



**ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ
ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟ**

ΘΕΜΑ:

**ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ ΣΤΑ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ
ΓΙΑΝΝΟΥΛΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗΣ (Α.Μ. 136)**

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΠΑΝΙΤΣΙΔΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΜΑΡΤΙΟΣ 2015

**« Η δουλειά απαλλάσσει τον άνθρωπο από τα τρία μεγαλύτερα κακά:
την ανία, τα ελαττώματα και την ανάγκη»**

Βολταίρος

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|---|----|
| Εισαγωγή | 5 |
| <i>Κεφάλαιο Πρώτο</i> | |
| ΜΙΑ ΠΡΩΤΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ | |
| 1.1 Ανεργία – Συναίσθημα - Συμβουλευτική υποστήριξη | 7 |
| 1.2 Αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών | 10 |
| <i>Κεφάλαιο Δεύτερο</i> | |
| ΟΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ | |
| 2.1 Συναισθήματα που βιώνουν οι άνεργοι | 13 |
| 2.2 Οικογένεια και ανεργία | 14 |
| 2.3 Ανεργία και γυναίκα | 16 |
| <i>Κεφάλαιο Τρίτο</i> | |
| ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ | |
| 3.1 Ανεργία και συμβουλευτική υποστήριξη | 18 |
| 3.2 Βοηθώντας το παιδί | 24 |
| 3.3 Η έννοια της σημαντικότητας στην ανεργία | 26 |
| <i>Κεφάλαιο Τέταρτο</i> | |
| ΕΡΕΥΝΑ | |
| 4.1 Μεθοδολογία της Έρευνας | 29 |
| 4.1.1 Οριοθέτηση του προβλήματος στην Ελλάδα | 29 |
| 4.1.2 Σκοπός και στόχοι της έρευνας | 30 |
| 4.1.3 Συνέντευξη | 32 |
| 4.1.4 Δειγματοληψία | 33 |

| | |
|--|-----------|
| 4.1.5 Ταυτότητα δείγματος | 33 |
| 4.1.6 Διαδικασία των συνεντεύξεων | 34 |
| 4.1.7 Σχέδιο συνέντευξης | 35 |
| 4.1.8 Είδη ερωτήσεων | 36 |
| 4.1.9 Δομή του σχεδίου συνέντευξης | 37 |
| 4.2 Επεξεργασία δεδομένων | 38 |
| 4.2.1 Grounded theory | 38 |
| 4.2.2 Ανοιχτή κωδικοποίηση – Αξονική κωδικοποίηση | 39 |
| 4.2.3 Ανακεφαλαίωση κυριοτέρων ευρημάτων | 56 |
| 4.2.4 Επιλεκτική κωδικοποίηση | 60 |
| <i>Κεφάλαιο Πέμπτο</i> | |
| ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ | 63 |
| Βιβλιογραφικές αναφορές | 67 |
| Παράρτημα | 70 |

Εισαγωγή

Μέσα στο κλίμα της οικονομικής κρίσης και της αβεβαιότητας που ζούμε, η ανεργία αναδεικνύεται ως μία απειλή της κοινωνίας, της οικογένειας και της ψυχικής υγείας του ατόμου, καθώς τα ποσοστά της αυξάνονται ραγδαία.

Η ανεργία καταδικάζει τον άνθρωπο σε ένδεια και ποικίλες στερήσεις ενώ συγχρόνως τον θέτει σε φοβερή ψυχική δοκιμασία. Ο άνεργος δε δημιουργεί, όχι γιατί δεν έχει την ικανότητα να δημιουργήσει, αλλά γιατί δεν του δόθηκε η ευκαιρία. Αισθάνεται μειονεκτικά και τα συναισθήματα που κυριαρχούν στη ψυχή του είναι άγχος, πίκρα, απαισιοδοξία, κατάθλιψη και έλλειψη ενδιαφέροντος για τη ζωή. Τα φειδωλά επιδόματα ανεργίας, που έχουν θεσπιστεί, η απρόσωπη ατμόσφαιρα των κέντρων απασχόλησης και η έλλειψη ψυχολογικής υποστήριξης από τους συμβούλους απασχόλησης, έρχονται μάλλον να επιβεβαιώσουν την άθλια κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο άνεργος.

Ερωτήματα προς διερεύνηση που αναλύθηκαν στην εργασία ήταν τα παρακάτω: Πώς επηρεάζει η ανεργία τις ζωές των ανθρώπων; Τι συναισθήματα εμφανίζονται; Ποιες συμπεριφορές συνοδεύουν τις συγκεκριμένες συναισθηματικές αλλαγές; Ποιοι αποτελούν το υποστηρικτικό περιβάλλον των ανέργων;

Η εργασία αποτελείται από δύο τμήματα το θεωρητικό και το ερευνητικό. Το θεωρητικό κομμάτι περιλαμβάνει στο πρώτο κεφάλαιο μια σύντομη προσέγγιση των εννοιών ανεργία, συναίσθημα, συμβουλευτική υποστήριξη και αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών. Στο δεύτερο κεφάλαιο αναλύονται συναισθήματα ανέργων, εξετάζεται πώς επηρεάζει η ανεργία την οικογένεια και γίνεται συγκεκριμένη αναφορά στο θέμα ανεργία και γυναίκα. Το τρίτο κεφάλαιο ασχολείται με την αντιμετώπιση της ανεργίας μέσα από τη συμβουλευτική υποστήριξη, με τις παρεμβάσεις που προτείνονται για τα παιδιά που βιώνουν την ανεργία μέσα στην οικογένειά τους και γίνεται μια σύντομη αναφορά στην έννοια της σημαντικότητας και το ρόλο που μπορεί να παίξει στην περίοδο της ανεργίας. Ακολουθεί στο τέταρτο κεφάλαιο το ερευνητικό κομμάτι το οποίο περιλαμβάνει έντεκα ημιδομημένες συνεντεύξεις, για την ανάλυση των οποίων έγινε χρήση της μεθόδου grounded theory, η οποία ανήκει στις ποιοτικές μεθόδους έρευνας. Το πέμπτο κεφάλαιο περιέχει τη συζήτηση και τα συμπεράσματα και ολοκληρώνοντας την εργασία υπάρχουν οι σχετικές βιβλιογραφικές αναφορές και το παράρτημα. Στο παράρτημα παρατίθενται

τα εξής: το σχήμα 1 που απεικονίζει την εμπειρία της ανεργίας σύμφωνα με τους Amundson & Borgen (1982), το σχήμα 2 που απεικονίζει τις συναισθηματικές αντιδράσεις γυναικών για την απώλεια της θέσης εργασίας τους και για την αναζήτηση εργασίας σύμφωνα με τους Borgen & Amundson (1987), τον οδηγό συνέντευξης (ερωτηματολόγιο) που χρησιμοποιήθηκε στην έρευνα, τους πίνακες ανοιχτής κωδικοποίησης και την πρώτη ημιδομημένη συνέντευξη της έρευνας.

Κεφάλαιο Πρώτο

ΜΙΑ ΠΡΩΤΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

1.1 Ανεργία – Συναίσθημα – Συμβουλευτική υποστήριξη

Σύμφωνα με τον Δημητρόπουλο (2002) «ανεργία αποκαλείται η έλλειψη ευκαιριών απασχόλησης για τα άτομα που είναι ικανά να εργαστούν και επιθυμούν να εργαστούν. Η ανεργία αποτελεί τη σημαντικότερη παθολογία της αγοράς εργασίας.» (σελ.83).

Σε παλαιότερες εποχές, που το παραδοσιακό νοικοκυριό είχε την οικονομική του αυτάρκεια, που η απασχόληση ήταν μερική ή εποχιακή και που δεν υπήρχε αυστηρός καταμερισμός αρμοδιοτήτων και καθηκόντων, γίνεται λόγος για «αεργία», η οποία είχε περισσότερο το νόημα της φυγοπονίας, της οκνηρίας. Η ανεργία εμφανίζεται ως πρόβλημα κατά τους νεότερους χρόνους, όταν επικράτησε η βιομηχανική οργάνωση της παραγωγής, ο καταμερισμός εργασίας και η εξειδίκευση των εργαζομένων (Κούτρας, 2005).

