy w stanie znaleźć satysfakcjonującą nas pracę. Dla młodego człowieka zaczyna się okres wielu napięć i stresów, kiedy wyposażony w dyplom pisze swój pierwszy życiorys zawodowy i list motywacyjny. Jest on pełen nadziei, że to on właśnie zostanie zauważony przez przyszłego pracodawcę i po odbytym spotkaniu rekrutacyjnym dostanie upragnione stanowisko pracy. Złudzenia te zostają rozproszone już przy pierwszym spotkaniu z pracodawcą.

Okazuje się wtedy, że zdobyta wiedza fachowa, dyplomy, certyfikaty, zaświadczenia nie są jedynymi wymogami stawianymi przed kandydatem. Liczy się coś więcej, coś, czego prawie żadna szkoła nie przekazała swojemu absolwentowi. Wymaga się od niego całego szeregu umiejętności i cech psychicznych, które decydują o jego wartości rynkowej. Jest traktowany jak towar, który „dobrze się sprzedaje” lub też jest zupełnie bezwartościowy. Ab-

solwent lub aplikant szukający pracy musi posiadać wiele umiejętności społecznych już w trakcie wywiadu z pracodawcą lub szybko się ich nauczyć. Bez nich odpadnie w obliczu konkurentów ubiegających się o to samo stanowisko.

1. Pojęcie bezrobocia

Istnieje wiele definicji bezrobocia. Reszke definiuje bezrobocie jako stan pozbawienia określonej osoby pracy zarobkowej wbrew jej woli i pozostawiania bez pracy dlatego, że nie można jej znaleźć po jej utracie [23].

1.1. Zachowanie i sytuacja jednostki podczas prób poszukiwania pracy

Porażka, niepowodzenie, własne przekonanie o braku skuteczności kształtują u bezrobotnego przeświadczenie o wrogim świecie, niezyczliwych ludziach i niemożliwości wpływania na zdarzenia. Usiłowania zdobycia pracy trwają u niego jeszcze jakiś czas, następnie ustają, pozostawiając jednostkę w izolacji społecznej, która sprawia, że przestaje ona podejmować jakiegokolwiek działania, aby sytuację tę zmienić.

W oczach innych osób staje się ona „tą, która poszukuje pracy”, kimś innym, mniej zaradnym i mniej wartościowym człowiekiem. Sam o sobie też nie ma w tym względzie najwyższego mniemania. Jest to dla niego osobisty, poważny problem. Musi się z nim uporać, a to może trwać bardzo długo i nie zawsze kończy się upragnionym sukcesem.

W definicji tej mówi się o pozbawieniu pracy, co dzieje się bez udziału woli, a może nawet wbrew woli samej zainteresowanej osoby. Sytuacja ta rodzi poczucie braku wpływu na zdarzenia i przekonania o własnej bezradności, co z kolei doprowadza najczęściej do zaniechania aktywności ukierunkowanej na znalezienie pracy. Statystyki przynoszą niezbyt optymistyczne dane w zakresie bezrobocia. W 2003 roku osobami bezrobotnymi byli młodzi ludzie poniżej 34. roku życia, a 97% osób ankietowanych ocenia rynek pracy jako zły.

2. Utrata pracy i bezrobocie

Osobista tragedia rozpoczyna się też i wtedy, kiedy doświadczony pracownik traci pracę. Powodów może być wiele. Jednakże niezależnie od tego, dlaczego tak się stało, fakt ten jest odczuwany jako bardzo trudny i bolesny dla samej jednostki i jego rodziny. Zmiana statusu materialnego oznacza wiele wyrzeczeń, konieczność rezygnacji z dóbr materialnych, własnych potrzeb, tych prostych, ale i tych, do których było się przyzwyczajonym, co oznacza nie tylko ubóstwo i konieczność radzenia sobie z problemami życia codziennego, ale również narastający stres. Długotrwałe skutki tego stanu rzeczy mogą doprowadzić do załamania psychicznego, a nawet targnięcia się na własne życie. Badania przedstawione poniżej wyraźnie potwierdzają tę tezę.

Cicchetti i Toth [5] stwierdzili, że poziom frustracji jest bardzo wysoki w rodzinach, w których maltretowane są dzieci. Czynnikiem uruchamiającym ten znaczący i destrukcyjny poziom emocji jest między innymi bezrobocie. Poziom stresu jest w tych rodzinach szczególnie wysoki, co odzwierciedla się też w licznych konfliktach małżeńskich, nadużywaniu alkoholu i innych patologicznych zachowaniach.

