

# Психологические последствия потери работы

Подготовила: Островская Елизавета  
3 курс, психология

Проблема безработицы в современном мире носит глобальный характер, её влияние на общественную жизнь общества велико, а рассмотрение социально - психологических последствий выделены в отдельное направление научного изучения.



# Л.Пельцман выделил специфические фазы развития стрессовых состояний

## Первая фаза

Переживания потери работы,  
чувство неопределенности



## Вторая фаза

Активные поиски нового  
места работы



## Третья фаза

Нарушение жизненных  
привычек

### Четвертая фаза

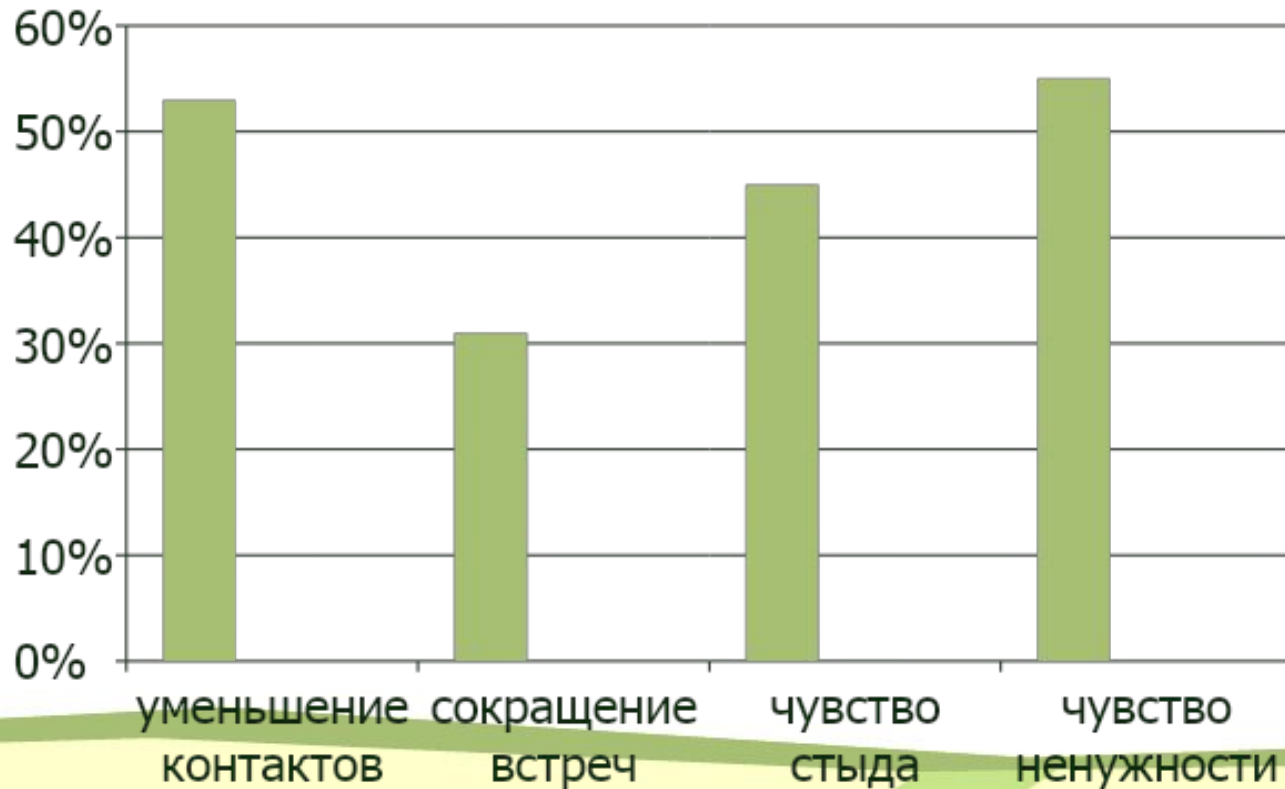
Беспомощностью и примирение со сложившейся ситуацией

- Люди, потерявшие работу, становятся более беспокойными, они подавлены, несчастны и не удовлетворены жизнью в целом. У безработных наблюдается заниженная самооценка, повышенная вспыльчивость, склонность к фатализму и пессимизм в отношении будущего.

В ходе длительных наблюдений исследователи установили, что у безработных чаще, чем у работающих, встречаются симптомы психического дистресса и психическое состояние заметно ухудшается именно после увольнения.



Длительное пребывание без работы, ее безуспешные поиски зачастую ведут к социальной изоляции безработных.



По материалам зарубежных исследований, проведенных в прошедшие полстолетия, подтверждается связь между динамикой безработицы, с одной стороны, и уровнем заболеваемости, а нередко и смертности - с другой.

Эмоциональные последствия потери работы особенно сильно сказываются на тех, кто был занят рутинной работой, лишённой творчества. Таким людям, а также молодежи, впервые ищущей работу, труднее организовать свою повседневную жизнь, максимально полезно её наполнить.





Однако, социально-психологические издержки безработицы порождают не только пассивность, склонность к разрушению или насилию.

Многие люди с устойчивой жизненной позицией и организаторскими качествами лидера организуют разнообразные коллективы по защите своих профессиональных прав, за предотвращение сокращений рабочих мест, за проведение переподготовки и организацию трудоустройства безработных.

Возможность обращения к специалистам, безусловно, положительно повлияло бы на многие скрытые «болезни» безработицы.

В связи с этим дальнейшее изучение особенностей психологических последствий потери работы, нахождение путей и способов их разрешений, оказание психологической помощи безработным в любой фазе – важнейшая задача современной практической психологии.

**Спасибо за внимание!**