Σήμερα επίσης ακούγονται συχνά οι έννοιες της «υποαπασχόλησης» και της «ετεροαπασχόλησης», που αντανακλούν όψεις του φαινομένου της κρυμμένης ή λανθάνουσας ανεργίας. Στις παραπάνω περιπτώσεις τα άτομα δεν εμφανίζονται επισήμως ως άνεργα. Συγκεκριμένα υποαπασχόληση θεωρείται η κατάσταση κατά την οποία το άτομο προσφέρει λιγότερη εργασία σε σύγκριση με αυτήν που έχει τη δυνατότητα να προσφέρει, επειδή δε του δίνεται η ευκαιρία. Οι υποαπασχολούμενοι είναι τυπικά και ονομαστικά απασχολούμενοι και δεν περιλαμβάνονται στις στατιστικές μετρήσεις της ανεργίας. Ετεροαπασχόληση θεωρείται η κατάσταση κατά την οποία το άτομο εργάζεται σε δουλειές που δεν έχουν σχέση με αυτά που ξέρει ή έχει σπουδάσει, επειδή δεν μπορεί να βρει εργασία αντίστοιχη της ειδικότητάς του (Δημητρόπουλος, 2002).

Ανακεφαλαιώνοντας, οι δυο βασικές προϋποθέσεις ώστε να θεωρηθεί κάποιος άνεργος είναι πρώτον, να μην εργάζεται και δεύτερον, να αναζητάει εργασία. Δηλαδή, δε θεωρείται άνεργος κάποιος ο οποίος σταμάτησε τις προσπάθειες αναζήτησης εργασίας, μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα, λόγω των απορρίψεων που υπέστη (Βάβουρας, 2005).

Η ανεργία είναι ένα πολύ σοβαρό πρόβλημα με ιδιαίτερες δυσμενείς επιπτώσεις τόσο για την οικονομία μιας χώρας συνολικά όσο και ειδικότερα για το ίδιο το άνεργο άτομο που το επιβαρύνει αρνητικά και στο εισόδημά του, αλλά και στην κοινωνική, συναισθηματική και ψυχολογική του κατάσταση (Δημητρόπουλος, 2002). Συναίσθημα είναι μια σύνθετη, δυναμική ψυχική κατάσταση, θετική ή αρνητική, που βιώνει ο άνθρωπος, χωρίς συνειδητή προσπάθεια και η οποία είναι το αποτέλεσμα των εξωτερικών και εσωτερικών επιδράσεων στον ψυχοσωματικό του οργανισμό. Πολλοί ερευνητές στην προσπάθεια του ορισμού του συναισθήματος στηρίχτηκαν περισσότερο στις ιδιότητες, στα χαρακτηριστικά γνωρίσματα, στα επιμέρους στοιχεία κάθε συναισθήματος και, τέλος, στις αλλαγές που αυτό προκαλεί στον ανθρώπινο οργανισμό (Καλούρη-Αντωνοπούλου, 1999).

Οι περισσότεροι άνθρωποι θα συμφωνούσαν πως τα συναισθήματα είναι εσωτερικές υποκειμενικές καταστάσεις οι οποίες μπορούν να αλλάξουν από στιγμή σε στιγμή ενώ παράλληλα μαθαίνουμε να τις διαφοροποιούμε και αποδίδουμε σε αυτές ονόματα όπως ευτυχία, χαρά και φόβος. Μερικά συναισθήματα μοιάζουν να είναι πάθη που μας συμβαίνουν χωρίς πρόθεση, ενώ άλλα μοιάζουν να προκαλούνται από τις ίδιες μας τις σκέψεις. Αποτελούνται από επιμέρους στοιχεία τα οποία είναι: η υποκειμενική εμπειρία του συναισθήματος, οι σωματικές αλλαγές, οι εκφράσεις του προσώπου και οι γνωστικές ερμηνείες των καταστάσεων που σχετίζονται με το συναίσθημα (Βοσνιάδου, 2001).

Σύμφωνα με τη Filliozat (2001, σελ. 39) «ο ρόλος των συναισθημάτων είναι να υποδεικνύουν τα γεγονότα που είναι σημαντικά για το άτομο και να θέτουν σε κίνηση τη συμπεριφορά που θα του επιτρέψει να τα χειριστεί.»

Τις περισσότερες φορές το άτομο καταφέρνει να αντιμετωπίσει τη ζωή, άλλοτε όμως ένα γεγονός ή μια κατάσταση το εμποδίζει να συνεχίσει, γιατί τη δεδομένη στιγμή δεν έχει τα μέσα να ξεπεράσει τις δυσκολίες. Συνήθως βρίσκει τρόπους να διαχειριστεί τα προβλήματα, συζητώντας με συγγενείς, φίλους, γείτονες ή και

κληρικούς. Μερικές φορές, ωστόσο, η συμβουλή τους δεν αρκεί, είτε γιατί αισθάνεται αμηχανία ή ντροπή για αυτό που τον απασχολεί ή γιατί απλώς δεν υπάρχει το κατάλληλο άτομο στο οποίο μπορεί να στραφεί. Σε τέτοιες στιγμές η συμβουλευτική αποδεικνύεται μια πραγματικά χρήσιμη επιλογή. Είναι ένας κοινωνικός θεσμός συνυφασμένος με την κουλτούρα των σύγχρονων βιομηχανικών κοινωνιών, ο οποίος ασκείται σε ένα ευρύ φάσμα χώρων, μέσα από ένα επίσης ευρύ φάσμα συμβουλευτικών πρακτικών. Η συμβουλευτική είναι μια μορφή παροχής βοήθειας που εστιάζει στις ανάγκες και τους στόχους του ατόμου. Από την πλευρά του συμβουλευόμενου λαμβάνει χώρα όταν ένας άνθρωπος με πρόβλημα, το οποίο δεν κατάφερε να επιλύσει με τους συνήθεις τρόπους, καλεί και επιτρέπει σε κάποιον άλλο να αποκτήσει ένα είδος σχέσης μαζί του. Το άτομο που επιθυμεί συμβουλευτική ζητά από έναν άλλο άνθρωπο να του διαθέσει χρόνο και χώρο για να μιλήσει ελεύθερα και να βρει σεβασμό στη διαφορετικότητα, εχεμύθεια και επιβεβαίωση (McLeod, 2003).

Τα πιθανά αποτελέσματα της συμβουλευτικής διαδικασίας μπορεί να είναι επίλυση του αρχικού προβλήματος, μάθηση δεξιοτήτων και στρατηγικών, οι οποίες θα βοηθήσουν το άτομο να χειριστεί παρόμοιες δυσκολίες στο μέλλον και κοινωνική ενσωμάτωση (McLeod, 2003).

Από την πλευρά του συμβούλου, οι ορισμοί που δίνονται για τη συμβουλευτική, εκφράζουν κυρίως απόψεις που την καθιερώνουν ως επαγγελματική ειδικότητα μέσα στην κοινωνία. Οι Felthman και Dryden (1993, όπως αναφέρεται στο McLeod, 2003, σελ. 30) αναφέρουν:

Η συμβουλευτική είναι μια αυστηρά καθορισμένη σχέση, κατά την οποία εφαρμόζονται μία ή περισσότερες θεωρίες ψυχολογίας και ένα συγκεκριμένο σύνολο επικοινωνιακών δεξιοτήτων, οι οποίες αλλάζουν με την εμπειρία, τη διαίσθηση και άλλους διαπροσωπικούς παράγοντες, ανάλογα με τις προσωπικές ανησυχίες, τα προβλήματα ή τις επιθυμίες των πελατών. Η κυρίαρχη φιλοσοφία της είναι πρώτα να διευκολύνει και στη συνέχεια να παρέχει συμβουλές ή να παρακινεί. Ενδέχεται να έχει πολύ σύντομη ή μακρά διάρκεια, να λαμβάνει χώρα σε χώρο του δημόσιου ή του ιδιωτικού τομέα, καθώς και να μην επεμβαίνει σε πρακτικά, ιατρικά και άλλα ζητήματα που ασχολούνται με την προσωπική υγεία. Είναι μία υπηρεσία που την αναζητούν άνθρωποι οι οποίοι υποφέρουν από κάποια διαταραχή ή βρίσκονται σε σύγχυση και επιθυμούν να συζητήσουν και να επιλύσουν τα προβλήματά τους μέσα σε μία σχέση που θα είναι πιο πειθαρχημένη

και εμπιστευτική από τη φίλια και ίσως θα στιγματίσει λιγότερο από τις σχέσεις βοήθειας που δημιουργούνται σε παραδοσιακό ιατρικό ή ψυχιατρικό περιβάλλον.