Kessler wraz z grupą innych badaczy zauważył, że częstsze zaburzenia w zachowaniach występują u osób, których status społeczno-ekonomiczny jest niski [16]. Pojawiają się też wtedy zaburzenia osobowościowe o charakterze antyspołecznym. Istotne jest też i to, że zaburzenia te pojawiają się trzy razy rzadziej w grupie o najwyższych dochodach niż w grupie o najniższych zarobkach.

Według Gottesmana pewne jest jednak to, że ludzie, u których pojawiają się zaburzenia psychiczne, trafiają do grupy o najniższym statusie materialnym, co może być najprawdopodobniej spowodowane utratą zasobów materialnych lub utratą kompetencji osobistych i społecznych, aby poradzić sobie z różnorodnymi problemami własnego życia [13].

Zatem niektóre zaburzenia w zachowaniu osób o niższym statusie materialnym mogą pojawiać się z powodu podwyższonego poziomu stresu jako reakcji na własne ubóstwo [13], [14].

Niski status ekonomiczny rodziców znajduje również odzwierciedlenie w poziomie inteligencji ich własnych dzieci. Poziom ten jest niższy u tych dzieci od dzieci rodziców o wyższym statusie materialnym. Różnice te uwidaczniają się szczególnie do piątego roku życia. Brak zaspokojenia potrzeb materialnych, i to nie tylko w tym pierwszym, najważniejszym okresie życia, jest dla dzieci ubogich najbardziej znaczący [9].

Dzieci z rodzin ubogich gorzej funkcjonują poznawczo, gdyż niski status materialny ich rodzin oznacza deficyt w zakresie odżywiania, opieki medycznej, wiedzy rodziców na temat warunków społecznego, psychologicznego i prozdrowotnego rozwoju ich dzieci. Ubóstwo materialne sprawia też, że rodzice nie są w stanie wzbogacić otoczenia własnych dzieci na tyle, aby było ono poznawczo dla nich stymulujące [22].

Niski status materialny w wieku przedszkolnym ma też wpływ na podniesienie liczby zachowań agresywnych u dzieci w stosunku do ich wychowawców i rówieśników. Liczba tych zachowań wzrasta po okresie przedszkolnym, co pogarsza funkcjonowanie społeczne tych dzieci. Jednakże w dłuższej perspektywie czasowej uruchamiają one takie zachowania, które pozwalają im na lepsze funkcjonowanie zarówno w szkole, rodzinie, jak i gronie rówieśniczym [11], [21].

Badania nad bezrobociem wyraźnie pokazują, że niemożliwość znalezienia pracy łączy się z podatnością na zachowania patologiczne oraz częstymi zaburzeniami zachowań w wielu sferach życia. Ludzie bezrobotni przeżywają lęki związane z własną sytuacją życiową, obniża się u nich poczucie własnej wartości, pojawiają się zaburzenia w funkcjonowaniu emocjonalnym [7].

Badacze zauważyli, że w czasie podwyższonego bezrobocia może pojawić się również pogorszenie w zakresie zdrowia fizycznego, ale też psychicznego osób pozostających bez pracy [15], [7].

2.1. Kto traci pracę pierwszy?

Zauważono, że w pierwszym rządzie tracą pracę ludzie o niskim wskaźniku odporności na stres, jakim w tej sytuacji jest niewątpliwie niemożliwość podjęcia czynności zawodowych. Może przejawiać się to u nich podwyższonym stanem zachowań depresyjnych, wrogością w stosunku do otoczenia i wysokim poziomem lęku. Osoby bardziej odporne na stres dają sobie lepiej radę w sytuacjach zagrożenia bezrobociem.

2.2. Kobiety a bezrobocie

Nie tylko bezrobocie mężczyzn zagraża funkcjonowaniu rodziny. Kobiety bezrobotne, a szczególnie matki samotne, znacznie częściej karzą swoje dzieci, co jest rezultatem przeżywanych przez nie silnych napięć i stresów. Ich nastoletnie dzieci reagują na emocjonalne stany matek depresją i zaburzeniami w sferze poznawczej [22].

Dla jednostki, dla której praca jest jedynym źródłem utrzymania, jej utrata oznacza pojawienie się wysokiego poziomu stresu i podejmowanie próby walki z nim [28].

Jeśli bezrobocie trwa bardzo długo, to konsekwencje na poziomie psychicznym są znaczące dla funkcjonowania jednostki. Niektóre osoby potrafią sobie radzić z sytuacjami stresowymi, rozładowując napięcia. Inne osoby, a szczególnie te, które nie posiadają określonych kompetencji osobistych czy też społecznych, odbierają boleśnie negatywne napięcia emocjonalne, co kończy się alienacją z własnego środowiska oraz znaczącym obniżeniem poczucia własnej wartości [10].