1.2 Αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών

Το αρχικό θεωρητικό μοντέλο που προτείνουν οι Amundson και Borgen (1982) για την εμπειρία της ανεργίας υποστήριζε ότι τα συναισθήματα που συνδέονται με την ανεργία είναι σαν ένα «συναισθηματικό τρενάκι του λούνα-παρκ» (emotional roller coaster) (Παράρτημα, Σχήμα 1). Ο συναισθηματικός κύκλος ξεκινά με μια αντίδραση στην απώλεια εργασίας συγκρινόμενη με τα στάδια του θρήνου που πρότεινε η Kubler-Ross (1969, όπως επισημαίνεται από τους Amundson & Borgen, 1982) και τα οποία είναι: άρνηση, θυμός, ευκαιρία (διαπραγματεύση), κατάθλιψη και αποδοχή. Στη συνέχεια οι Amundson και Borgen (1982) υπέθεσαν πως στο τέλος του κύκλου του θρήνου οι άνθρωποι βιώνουν την αποδοχή που περιλαμβάνει την αναγνώριση ότι η δουλειά τελείωσε και η αναζήτηση μιας καινούργιας δουλειάς πρέπει να ξεκινήσει. Η αναζήτηση εργασίας θα ξεκινούσε με ενθουσιασμό, γιατί το να ψάχνεις δουλειά είναι μία δουλειά, αλλά θα συνέχιζε με στασιμότητα, ανησυχία και απάθεια, γιατί οι άνθρωποι θα αντιμετώπιζαν την πραγματικότητα των συνεχόμενων απορρίψεων και θα αποσύρονταν από την αναζήτηση, έχοντας αποφασίσει πως η κατάσταση είναι απελπιστική. Το στρες που συνδέεται με τη διαδικασία αναζήτησης εργασίας, έμοιαζε παρόμοιο με το μοντέλο κατάρρευσης από τη δουλειά (job burnout) που πρότειναν οι Edelwich και Brodsky (1980, όπως αναφέρεται από τους Amundson & Borgen, 1982). Οι Amundson και Borgen (1982) παρουσίασαν μια ολοκληρωμένη προσέγγιση για την κατανόηση της διαδικασίας της ανεργίας, η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μία από τις βάσεις για τη διαμόρφωση στρατηγικών συμβουλευτικής με ανέργους.

Με βάση το παραπάνω μοντέλο ξεκίνησε μια περιγραφική μελέτη από τους Borgen και Amundson (1987), όπου ερευνήθηκαν οι εμπειρίες των ανθρώπων στην ανεργία. Στο αρχικό μοντέλο, η περίοδος θρήνου γραφικά αντιπροσώπευε ίση περίοδο με τη φάση αναζήτησης εργασίας, η μελέτη όμως έδειξε πως η περίοδος θρήνου έτεινε να είναι μικρότερη από αυτή της αναζήτησης εργασίας. Επιπλέον, στο μοντέλο-τρενάκι είχαν υποθέσει μια αρχική φάση ενθουσιασμού που χαρακτηριζόταν από αισιοδοξία για μια αποτελεσματική αναζήτηση. Τα πορίσματα δείχνουν ότι αυτός ο ενθουσιασμός μπορεί να είχε κάποιες αρνητικές «παρενέργειες». Αυτές περιλάμβαναν την ανάπτυξη μη ρεαλιστικών προσδοκιών και πολλές φορές μια

υπερεκτίμηση των δυνατοτήτων-ικανοτήτων του εαυτού στις συνεντεύξεις για δουλειά. Αυτή η υπεραισιόδοξη στάση μεγαλώνει το αίσθημα της αποτυχίας, όταν οι προσδοκίες για δουλειά δεν εκπληρώνονται.

Ένα άλλο εύρημα που εμφανίστηκε ήταν το αποτέλεσμα γιο-γιο (yo-yo) που συνέβη κατά τη διάρκεια της φάσης της αναζήτησης εργασίας. Οι απορρίψεις έτειναν να κάνουν τους ανθρώπους να νιώθουν άχρηστοι και απομονωμένοι. Έτσι, στη συνέχεια στρέφονταν για υποστήριξη σε οικογένεια και φίλους με αποτέλεσμα να σκέφτονται θετικά για τον επόμενο γύρο αναζήτησης. Η διαδικασία κατέληγε σε συναισθηματικό yo-yo, όπου το άτομο δεν είχε τον έλεγχο και οδηγούσε σε περίοδο μειωμένης αναζήτησης δουλειάς και αυξημένης αναξιότητας. Η περίοδος μειωμένης αναζήτησης, χαρακτηρισμένη από αισθήματα απελπισίας και απόγνωσης, ξεκίνησε μια φάση επανεκτίμησης της αξίας τους ως άνθρωποι και σε σκέψεις αλλαγής καριέρας. Μέσα σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον το άτομο επαναξιολογείται, δραστηριοποιείται και αποδέχεται την ανάγκη για μακροπρόθεσμους στόχους καριέρας (Borgen & Amundson, 1987).

Σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τους: Winegarden, Simonetti και Nykodym (1984) οι άνεργοι που συμμετείχαν στην πλειοψηφία τους πέρασαν από τα πέντε στάδια της απώλειας, μέσω των οποίων περνάει ένας ασθενής που αντιμετωπίζει το θάνατο ή άλλα σοβαρά συναισθηματικά τραύματα. Η ανεργία μπορεί να θεωρηθεί ως ο «ζωντανός θάνατος» επειδή τόσο στενά παραλληλίζεται με τα συναισθήματα ενός ανιάτου ασθενή. Και στις δύο περιπτώσεις βιώνονται τα στάδια που ήδη αναφέρθηκαν, δηλαδή της άρνησης, του θυμού, της διαπραγματεύσεως, της κατάθλιψης και της αποδοχής. Η ίδια μελέτη προσδιορίζει προβλήματα που προκαλούνται από την ανεργία ανάλογα με τη μέση σειρά σπουδαιότητας που εμφανίζονται. Το οικονομικό (βιοτικό επίπεδο) επιλέχθηκε ως το πιο σημαντικό πρόβλημα των ερωτηθέντων, ακολουθεί η αυτό-εικόνα και η μείωση της αυτό-εκτίμησης. Η ψυχική υγεία καταλαμβάνει την τέταρτη θέση, ενώ η επικοινωνία με την οικογένεια και με τους φίλους αναφέρθηκε ως το πέμπτο πιο σημαντικό πρόβλημα. Είναι ενδιαφέρον το γεγονός ότι ο τομέας που επηρεάστηκε λιγότερο ήταν η χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών.