2.3. Bezrobocie a samobójstwa

Istnieje też wyraźny związek między bezrobociem a samobójstwem. Związek ten można wyjaśnić przede wszystkim istotnym wpływem bezrobocia na zdrowie psychiczne. Pogarszające się również zdrowie fizyczne, stany depresyjne czynią jednostkę mniej odporną na zagrożenia zewnętrzne. Prawidłowość ta jest szczególnie widoczna u mężczyzn, w przypadku których istnieje związek między bezrobociem i samobójstwem [25].

3. Zachowanie i sytuacja jednostki podczas prób poszukiwania pracy

Nawet jeśli osoby bezrobotne podejmą pracę, to samo poszukiwanie jej zdeterminowane jest przez wiele czynników. Przedstawiając wyniki swoich badań, Chirkowska-Smolak stwierdza, że podstawową rolę w poszukiwaniu pracy odgrywa motywacja [2]. W swoim modelu teoretycznym uwzględniła ona 23 zmienne – 5 zmiennych zależnych i 14 niezależnych. Takie zmienne jak: trudności ekonomiczne, podejmowany wysiłek, wytrwałość, negatywne doświadczenia społeczne, naciski społeczne, wsparcie społeczne mają znaczenie dla starań związanych z poszukiwaniem pracy. Najważniejsze jednak są takie cechy jak aktywności, poczucie powinności, które determinują podejmowany przez jednostkę wysiłek. Według autorki jednostka podejmuje działania związane z poszukiwaniem pracy, jeśli jest przekonana o tym, iż jej działania będą skuteczne i zdobędzie upragnioną pracę. Wysiłek jej nie może okazać się nadaremny.

Czynniki zewnętrzne, które mają wpływ na poszukiwanie pracy, to szeroko rozumiane wsparcie społeczne, docenienie wysiłku osoby bezrobotnej, aby pracę rzeczywiście znaleźć. Na poszukiwanie pracy mają też wpływ (wg autorki) takie czynniki jak: wsparcie materialne, naciski osób najbliższych z rodziny, aby poszukiwały one pracy, subiektywne odczucie osoby bez pracy, iż sytuacja ekonomiczna jej rodziny znacznie się pogorszyła.

To, czy jednostka uruchamia określone strategie działania związane z poszukiwaniem pracy, zależy też i od jej osobowości, której integralnym składnikiem jest struktura „ja”. W zaprezentowanym przez siebie „psychologicznym modelu regulacji aktywności zaradczej w sy-

tuacji utraty pracy” B. Makselon-Kowalska przedstawia procesy, które pośredniczą w uruchomieniu aktywności zaradczej jednostki [19], [20]. Istotną rolę w uruchamianiu wspomnianych strategii pełnią tu atrybucje zewnętrzne i wewnętrzne. Sfera emocjonalna w istotny sposób wpływa na atrybucję wewnętrzną, co oznacza, że koszty emocjonalne ponoszone przez jednostkę oraz wyczerpywanie się zgromadzonych zasobów i w rezultacie kontynuacja aktywności lub jej zaniechanie może mieć miejsce, gdy jednostka może uruchomić programy zaradcze, takie jak:

czujność wewnętrzna	—>	unikanie zewnętrzne
czujność wewnętrzna	—>	czujność zewnętrzna
czujność zewnętrzna	—>	unikanie zewnętrzne
unikanie wewnętrzne	—>	unikanie zewnętrzne

Oznacza to, że jednostka może podejmować odmienne sposoby radzenia sobie w sytuacji zaradczej. Jeśli utrata pracy przez jednostkę wynika z czynników zewnętrznych, to jednostka odbiera tę sytuację jako krzywdzącą dla siebie. Jeśli poczucie krzywdy jest wysokie, to jednostka uruchomi strategię czujności wewnętrznej, chroniąc się przed utratą własnych zasobów emocjonalnych, starając się jednocześnie wytworzyć dobre samopoczucie, unikając zewnętrznych źródeł zagrożenia. Niskiemu natężeniu poczucia krzywdy towarzyszyć będzie natomiast wyższa kontrola czynników zewnętrznych i unikanie wewnętrzne treści i emocji, które mogłyby się z tą kwestią kojarzyć.

4. Wsparcie i pomoc udzielana bezrobotnym

S. Retowski stwierdza, że aby jednostka odniosła sukces na rynku pracy, powinna wziąć osobistą odpowiedzialność za jej znalezienie [24]. Nieskuteczne w tym względzie okazuje się zbyt długotrwałe wsparcie finansowe świadczone bezrobotnym przez instytucje państwowe. Bezrobotni uzależniają się od tych świadczeń, minimalizując podejmowanie własnych inicjatyw w zakresie poszukiwania pracy. Naprawę tej sytuacji powinno się podjąć bardzo wcześnie w różnych typach szkół, na szkoleniach organizowanych dla bezrobotnych, kształtując nastawienia związane z przedsiębiorczością, zaradnością, niezależnością i odpowiedzialnością za własne losy życiowe i zawodowe. Pewnym wzorcem byłaby tu postawa tzw. człowieka, który sam do wszystkiego dochodzi (*self-made man*), przy wspieraniu go na wczesnych etapach edukacji szkolnej czy uniwersyteckiej w tworzeniu wizji i planów (same wizje nie wystarczą) dalszego rozwoju zawodowego.

Radzenie sobie z brakiem pracy nie jest dla wielu jednostek łatwe [4]. W takiej sytuacji bezrobotni najczęściej oczekują różnorodnych form wsparcia. Może ono na jakiś czas rozwiązać problemy osoby bezrobotnej, szczególnie jeśli jest to wsparcie materialne. Zaspakaja ono bowiem w minimalnym stopniu potrzeby jednostki, utrzymując ją jednak nadal na poziomie ubóstwa. Dzięki wsparciu jednostka zaspakaja swoje potrzeby na tyle, aby nie istniało zagrożenie dla życia biologicznego. W sytuacji takiej nie uruchamia jednak własnych inicjatyw zaradczych, aby znaleźć pracę. Zatem wsparcie materialne powinno mieć określone granice, a towarzyszyć mu powinno przede wszystkim wsparcie emocjonalne udzielane przez wyznaczone do tego celu instytucje, najbliższą rodzinę i specjalistów wskazujących na to, jak radzić sobie z trudnym problemem braku pracy.

5. Bezrobocie a zachowanie zdrowia psychicznego

Romuald Derbis zauważył, że dla osób bezrobotnych zadowolenie z życia łączy się z poczuciem bezpieczeństwa związanego z rozwiązywaniem problemów materialnych własnej rodziny, prywatnością związku małżeńskiego, seksem i dziećmi [6]. Większe poczucie zadowolenia z podjęcia pracy odczuwają kawalerowie i mężczyźni żonaci niż bezrobotne panny, kobiety zamężne i samotne kobiety. Bardziej cieszą się z niej ludzie młodzi niż dojrzały wiekiem. Jeżeli ludzie zbyt długo pozostają bez pracy (ponad 14 miesięcy), to osłabia się poczucie szczęścia życiowego i zanika chęć działania. Do sytuacji bezrobocia lepiej przystosowują się ludzie, którzy są wyżej wykształceni. W tej grupie kobiety rzadziej podejmują różne formy aktywności zawodowej.

P. Warr stworzył model dziewięciu czynników środowiskowych przyczyniających się do zachowania zdrowia psychicznego [27]. Są to:

- 1) możliwość sprawowania kontroli,
- 2) możliwość wykorzystania i rozwijania umiejętności,
- 3) zewnętrznie wyznaczone cele,
- 4) różnorodność w zakresie pełnionych ról społecznych,
- 5) przejrzystość środowiska,
 - a) informacje o konsekwencjach własnych działań,
 - b) przewidywalność zachowań innych osób i instytucji,
 - c) wyrazistość co do oczekiwań związanych z własną rolą społeczną,
- 6) dostępność środków finansowych,
- 7) bezpieczeństwo fizyczne,
- 8) możliwość kontaktów interpersonalnych,
- 9) ceniona pozycja społeczna.

Jeśli jednostka utraci pracę, to następują znaczące zmiany w zakresie każdego z wymienionych czynników. Pogorszenie się stanu zdrowia psychicznego w związku z utratą pracy łączy się utratą kontroli zdarzeń i czynności. Jednostka czuje się zagubiona w świecie, którego nie może kontrolować i przewidywać.

Ponadto umiejętności jednostki, jej wiedza zawodowa nie są wykorzystane zgodnie z jej kwalifikacjami. Brak jest wyznaczonych sobie celów lub celów wyznaczanych przez innych.