Ο Jones (1989) μέσα από την έρευνά του αναπτύσσει μια τυπολογία προσαρμογών στην ανεργία, την οποία τη χωρίζει σε χαμηλής και υψηλής πίεσης προσαρμογές. Οι άνθρωποι έχουν διαφορετικές αντιδράσεις στα ίδια γεγονότα της

ζωής, όπως η ανεργία, γιατί χρησιμοποιούν το προσωπικό τους υπόβαθρο, τις εμπειρίες τους, τις ικανότητες τους και τους οικονομικούς τους πόρους για να αντιμετωπίσουν τις συνέπειες αυτών των γεγονότων. Στην πρώτη κατηγορία (χαμηλό στρες προσαρμογής) εμφανίστηκαν οι εξής υποκατηγορίες: οι ανεπηρέαστοι, οι «δώρο εξ ουρανού» και οι ανακυκλωτές. Στους ανεπηρέαστους ανήκουν όσοι δεν αντιμετωπίζουν πολλές δυσκολίες, ενώ βρίσκονται εκτός εργασίας ή δε χρειάζονται μεγάλη βοήθεια στην εύρεση εργασίας λόγω της υψηλής κοινωνικοοικονομικής τους θέσης. Οι «δώρο εξ ουρανού» θεωρούν πως η απώλεια εργασίας τους απελευθέρωσε από μια δυστυχισμένη κατάσταση εργασίας και σε πολλές περιπτώσεις λειτούργησε ως κίνητρο για να επιδιώξουν μια επιθυμητή αλλαγή σταδιοδρομίας. Στους ανακυκλωτές ανάγονται τα άτομα που εργάστηκαν σε κάποια επαγγέλματα στα οποία η μερική ανεργία αποτελεί ένα προβλέψιμο στοιχείο της επαγγελματικής λειτουργίας.

Στη δεύτερη κατηγορία (υψηλού στρες προσαρμογής) εμφανίστηκαν οι ανήσυχοι αλλά συνεργάσιμοι και οι δυσλειτουργικές προσαρμογές. Η διαφορά μεταξύ των δύο αυτών υποκατηγοριών σε αυτήν την κατηγορία είναι ότι η μία ομάδα παραμένει λειτουργική παρά τα υψηλά επίπεδα στρες που αντιμετωπίζει, ενώ η άλλη ομάδα εμφανίζει σημάδια δυσλειτουργίας μαζί με υψηλά επίπεδα άγχους. Οι ανήσυχοι αλλά συνεργάσιμοι αισθάνονται αρνητικά για τον εαυτό τους, ανεπαρκείς και ανασφαλείς επειδή στερούνται μέρα με τη μέρα την ιδιότητα της εργασίας τους. Πιστεύουν ότι θα κριθούν αυστηρά από τους άλλους για την παραβίαση της πολιτιστικής προσδοκίας ότι θα πρέπει να εργαστούν. Βιώνουν την κοινωνική απομόνωση και την κατάθλιψη. Η υποκατηγορία «δυσλειτουργικές προσαρμογές» περιλαμβάνει άτομα με συμπτώματα κλινικής κατάθλιψης, τάσεις αυτοκτονιών και χρήση ουσιών ως αποτέλεσμα της απώλειας εργασίας.

Στην ίδια έρευνα αναφέρεται ότι η αποτυχημένη προσπάθεια αναζήτησης δουλειάς μπορεί να προκαλέσει την εξαφάνιση της εμπιστοσύνης για την εκ νέου απασχόληση. Η αυξημένη πίεση μπορεί να επιβαρύνει τελικά τις ίδιες τις σχέσεις που αρχικά χρησιμοποιήθηκαν για τη βελτίωση των αρνητικών επιπτώσεων της ανεργίας. Εκείνοι που φαινόταν να προσαρμόζονται εξαιρετικά καλά στα πρώτα στάδια της ανεργίας μπορεί να εμφανίσουν μια επιδείνωση στη λειτουργικότητά τους, όταν δεν μπορούν να βρουν μια δουλειά ή όταν η ευρύτερη κοινότητα/κοινωνία δεν παρέχει υποστήριξη.

Κεφάλαιο Δεύτερο

ΟΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ

2.1 Συναισθήματα που βιώνουν οι άνεργοι

Ο χώρος της εργασίας αντιπροσωπεύει για τα περισσότερα άτομα τη σημαντικότερη ομάδα κοινωνικής αλληλεπίδρασης και αποτελεί το επίκεντρο του χρόνου στη ζωή ενός ατόμου. Πολλοί μάλιστα τείνουν να χρησιμοποιήσουν τις σχέσεις που συνδέονται με το χώρο εργασίας ως υποκατάστατο του οικογενειακού τους συστήματος. Το δέσιμο εργασίας και ατόμου, οι ρόλοι και οι σχέσεις που δημιουργούνται στο χώρο εργασίας και η συμμετοχή στη διαδικασία της παραγωγής, συμβάλλουν σημαντικά στη δημιουργία και διατήρηση μιας υγιούς ταυτότητας του «εγώ». Με την ανεργία η καθημερινή αλληλεπίδραση μέσα και έξω από το χώρο εργασίας χάνεται, η προσωπική παραγωγικότητα διακόπτεται και το άτομο δεν ανήκει πλέον σε μία ευρύτερη κοινωνική ομάδα. Όλα αυτά δημιουργούν συναισθήματα απώλειας, ανεπάρκειας και αμφισβήτησης της αξίας του εαυτού του (Peregoy & Schliebner, 1990).

Το φαινόμενο της ανεργίας παραλληλίζοντάς το με το φαινόμενο του αποχωρισμού, ενεργοποιεί μια σειρά από συναισθηματικά και ψυχολογικά στάδια. Αναλυτικότερα το πρώτο στάδιο της απώλειας εργασίας αποτελείται από την άρνηση και τη δυσκολία να δεχτεί ο άνεργος τη μετάβαση στην ανεργία ως καθημερινότητα. Στο δεύτερο στάδιο ξεκινάει η συνειδητοποίηση της ανεργίας και των συνεπειών της. Οι περισσότεροι άνθρωποι αρχίζουν να αισθάνονται θυμό, ο οποίος κατευθύνεται προς οποιονδήποτε φαίνεται να προκάλεσε το γεγονός, προς την κατάσταση και τέλος προς τον εαυτό τους. Το στάδιο της διαπραγμάτευσης είναι το τρίτο κατά σειρά στάδιο και αποτελείται από προβλέψεις, υπολογισμούς και συμβιβασμούς. Η άρνηση, η απομόνωση και ο θυμός επικεντρώνονται στο παρελθόν, ενώ το άτομο αμφισβητεί

τις ικανότητες και τις γνώσεις του και νιώθει ανίκανο να προχωρήσει σε λύσεις για το μέλλον. Στο στάδιο αυτό κυριαρχεί η δήλωση: «Τι μπορώ να κάνω τώρα;». Στο τέταρτο στάδιο οι άνεργοι επικεντρώνονται όλο και περισσότερο στην κατάστασή τους, νιώθουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και απαισιοδοξία, απομονώνονται και οδηγούνται σε μία μορφή κατάθλιψης. Στο τελικό στάδιο της αποδοχής ο άνεργος δίνει έμφαση στην πραγματικότητα της κατάστασης, αναλύει τις δεξιότητες και τις ικανότητές του και νιώθει ικανός να προγραμματίσει το μέλλον του (Winegarden et. al., 1984).

Στο άρθρο των Borgen και Amundson (1987) γίνεται μια αναφορά στη μελέτη των Zawadski και Lazarsfeld (1935) η οποία περιγράφει τις διαθέσεις των ανέργων σαν ένα γενικό αίσθημα τραυματισμού, φόβου, ανησυχίας, θυμού, μωδιάσματος, χαλάρωσης, απελπισίας-φόβου, συναίνεσης ή απάθειας.

Εάν το άνεργο άτομο αποδώσει την αιτία της ανεργίας του σε εξωτερικούς παράγοντες και σε καταστάσεις πέραν των δυνάμεών του, οι απώλειες του αυτοσεβασμού θα είναι αμελητέες. Εάν όμως κατηγορήσει τον εαυτό του για τις αρνητικές καταστάσεις, τότε θα χάσει την αυτοεκτίμησή του. Επιπλέον, όταν οι άνθρωποι βρίσκονται σε μεγάλη περίοδο ανεργίας, η οποία περιλαμβάνει σταθερή αλλά αναποτελεσματική έρευνα εργασίας, βιώνουν αισθήματα σύγχυσης, απελπισίας, φόβου και ανησυχίας (Borgen & Amundson, 1987).

2. 2 Οικογένεια και ανεργία

Η ανεργία στη ζωή του ανθρώπου αποτελεί μια δύσκολη και μεταβατική περίοδο, που επηρεάζει όχι μόνο τον ίδιο τον άνεργο προσωπικά αλλά και την οικογένειά του. Οι γονείς εργάζονται για να παρέχουν στους ίδιους και στα μέλη της οικογένειας τους οικονομική σταθερότητα, ανεξαρτησία, κοινωνική και ψυχολογική ασφάλεια. Ως εκ τούτου, η έναρξη της ανεργίας κλονίζει το γενικότερο κλίμα της οικογένειας, γιατί αποτελεί ένα απρόβλεπτο γεγονός, το οποίο δε συμπεριλαμβάνεται στα αναπτυξιακά στάδια της οικογενειακής μονάδας (Schliebner & Peregoy, 1994).

Όπως επισημαίνεται από τους Schliebner και Peregoy (1994), ο άνεργος γονέας του οποίου η αυτοεκτίμηση έχει επηρεαστεί από την παρούσα συγκυρία, αδυνατεί ίσως να καλύψει τις συναισθηματικές ανάγκες των μελών της οικογένειάς του, δημιουργώντας έτσι ένα περιβάλλον γεμάτο ανασφάλεια. Οι συζυγικές σχέσεις

μπορούν επίσης να αλλάξουν και μελέτες επιβεβαιώνουν μεγαλύτερα ποσοστά χωρισμού και διαζυγίου σε οικογένειες όπου ο σύζυγος είναι άνεργος σε σχέση με εκείνες τις οικογένειες όπου ο σύζυγος έχει μια απασχόληση. Οι ανατροπές των παραδοσιακών ρόλων άντρας - γυναίκα και η παραμονή του άνδρα στο σπίτι, λόγω της ανεργίας, συνοδεύονται από αισθήματα ανεπάρκειας και ενοχής από τους άνεργους συζύγους. Σύμφωνα με τους Borgen, Amundson, & McVicar (2002), ο άνεργος πατέρας μπορεί να αισθάνεται απογοητευμένος, λόγω των κοινωνικών προτύπων και των προσωπικών του προσδοκιών και να δυσκολεύεται να προσαρμοστεί σε καινούργιους ρόλους μέσα στην οικογένεια.

Τα παιδιά συχνά δεν καταλαβαίνουν την πολυπλοκότητα και τη σοβαρότητα της οικονομικής και ψυχολογικής ζημιάς που προκαλεί η απώλεια θέσης εργασίας του γονέα. Θέλουν να αντιμετωπίσουν την αναταραχή που έχει δημιουργηθεί μέσα στην οικογένεια λόγω της ανεργίας, αλλά αδυνατούν μη γνωρίζοντας τον τρόπο. Συναισθήματα σύγχυσης, θυμού και ανασφάλειας εκφράζονται μέσα από τη συμπεριφορά τους προς τους γονείς, το σχολείο και τον ευρύτερο κοινωνικό τους περίγυρο. Οι έφηβοι παρατηρώντας την απογοήτευση του γονέα και τις μάταιες προσπάθειές του να εξασφαλίσει μία εργασία, αρχίζουν να βλέπουν την πρόσβαση σε δουλειά σαν κάτι που δεν ελέγχεται από τους ίδιους. Με γνώμονα την παραπάνω άποψη μειώνουν τις προσπάθειές τους για προσωπική εξέλιξη σε μορφωτικό και εργασιακό επίπεδο και οδηγούνται σε έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό τους, στο γονέα τους που ψάχνει για δουλειά και στο ίδιο το κοινωνικοπολιτικό και οικονομικό σύστημα που τους πλαισιώνει (Schliedner & Peregoy 1994).

Αυτή η απαισιοδοξία φαίνεται από τα λόγια ενός έφηβου κοριτσιού, του οποίου και οι δύο γονείς είναι άνεργοι. Το απόσπασμα αναφέρεται στο άρθρο των Schliedner και Peregoy (1994):

Το μέλλον βρωμάει. Θα έπρεπε να περάσετε την παιδική σας ηλικία προετοιμαζοντάς σας για την πραγματική σας ζωή σαν ενήλικα. Αλλά τι γίνεται αν η πραγματική ζωή δεν είναι καλή; Ποιο είναι το νόημα; Κοιτάζτε τους γονείς μου. Πάντα έκαναν τα πάντα με τον τρόπο που έπρεπε να το κάνουν. Τώρα κοιτάζτε τους, κανείς δε θα τους δώσει μια δουλειά Ποιο το νόημα να προσπαθήσεις στο σχολείο; Δεν υπάρχουν δουλειές για τη μαμά μου και το μπαμπά μου . Γιατί να πιστέψω ότι θα υπάρχουν δουλειές για μένα, όταν θα βγω από το σχολείο;
(McLoyd, 1990, σελ. 299)

2.3 Ανεργία και γυναίκα

Στις έρευνες, όπως επισημαίνεται από το Σπυριδάκη (2013), η γυναικεία εργασιακή πορεία χαρακτηρίζεται από «διαλείμματα» εκτός εργασίας και δεν εμφανίζει το στοιχείο της διάρκειας και της συνέχειας, το οποίο το συναντάμε κυρίως στην εργασιακή πορεία των ανδρών. Συνεπώς η γυναικεία ανεργία είναι ένα σχεδόν σταθερό φαινόμενο, παρά ένα φαινόμενο που οφείλεται στην παρούσα κατάσταση. Οι γυναίκες προσλαμβάνονται κυρίως σε επισφαλείς θέσεις εργασίας και είναι οι πρώτες υποψήφιες προς απόλυση σε περιόδους κρίσεων ή αναδιοργάνωσης των επιχειρήσεων που απασχολούνται. Συγχρόνως πολλές γυναίκες δε θεωρούν πως είναι άνεργες γιατί υποστηρίζουν πως βασική και κύρια υποχρέωση τους είναι η φροντίδα της οικογένειάς τους και η ανατροφή των παιδιών τους. Συνεπώς κατά τη διαδικασία αναζήτησης εργασίας επιθυμούν να καταλάβουν θέσεις ημιαπασχόλησης για να συμπληρώσουν το οικογενειακό εισόδημα.

Σύμφωνα με την Abramovitz (1990) η πιο συχνή αιτία για τα υψηλότερα ποσοστά ανεργίας μεταξύ των γυναικών είναι η μετακίνησή τους μεταξύ του σπιτιού και της αγοράς εργασίας. Μια διαδικασία που είναι αναπόφευκτη σε μια κοινωνική τάξη, η οποία αναθέτει εργασίες σε άτομα ανάλογα με το φύλο και κρατάει ακόμη τις γυναίκες αποκλειστικά υπεύθυνες για το σπίτι, ακόμη και όταν αυτές δουλεύουν έξω. Εάν απομονωθούν οι περιπτώσεις που οι υποχρεώσεις της οικογένειας επιβάλλουν στις γυναίκες να μένουν άνεργες και εξεταστούν ξανά τα ποσοστά ανεργίας ανάμεσα στα δύο φύλα, θα υπάρξει ομοιομορφία στη διανομή του κινδύνου ανεργίας μεταξύ των φύλων. Επιπλέον, οι γυναίκες παραμένουν συγκεντρωμένες σε αποκλειστικά γυναικεία επαγγέλματα, όπως προετοιμασία τροφίμων, εκπαίδευση, νοσηλεία, ιατροφαρμακευτική περίθαλψη, τραπεζικές και εγχώριες υπηρεσίες, πολλά από τα οποία παραπέμπουν σε δουλειές που κάνουν οι γυναίκες στο σπίτι. Οι γυναίκες, λοιπόν, συνωστίζονται σε ένα μικρότερο αριθμό αμειβόμενων θέσεων εργασίας, κάτι το οποίο αυξάνει με τη σειρά του τον ανταγωνισμό μεταξύ των γυναικών, μειώνει τους μισθούς τους και επιφέρει μεγαλύτερα ποσοστά ανεργίας ανάμεσά τους, αφού η προσφορά των εργαζομένων γυναικών είναι αυξημένη για ένα στενό όμως φάσμα θέσεων εργασίας.