Zmienia się środowisko osoby bezrobotnej i zmniejsza się znacząco liczba ról społecznych, które osoba bez pracy może pełnić. Zostaje ona postawiona w nowej sytuacji, a środowisko, w którym żyje, przestaje być dla niej zrozumiałe i przewidywalne. Kiedy całkowicie wyczerpują się zasoby finansowe, zmniejsza się u niej poczucie bezpieczeństwa fizycznego. Zredukowaniu ulega też liczba kontaktów interpersonalnych i wreszcie pojawia się stygmatyzacja związana ze stanem bezrobocia.

Jeżeli stan ten stwarza tak dużą liczbę zagrożeń dla zdrowia psychicznego człowieka, to konieczne jest przedsięwzięcie całego szeregu działań przyczyniających się do ich likwidacji. T. Chirkowska-Smolak, A. Wilczyńska-Kwiatek i A. Chudzicka nazywają bezrobocie wymuszonym brakiem aktywności zawodowej, stanem zagrożenia, deprywacji [1], [2]. Jednostka znajdująca się w takim stanie traci chęci do pracy, jest bezradna, nie ma zaufania do przezwyciężenia problemu własnymi siłami, obniża się u niej pozytywna samoocena, czynniki zewnętrzne przeważają w podejmowaniu przez nią decyzji, pojawia się też u niej ryzyko uzależnienia alkoholowego, pogarsza się jej zdrowie fizyczne i psychiczne, zwiększa się liczba

zachowań agresywnych, co pociąga za sobą przemoc w rodzinie i doprowadza też do zachowań autodestrukcyjnych.

6. Skuteczność działania w procedurze otrzymywania pracy oraz jej rola w życiu człowieka

Według przytoczonych autorek są dwa czynniki, które powinno się wziąć pod uwagę, kiedy podejmuje się programy pomocowe.

Pierwszy – to poczucie własnej skuteczności działania w sytuacjach niepewnych, czasami nieprzewidywalnych czy niejednoznacznych. W takich sytuacjach zmuszeni jesteśmy często działać i przejawiać wytrwałość, upór i determinację, choć wymaga to wiele wysiłku i poradzenia sobie z własnymi napięciami emocjonalnymi.

Drugi czynnik to wsparcie społeczne. Bycie bezrobotnym wiąże się z koniecznością korzystania z pomocy innych osób. Nie jest to sytuacja komfortowa dla człowieka, który do tej pory posiadał regularne zatrudnienie i dzięki temu mógł zaspokajać potrzeby zarówno swoje, jak i własnej rodziny. Konieczność korzystania z cudzej pomocy może być dla takiej osoby upokarzająca i wstydliva. Oznacza, że tworzy sobie ona własny obraz jednostki mało zaradnej życiowo, nieudolnej i niepotrafiącej poradzić sobie z własnymi problemami związanymi z zatrudnieniem.

Jeżeli jednak pojawia się wsparcie, szczególnie w formie materialnej, to oferta ta może prowadzić do ukształtowania w jednostce postawy roszczeniowej w stosunku do innych osób i instytucji, co zmniejsza szanse na „wzięcie losu we własne ręce” i pokierowanie własnej aktywności w taki sposób, aby znaleźć pracę. Jeżeli zatem bezrobotny ma otrzymać wsparcie, to powinno być ono poprzedzone uzyskaniem wiedzy na temat tego, jaki jego rodzaj jest najlepszy dla określonej osoby, jak długo wsparcie to ma trwać oraz jakie są szanse na to, że jednostka wsparcie to potraktuje jako przejściowy okres w jej życiu i nie zaniecha aktywności w poszukiwaniu pracy zawodowej. Wsparcie to powinno być zatem tak dopasowane do osobowości jednostki, aby traktowała ona ten okres jako epizodyczny i dyskomfortowy na tyle, by pod wpływem napięć i stresów nie zrezygnowała ze starań o powrót na rynek pracy lub uruchomiła takie zachowania przedsiębiorcze, które pozwoliłyby jej znaleźć własną formułę niezależności finansowej. Wsparciem tym powinna być też objęta cała rodzina (żona, dzieci itd.) bezrobotnego. Oni bowiem mogą skutecznie kształtować pozytywne postawy głowy własnej rodziny, motywując ją do podjęcia działań mających na celu znalezienie pracy.

Chirkowska-Smolak, Wilczyńska-Kwiatek, Chudzińska sądzą, że pomoc dla osób bezrobotnych powinna być udzielana w następujących obszarach [1], [2]:

- 1) skojarzenie przyszłego pracownika z pracodawcą;
- 2) uruchomienie określonych procedur o tym, jak skutecznie działać, aby zdobyć pracę;
- 3) uruchomienie działań mających na celu wspieranie zdrowia psychicznego osób bezrobotnych;
- 4) kształtowanie u osób poszukujących pracy (np. tych, którzy są absolwentami szkół ponadzawodowych i różnych uczelni):
 - a) poczucia własnego sprawstwa,
 - b) poczucia wartości,
 - c) przekonania o własnej skuteczności, kiedy podejmuje się działania związane z poszukiwaniem pracy,

- d) kompetencji;
- 5) uczenie tolerowania emocjonalnych skutków informacji sprzecznych, niezgodnych i dwuznacznych, tak aby umieć powstrzymać się przed przedwczesnymi reakcjami na nie [18];
- 6) nauczenie osoby bezrobotnej zarządzania informacjami na temat własnego życiorysu zawodowego, tak aby potrafiła ona przygotować właściwą dokumentację autoprezentacyjną dla przyszłego pracodawcy.

7. Praca a społeczeństwo

Diagnoza społeczna 2005. Warunki i jakość życia Polaków [8] jest pracą, w której problem wykluczenia społecznego stanowi jeden z tematów omawiających bariery w osiągnięciu wzrostu ekonomicznego jednostki. Tylko jednostki aktywne, uczestniczące w rzeczywistości społecznej i gospodarczej są w stanie dokonywać istotnych zmian i przeobrażeń, przyczyniając się do zmian cywilizacyjnych.

Jednostki bierne, wykluczone poza nawias aktywności, stają się przyczyną zagrożeń dla innych ludzi i rozwoju społecznego. Dlatego też sama jednostka musi stać się centrum realizacji wszelkich programów społecznych i gospodarczych, jest ona nie tylko aktywnym podmiotem tych działań, ale także odbiorcą, przedmiotem tych procesów.

Marginalizacja jednostek, wykluczenie ich jest barierą i zagrożeniem postępu i rozwoju. Osoby, które z różnych przyczyn nie mają szans na realizowanie swoich planów edukacyjnych, już na starcie swojego życia pozbawione są możliwości aktywnego uczestnictwa w przemianach społecznych. Jeśli pomimo własnego wysiłku pozbawione są też możliwości zatrudnienia lub samozatrudnienia, wtłaczane są w krąg osób z góry pozbawionych możliwości realizacji celów osobistych i skazane na nawarstwiający się wykluczenie z różnych dziedzin życia społecznego.

Szanse uczestniczenia w życiu społecznym odebrane są nie tylko im samym, ale również członkom ich rodzin, co jeszcze w znacznie większym stopniu pogłębia izolację od innych ludzi i możliwości realizacji własnych zamierzeń.

Wykluczenie wtórnie pozbawia ludzi opieki medycznej, tworzenia zasobów materialnych zabezpieczających przed wieloma rodzajami nieprzewidzianych zdarzeń losowych. Wpływa też często na rozluźnienie lub zerwanie więzi rodzinnych, co niejednokrotnie przyczynia się do utraty rozumienia otaczającego świata, wtórnej izolacji, poczucia rozpadu, zagubienia, zachowań ucieczkowych i staje się początkiem pojawiania i nasilania zaburzeń psychosomatycznych.

Jednostka, która nie ma szans na edukację, podjęcie pracy, traci rodzinę i więzi z najbliższymi, traci też poczucie bezpieczeństwa. Pogarsza się jej zdrowie somatyczne i psychiczne. Staje się ona bierna, osamotniona, niezdolna do samoorganizacji społecznej. Zauważa się też, że jednostka taka nie nabywa istotnych umiejętności niezbędnych dla zdobycia lepszej pracy i funkcjonowania społecznego.

„Nie posiada ona umiejętności prowadzenia samochodu, nie potrafi obsługiwać komputera, nie potrafi posługiwać się językiem obcym, co wtórnie prowadzi do społecznej katastrofy” (Narodowa Strategia Integracji Społecznej, 2003).

Jako antidotum dla własnej sytuacji życiowej i zawodowej osoby te znajdują półśrodki w postaci ucieczek od świata rzeczywistego do mediów, np. częściej oglądają programy TV., mają mniej przyjaciół i znajomych. Uciekają w świat fantazji, rekompensując sobie własną

sytuację marzeniami w stylu, jak „być kimś powszechnie znanym i podziwianym”, „móc robić w życiu tylko to, na co ma się ochotę”, „odnieść sukces finansowy” i „dobrze, atrakcyjnie wyglądać” [8].