Οι B.Starrin και J.Larson (1987, όπως παρατίθεται στην Καρακιουλάφη, 2013) ερεύνησαν τις στάσεις που υιοθετούν οι άνεργες γυναίκες και κατέληξαν στην παρακάτω τυπολογία: η πρώτη κατηγορία περιλαμβάνει τις γυναίκες που δεν έχουν πια ελπίδες για μισθωτή εργασία, δεν ψάχνουν για εργασία αλλά και ούτε στρέφονται προς μη εργασιακές δραστηριότητες, η δεύτερη κατηγορία περιλαμβάνει τις γυναίκες για τις οποίες η αναζήτηση και η εύρεση εργασίας αποτελούν προτεραιότητα τόσο από οικονομικής πλευράς όσο και από ψυχολογικής, ενώ οι μη εργασιακές δραστηριότητες δεν έχουν καμία σημασία για αυτές. Η τρίτη κατηγορία περιλαμβάνει τις γυναίκες για τις οποίες η μισθωτή εργασία παραμένει σημαντική, αλλά συγχρόνως βρίσκουν ενδιαφέρον και σε άλλες δραστηριότητες και η τέταρτη κατηγορία περιλαμβάνει τις γυναίκες που θα δέχονταν μια θέση εργασίας, αλλά η μισθωτή εργασία για αυτές δεν αποτελεί προτεραιότητα, γιατί βρίσκουν ενδιαφέρον σε άλλες δραστηριότητες και έπαψαν να αναζητούν εργασία.

Στη μελέτη των Borgen και Amundson (1987) οι γυναίκες εξέφρασαν συναισθηματικές αντιδράσεις για την απώλεια θέσης εργασίας και για την αναζήτηση εργασίας (Παράρτημα, Σχήμα 2). Το δείγμα γυναικών που μελέτησαν βίωσε μικρή περίοδο θρήνου και μια περίοδο «παύσης» μετά την απώλεια της θέσης εργασίας τους, η οποία διήρκεσε από τέσσερις μήνες μέχρι και ένα έτος. Η αναζήτηση εργασίας ξεκίνησε με αισιοδοξία, αφού έλαβαν υπόψη τους τις επιλογές τους, ωστόσο καθώς περνούσε ο χρόνος χωρίς επιτυχία βρίσκονταν αντιμέτωπες με συναισθήματα απογοήτευσης. Το φαινόμενο «γιο-γιο» αντικαταστάθηκε με μια αργή πτώση σε συναισθήματα αναξιότητας, πλήξης και ήπιας κατάθλιψης. Η αρνητική τάση αντιστράφηκε, καθώς έλαβαν στήριξη από άλλους και άρχισε μια περίοδος επαναξιολόγησης και προβληματισμού για περαιτέρω εξέλιξη και ανάπτυξη.

Κεφάλαιο Τρίτο

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

3.1 Ανεργία και συμβουλευτική υποστήριξη

Στο άρθρο του Steinweg (1990) περιγράφονται προτάσεις που μπορούν να χρησιμεύσουν ως κατευθυντήριες γραμμές για το σχεδιασμό και την υλοποίηση παρεμβάσεων, οι οποίες θα βοηθήσουν τους άνεργους. Αναλυτικότερα οι προτάσεις για τη συμβουλευτική των ανέργων αφορούν τους τομείς:

Ενθάρρυνση της αυτοεκτίμησης . Οι σύμβουλοι είναι σε θέση να βοηθήσουν τους άνεργους ενισχύοντας την αυτοεκτίμησή τους, αναφερόμενοι σε υπάρχουσες δεσμεύσεις που εξακολουθούν να εμπλέκονται και σε δραστηριότητες στις οποίες συνεχίζουν να συμμετέχουν παρά την τρέχουσα κατάσταση τους. Για παράδειγμα γονικές ευθύνες, συμμετοχή σε προσωπικά ενδιαφέροντα ή σε δράσεις της κοινότητάς τους.

Διατήρηση των επίπεδων της δραστηριότητας και της καθημερινής δομής της όπως ήταν πριν από την ανεργία. Οι συμβουλές-προτάσεις προς τους άνεργους αποσκοπούν στη δραστηριοποίησή τους και μπορεί να περιλαμβάνουν τη χαλάρωση του στερεότυπου ρόλου των φύλων εντός της δομής της οικογένειας, την ανάπτυξη δραστηριοτήτων αναψυχής και την εξεύρεση ισοδύναμων εναλλακτικών εμπειριών όπως για παράδειγμα η εθελοντική εργασία μέχρι να υπάρξει διαθέσιμη εργασία.

Ανάπτυξη δικτύων κοινωνικής υποστήριξης. Οι σύμβουλοι μπορούν να λειτουργήσουν αποτελεσματικά στην παροχή προσωπικής υποστήριξης βοηθώντας τους άνεργους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους όπως θυμό, φόβο ή ντροπή που είναι άνεργοι, καθώς επίσης μπορούν να ενθαρρύνουν

τους συμβουλευόμενους να συμμετάσχουν σε κοινωνικούς φορείς ή ομάδες στήριξης ανέργων.

Ενίσχυση των εξωτερικών αιτιολογικών αποδόσεων για την κατάσταση των ανέργων. Οι σύμβουλοι καλούνται να βοηθήσουν τους ανέργους να εκτιμήσουν εάν η τρέχουσα κατάσταση της ανεργίας τους είναι δικό τους φταίξιμο ή έχει επιβληθεί από εξωτερικούς παράγοντες.

Οι άνεργοι μπορούν, επίσης, να πιστεύουν ότι είναι οι μοναδικοί και μόνοι στη δυσκολία να αντιμετωπίσουν την απώλεια εργασίας. Μπορούν να έχουν λανθασμένα την πεποίθηση ότι οι άλλοι άνθρωποι δε βιώνουν παρόμοιες δυσκολίες, όταν μένουν άνεργοι. Οι απόψεις αυτές οδηγούν σε μια πιο έντονη αίσθηση απομόνωσης και απογοήτευσης και κατά επέκταση σε μία αξιολόγηση του εαυτού τους ως ιδιαίτερα ανεπαρκή άτομα ή ανάξια. Είναι σημαντικό για τους ανέργους να συνειδητοποιήσουν ότι δεν είναι οι μοναδικοί που βιώνουν αυτές τις σκέψεις και τα συναισθήματα ως αποτέλεσμα της απώλειας εργασίας τους, αλλά και ότι τα συναισθήματά τους είναι βάσιμα και πλήρως κατανοητά. Οι σύμβουλοι εξουσιοδοτούνται από το συμβουλευόμενο να βοηθήσουν στην ομαλοποίηση της εμπειρίας της ανεργίας που βιώνουν.

Παραπομπή σε προγράμματα επαγγελματικής αποκατάστασης. Τα προγράμματα επαγγελματικής αποκατάστασης είναι αποτελεσματικά στη βοήθεια της επιστροφής των ανέργων στο εργασιακό χώρο. Τα χαρακτηριστικά ενός αποτελεσματικού προγράμματος επαγγελματικής αποκατάστασης θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν τα ακόλουθα: (α) την αξιολόγηση των ενδιαφερόντων και των ικανοτήτων του ατόμου (β) την ενίσχυση των δεξιοτήτων του για την αναζήτηση εργασίας (π.χ. σύνταξη βιογραφικών σημειωμάτων και τεχνικές συνεντεύξεων) (γ) παραπομπές σε εργαστήρια σταδιοδρομίας (δ) την ενθάρρυνση του μακροπρόθεσμου σχεδιασμού (ε) τη βασική διδασκαλία γραφής και ανάγνωσης (στ) την εκπαίδευση εργασιακών δεξιοτήτων και (ζ) την ενεργή υποστήριξη (π.χ. ημερήσια φροντίδα παιδιών, βοήθεια μετακίνησης στο χώρο εργασίας ή υπηρεσίες οικονομικής βοήθειας).