Najtrudniejsza jest sytuacja kobiet [8]. To one poprzez to, że zajęte są innymi obowiązkami związanymi z prowadzeniem domu, nie są zainteresowane podjęciem pracy zawodowej. Brak umiejętności w zakresie wymogów stawianych przez pracodawców (słaba znajomość języków obcych, często brak prawa jazdy i nieumiejętność posługiwania się komputerem, Internetem, telefonem komórkowym) pogłębia jeszcze proces izolacji. To im zatem przede wszystkim trzeba pomóc.

Praca spełnia w życiu człowiek niezwykle istotną rolę [29]. Rola ta nie jest ograniczona wyłącznie do korzyści materialnych. Praca dostarcza jednostce poczucia szacunku ze strony innych ludzi:

- jednostka potrafi określić siebie w strukturze hierarchii społecznej,
- praca rozszerza możliwości jednostki podjęcia aktywności na wielu płaszczyznach,
- włącza jednostkę w łańcuch społecznych działań grupowych, związanych np. z podziałem ról,
- jednostka musi być cały czas aktywna, gdyż wymuszają to podejmowane przez nią role społeczne,
- jej czas jest zorganizowany przez wykonywanie zaplanowanego ciągu zdarzeń,
- praca dostarcza jednostce wzmocnień pozytywnych.

Wszystkie te czynniki są ważne dla dokonywania regulacji stosunków człowieka z otoczeniem materialnym i społecznym.

Kobiety stanowią szczególną grupę [8], która nie jest zainteresowana podjęciem pracy. Są one zajęte wykonywaniem obowiązków domowych, które zajmują im znaczną ilość czasu. Podobnie jak osoby bezrobotne otrzymują wsparcie finansowe od instytucji państwowej. Nie „opłaca” im się zatem pracować, gdyż ekwiwalent pieniężny za pracę byłby podobnej wysokości. Prezent w postaci zapomogi finansowej nie motywuje do poszukiwania i podjęcia pracy.

8. Podnoszenie lub zdobywanie kwalifikacji

Bezrobotni radzą sobie, korzystając z zapomóg społecznych i podejmując „pracę na czarno”. Może to oznaczać, że liczba bezrobotnych jest w rzeczywistości niższa niż pokazują to statystyki. Czapiński [8] wskazuje na trzy czynniki bezrobocia. Są to: czynniki makrostrukturalne, czynniki mikrostrukturalne, czynniki indywidualne. Aby zatem zmienić sytuację osób bezrobotnych, konieczne jest podjęcie cyklu szkoleń ukierunkowanych na: podniesienie kwalifikacji kobiet bezrobotnych; dokonanie takich zmian w obszarze ich dobrostanu psychicznego, aby radziły sobie one lepiej w życiu; były bardziej zadowolone z dokonujących się zmian; posiadały nastawienie optymistyczne do świata; były bardziej szczęśliwe oraz rozumiały, że wraz z pozytywnymi zmianami jakości ich życia zmieni się ich dobrostan psychiczny. Chociaż istnieje wiele wymiarów określających jakość życia, to dobrostan psychiczny jest tu najistotniejszy – sprowadza się on do poczucia szczęścia i zadowolenia z dotychczasowego życia.

SUMMARY

Strengthening the Emotional Intelligence of Women Seeking Work and Planning to Set up their Own Business

The article analyzes the Polish and English language literature on unemployment, indicating to numerous social, psychological and health aftereffects. The unemployed women situation and different results have been stressed, here. Also, it has been shown the activities of unemployed female persons, who after the loss of job try to help somehow the worsening of their family standards of life and cope with the psychological problems.

Since the unemployed women, in many cases take responsibility for rearing their children and satisfying their needs and wants, they themselves painfully react to the lowering of life level standards. They encounter numerous difficulties while searching satisfactory jobs.

So the positive chance has been created by the trainings financed by the European Community social projects. One of the them is built for unemployed female persons. They can acquire professional skills in beauty shop practices and start their own business.

The cycle of training embraces skills in cosmetics, working on entrepreneurial skills and acquisition of psychological knowledge on how to sell services for their future clients. The project has been presented in the final part of the present article.