Το μοντέλο προσωπικής ταυτότητας απασχόλησης (Personal Employment Identity Model - PEIM) παρουσιάστηκε και αναλύθηκε από τους Peregoy και Schliebner (1990) και αποτελείται από τέσσερις τύπους-παραδείγματα μέσα από τα

οποία προβάλλονται οι ανάγκες των ανέργων και κατά επέκταση το πιθανό εύρος των παρεμβάσεων από τους συμβούλους για την κάλυψη αυτών των αναγκών. Αυτό το μοντέλο παροχής υπηρεσιών αναπτύχθηκε μέσω συνεντεύξεων με τους μακροχρόνια ανέργους και βασίζεται στην αρχή ότι οι ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας ποικίλλουν ανάλογα με το βαθμό ταύτισης του ανέργου με τον προηγούμενο ρόλο ή τη θέση εργασίας του. Επιπρόσθετα η ατομική επίδραση της απώλειας εργασίας εξαρτάται από πολλές μεταβλητές, όπως από την προσωπική ιστορία του καθενός, τον τρόπο ζωής του, την κοινωνικοοικονομική του κατάσταση, και την πολιτιστική του ταυτότητα. Δεν είναι ένα πλαίσιο ανάπτυξης γιατί τα άτομα μπορεί να εμφανίζουν τα χαρακτηριστικά ενός Τύπου στο μοντέλο σε ένα σημείο στο χρόνο και τα χαρακτηριστικά ενός άλλου Τύπου στο μοντέλο σε διαφορετικό σημείο στο χρόνο.

Κατά την αρχική φάση της επαφής με τον άνεργο μια άτυπη εκτίμηση για τον καθορισμό της συναισθηματικής του κατάστασης είναι σημαντική. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την προσεκτική παρατήρηση σε τρεις τομείς: (α) στην εμφάνιση του ωφελούμενου, (β) στη λεκτική και μη λεκτική συμπεριφορά του και (γ) στο περιεχόμενο και στον τρόπο σκέψης του. Η PEIM αποτελείται από τέσσερις τύπους: ο Τύπος I ονομάζεται η απώλεια, ο Τύπος II είναι η πρόκληση, ο Τύπος III είναι το στέλεχος, και ο Τύπος IV ονομάζεται το χαμηλό κόστος επένδυσης. Στη συνέχεια αναφέρονται κάποια σχόλια για τον κάθε τύπο ξεχωριστά και τις παρεμβάσεις που προτείνονται :

Τύπος I: Απώλεια επαγγελματικής ταυτότητας του « εγώ»

Τα μακροχρόνια άνεργα άτομα που χαρακτηρίζονται ως τύπος I καθορίζουν την ταυτότητά τους μέσα από την εργασία. Με την απόλυσή τους βιώνουν συναισθήματα οργής, ανασφάλειας, δυσπιστίας και άγχους καθώς επίσης η αίσθηση του εαυτού τους έχει αλλάξει ριζικά. Η σχέση των ατόμων με τους άλλους ανθρώπους είναι θολή και επιδεινώνεται από την αυτοαντίληψη τους.

Οι παρεμβάσεις περιλαμβάνουν την ατομική ή και ομαδική συμβουλευτική. Η ομαδική συμβουλευτική θα βοηθήσει τους ανέργους αυτού του τύπου να ξεπεράσουν την αίσθηση της επιβεβλημένης αυτό-απομόνωσης, θα παρέχει στήριξη και ίσως τους βοηθήσει να καταλάβουν ότι αυτά τα συναισθήματα δεν τα αισθάνονται μόνο αυτοί. Συγχρόνως η ατομική συμβουλευτική θα εστιάσει στη διαχείριση του άγχους και θα τους βοηθήσει να κατανοήσουν τις μετατοπίσεις της διάθεσής τους. Οι δεξιότητες

λήψης αποφάσεων θα τους παρέχουν μια αίσθηση καινούριας κατεύθυνσης και εστίασης για την επόμενη φάση της ζωής τους.

Τύπος II: Επαγγελματική ταυτότητα του «εγώ»- πρόκληση

Τα άτομα που ανήκουν στο πλαίσιο του Τύπου II πιστεύουν πως ο ρόλος του «εργαζομένου» αποτελεί ένα σημαντικό τμήμα της κοινωνικής συνεισφοράς, αλλά δεν απασχολεί εντελώς την ύπαρξή τους. Με την απώλεια εργασίας χάνουν ένα τμήμα της πραγματικότητάς τους και οδηγούνται σε συναισθήματα θυμού, κατάθλιψης, δυσαρέσκειας και απελπισίας. Νιώθουν αδυναμία στην αντιμετώπιση της παρούσας κατάστασης και πιστεύουν πως το μέλλον τους απειλείται, παράλληλα όμως αρχίζουν να εξετάζουν τις αξίες, τα όνειρα και τους στόχους τους τα οποία δεν έχουν συντριβεί από την απόλυση τους.

Οι συμβουλευτικές παρεμβάσεις για τον Τύπο II επικεντρώνονται στην αντιμετώπιση των αρνητικών συναισθημάτων και στη συνειδητοποίηση της προσωπικής δύναμης και θετικής ανάπτυξης. Σε κάθε μορφή παροχής συμβουλών είναι σημαντικό για να βοηθηθεί ο άνεργος να αξιολογήσει τους θετικούς και αρνητικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη ζωή του. Η επανασχεδίαση του μέλλοντος και η θετική αυτοεπιβεβαίωση μέσα από την ατομική ή ομαδική υποστήριξη μπορούν να προωθήσουν τη θετική σκέψη και την αύξηση της αυτοεκτίμησης.

Τύπος III: Επαγγελματική ταυτότητα του «εγώ»- ένταση

Οι άνεργοι που ανήκουν στον τύπο III εμφανίζουν μια ήπια ταύτιση με το ρόλο της εργασίας τους και της εμπειρίας που τους πρόσφερε. Βιώνουν συναισθήματα θλίψης, απογοήτευσης, απώλειας της ιδιότητας τους και συγχρόνως απάθεια για την τωρινή τους κατάσταση.

Μέσω της συμβουλευτικής διαδικασίας ο σχεδιασμός της σταδιοδρομίας μπορεί να βοηθήσει τους άνεργους του Τύπου III να αναλύσουν τη μέχρι τώρα εργασιακή τους πορεία, τα καθήκοντα που είχαν αναλάβει και τις δεξιότητες που ανέπτυξαν. Να εξετάσουν τις επιδράσεις που έχουν διαμορφώσει την εικόνα του εαυτού τους και να αξιολογήσουν την τρέχουσα κατάσταση, για να προσδιοριστούν δραστηριότητες που αυξάνουν ή μειώνουν το άγχος, γκρεμίζουν ή χτίζουν την υπόληψη και εξασθενούν ή ενεργοποιούν τα άτομα και στο τελικό στάδιο να θέσουν μακροπρόθεσμους και βραχυπρόθεσμους στόχους. Όλα αυτά οδηγούν σε μια

ουσιαστική-εποικοδομητική αλλαγή του ανέργου και στη θετικότερη αντιμετώπιση του μέλλοντος.

Τύπος IV: Επαγγελματική ταυτότητα του «εγώ»- χαμηλή επένδυση

Τα άτομα σε αυτό το επίπεδο έχουν επενδύσει ελάχιστα στην τελευταία θέση εργασίας τους. Μπορούν να χαρακτηριστούν ότι βλέπουν το ρόλο στη δουλειά τους ως ένα μέσο για την υποστήριξη ενός επιλεγμένου στυλ ζωής. Οι κύριες ανησυχίες τους είναι η εκπλήρωση των οικονομικών υποχρεώσεων τους και η εξασφάλιση μιας νέας θέσης εργασίας. Αυτά τα άτομα βιώνουν το φόβο της επιβάρυνσης των οικονομικών τους συνθηκών σε άλλους, του άγχους που σχετίζεται με την αναζήτηση εργασίας και την απογοήτευση με την έλλειψη των επαγγελματικών πληροφοριών που απαιτούνται για την εξασφάλιση μιας απασχόλησης. Εκλαμβάνουν προσωπικά την απώλεια εργασίας σαν απόρριψη με αποτέλεσμα να περιορίζουν την προοπτική των εναλλακτικών λύσεων, να νιώθουν σύγχυση για τις αξιοποιήσιμες δεξιότητές τους και ενδεχομένως έτσι να χάνουν τα κίνητρά τους για εύρεση εργασίας (εξουθένωση).