Literatura

- [1] Chirkowska-Smolak T., Wilczyńska-Kwiatek A., Chudzicka A., *Pomoc psychologiczna dla bezrobotnych – uwarunkowania i formy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [2] Chirkowska-Smolak T., *Poszukiwanie pracy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [3] Chudzicka A., *Wsparcie społeczne a zachowanie zaradcze osób bezrobotnych* [w:] *Psychologia. Badania i aplikacje*, t. 4, *Bezrobocie. Między bezradnością i nadzieją*, red. Z. Ratajczak, Katowice 2001.
- [4] Chudzicka-Czupała A., *Bezrobocie. Różne oblicza wsparcia*, Katowice 2004.
- [5] Cicchetti D., Toth S.L., *Development and depression in children and adolescence*, „*American Psychology*” 1998, nr 53 (2), s. 221–241.
- [6] Derbis R., *Różnice w doświadczeniu braku pracy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [7] Dew M.A., Penkower L., Bromet E.J., *Effects of unemployment on mental health in the contemporary family*, „*Behav. Mod.*” 1991, nr 15, 501–554.
- [8] *Diagnoza społeczna 2005, warunki i jakość życia Polaków*, red. J. Czapiński i T. Panek, Warszawa 2005.

- [9] Duncan et al., *Economic deprivation and early childhood development*, „Child Development” 1994, nr 65, s. 296–319.
- [10] *Employment and earnings*. Bureau of Labor Statistics, Department of Labor, Washington DC: U.S. Government Printing Office, 1991, February.
- [11] Feldman J.K., Aliant G. E. *Resilient children as adults: 40-year study* [w:] E.J. Anthony, B.J. Cohler (red.), *The invulnerable child*, New York 1987, s. 289–314.
- [12] Goleman D., *Inteligencja emocjonalna w praktyce*, Media Rodzina, 1999
- [13] Gottesman I.I., *Schizophrenia Genesis: origins of madness*, New York 1991.
- [14] Habbfoll S.E. et al., *A nation's response to attack: Israeli's depressive reaction to the Gulf War*, „Journal of Traumatic Stress” 1994, nr 7, s. 59–73.
- [15] Jones L., *Specifying temporal relationship between job loss and consequences: Implication for service delivery*, „The Journal of Applied Social Sciences” 1992, nr 16, s. 37–62.
- [16] Kessler R.C., McGonagle K.A., Zhao S., Nelson C.W., Hughes M., Eschleman S., Wottchen H.U., Kendler K.S., *Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R Psychiatric disorder In United States: Results from the national Comorbidity survey*, „Archives of General Psychiatry” 1994, nr 51, s. 8–19.
- [17] Kwiatkowski E., *Bezrobocie, podstawy teoretyczne*, Warszawa 2006.
- [18] Łukaszewski W., *Szanse rozwoju osobowości*, Warszawa 1984.
- [19] Makselon-Kowalska B., *Stereotypy związane z bezrobociem, poczucie własnej tożsamości u osób bezrobotnych* [w:] *Psychologia, Badania i aplikacje*, t. 4, *Bezrobocie. Między bezradnością i nadzieją*, red. Z. Ratajczak, Katowice 2001.
- [20] Makselon-Kowalska B., *Typologia zachowań zaradczych w sytuacji utraty pracy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [21] Masten A.S., Coatsworth J.D., *Competence, resilience, and psychopathology*, [in:] D. Cicchetti, D. Cohen (Eds.), „Manual of Developmental Psychopathology” 1995, nr 2, 715–752.
- [22] McLoyd V.C., *Socioeconomic disadvantage and child development*, „American Psychology” 1998, nr 53, s. 185–204.
- [23] Ratajczak Z., *Psychologiczne aspekty funkcjonowania człowieka w sytuacji braku pracy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [24] Retowski S., *Osobista odpowiedzialność za znalezienie pracy – klucz do sukcesu na rynku pracy* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [25] *Rising suicide rate linked to economy*, National Institute of Mental Health, „Los Angeles Times” 1979, April, VIII, 2, 5.
- [26] Turska E., *Regulacyjna rola zmiany planów życiowych w sytuacji pozostawania bez pracy* [w:] *Psychologia, Badania i aplikacje*, t. 4, *Bezrobocie. Między bezradnością i nadzieją*, red. Z. Ratajczak, Katowice 2001.

- [27] Warr P., *Psychologiczne skutki długotrwałego bezrobocia* [w:] *Człowiek w społecznej przestrzeni bezrobocia*, red. T. Chirkowska-Smolak i A. Chudzicka, Poznań 2004.
- [28] Williams R.B, Barefoot R.C., Blumenthal J.A. et al., *Psychosocial correlates of the job strain in a sample of working women*, „Archives of General Psychiatry” 1997, nr 54, s. 543–548.
- [29] Woźniak U., *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej w kontekście problematyki bezrobocia* [w:] *Kryzys, interwencja i pomoc psychologiczna*, red. D. Kubacka-Jasiecka i K. Budyń, Toruń 2003.