Οι σύμβουλοι που εργάζονται με τους συμβουλευόμενους ανέργους του τύπου IV πρέπει να δώσουν έμφαση στην πραγματική διαδικασία αναζήτησης εργασίας και να βοηθήσουν τους ανέργους να αποδεχτούν τους φόβους τους ως φυσικές και εν δυνάμει κινητήριες δυνάμεις. Η εκπαίδευση στην εκμάθηση των τεχνικών αναζήτησης εργασίας αποτελούν σημαντικές πτυχές της συμβουλευτικής παρέμβασης. Άλλα βασικά στοιχεία της παρέμβασης περιλαμβάνουν την παροχή σημαντικών πληροφοριών, την προσωπική υποστήριξη και τις κατάλληλες συστάσεις για να επιτευχθεί η προσαρμογή του ανέργου και η δραστηριοποίησή του στην αναζήτηση εργασίας.

Οι Amundson και Borgen (1982) πιστεύουν πως το αρχικό βήμα για τους συμβούλους είναι η προσεκτική ακρόαση των ανέργων, ώστε να ανακαλύψουν τις ενδείξεις που θα υποδεικνύουν το σημείο-στάδιο όπου οι άνεργοι θα βρίσκονται: στη διαδικασία του θρήνου, στην αναζήτηση εργασίας ή στην εξουθένωση. Η αρχική εκτίμηση του συμβούλου θα αποτελέσει αναπόσπαστο μέρος για τις παρεμβάσεις που θα ακολουθήσουν. Κατά τη διαδικασία του θρήνου (απώλεια εργασίας) ο σύμβουλος πρέπει να εστιάσει στην κατανόηση των συναισθημάτων των ανέργων και στον προσανατολισμό τους να δουν μια άλλη πλευρά της απώλειας εργασίας. Όταν οι

άνεργοι φτάσουν στη φάση της αποδοχής, συχνά έχουν μια πιο καθαρή κατανόηση της κατάστασής τους και έχουν επιλυθεί οι περισσότερες συναισθηματικές συγκρούσεις που σχετίζονται με αυτό. Δηλώσεις όπως: «Τι μπορώ να κάνω εγώ τώρα;», μπορεί να παρέχουν ένα κριτήριο που δείχνει ότι ο άνεργος έχει ολοκληρώσει τη φάση του θρήνου και μπορεί να είναι έτοιμος να ξεκινήσει την αναζήτηση εργασίας. Η παροχή συμβουλών σε άτομα που έχουν αποδεχτεί το γεγονός εστιάζεται σε αξιολόγηση στρατηγικών, στην ανάπτυξη συγκεκριμένων σχεδίων δράσης και στην εξάσκηση δεξιοτήτων αγοράς που είναι απαραίτητες για την πραγματοποίηση της εφαρμογής των συγκεκριμένων σχεδίων. Ο σκοπός στο τέλος αυτής της παρέμβασης είναι η ενεργοποίηση του άνεργου για μια εποικοδομητική αναζήτηση εργασίας.

Στη φάση της εξουθένωσης οι άνεργοι αντιμετωπίζουν το φαινόμενο του «σοκ της απόρριψης». Το κίνητρο για την ανάπτυξη νέων στρατηγικών μπορεί να εξασθενήσει και να εμφανιστούν σημάδια απογοήτευσης. Αυτό μπορεί τελικά να οδηγήσει σε ένα αίσθημα γενικής απάθειας. Ακριβώς αυτήν την περίοδο η υποστήριξη του συμβούλου γίνεται κρίσιμη και είναι η περίοδος όπου ο άνεργος είναι πιο πιθανό να εγκαταλείψει πρόωρα το σύμβουλο. Κατά τη διάρκεια αυτού του σταδίου θα ήταν σημαντικό ο σύμβουλος να ακούσει τα συναισθήματα των συμβουλευόμενων, να ισχυροποιήσει το συναίσθημά τους, να προτείνει δραστηριότητες που μπορεί να βοηθήσουν στην ενίσχυση της αυτοαντίληψης και ίσως να προτείνει και νέες προσεγγίσεις για το χειρισμό αναζήτησης εργασίας.

Στον Jones (1989) αναφέρεται πως η παρέμβαση θα πρέπει να δίνει έμφαση στην επίδραση του εξωτερικού γεγονότος και να μειώνει την εσωτερίκευση των συναισθημάτων η οποία τροφοδοτεί την ανάπτυξη των ψυχολογικών δυσκολιών. Έτσι θα αντιμετωπιστούν οι αρνητικές πτυχές της ανεργίας και θα ενδυναμωθούν εκείνα τα στοιχεία στο εσωτερικό απόθεμα ενός ατόμου (δεξιότητες και κίνητρα), τα οποία θα κάνουν το άτομο πιο ανταγωνιστικό.

Ολοκληρώνοντας, θα πρέπει να τονίσουμε πως ο σύμβουλος, για να αυξήσει την υποστήριξή του απέναντι στον άνεργο, είναι καλό να γνωρίζει ένα δίκτυο παραπομπής, το οποίο θα περιλαμβάνει υπηρεσίες επαγγελματικού προσανατολισμού, κοινωνική εργασία, νομικές συμβουλές, γραφεία ευρέσεως εργασίας και κοινότητες αυτό-βοήθειας. Αυτό το γενικό πλαίσιο θα βοηθούσε να

εξεταστεί η ανεργία ως ένα κοινωνικό και κοινοτικό πρόβλημα, αντί για ένα πρόβλημα που ωθεί το βάρος της ευθύνης εξ ολοκλήρου στο άνεργο άτομο (Fineman,1983).

3.2 Βοηθώντας το παιδί

Κατά τη διάρκεια του στρεσογόνου χρονικού διαστήματος της ανεργίας τα παιδιά και οι έφηβοι που βιώνουν το γεγονός μέσα στις οικογένειές τους, έχουν ανάγκη να κατανοήσουν τι συμβαίνει στο περιβάλλον τους. Μέρος αυτής της διαδικασίας είναι η συνειδητοποίηση ότι αυτά δεν είναι υπεύθυνα για την ανεργία των γονιών τους. Ο φόβος και η σύγχυση μπορούν να γίνουν διαχειρίσιμα μέσα από μια υποστηρικτική σχέση που θα αναπτυχθεί με το σύμβουλο (Schliebner & Peregoy, 1994).

Η σχέση παιδιού-συμβούλου για να είναι αποτελεσματική πρέπει να τη διακρίνουν κάποια χαρακτηριστικά, όπως επισημαίνεται και από τους Geldard και Geldard (2004):

Η σχέση παιδιού-συμβούλου να λειτουργεί ως συνδετικός κρίκος μεταξύ του κόσμου του παιδιού και του συμβούλου. Ο σύμβουλος πρέπει να εργάζεται μέσα στο πλαίσιο αναφοράς του παιδιού χωρίς κανένα είδος κριτικής από μέρους του, γιατί κάτι τέτοιο θα προκαλούσε την απομάκρυνση του. Το παιδί διατηρεί τις αξίες, τις πεποιθήσεις και τις απόψεις του και ο σύμβουλος παρατηρεί με καθαρότητα τις εμπειρίες του παιδιού προσπαθώντας να περιορίσει την επιρροή των δικών του προσωπικών εμπειριών.

Η σχέση παιδιού-συμβούλου πρέπει να είναι αποκλειστική. Ανάμεσα στο σύμβουλο και το παιδί πρέπει να δημιουργηθεί ένα αίσθημα εμπιστοσύνης. Τα παιδιά έχουν τη δική τους αντίληψη για τα γεγονότα η οποία διαφέρει από την αντίληψη των γονέων τους. Εάν το παιδί νομίζει ότι ο σύμβουλος επηρεάζεται από τους γονείς, θα επηρεαστεί αρνητικά η σχέση τους και δε θα βιώσει το αίσθημα της εμπιστοσύνης για το σύμβουλο. Η εμπιστοσύνη ενισχύεται όταν το παιδί γνωρίζει πως οι φόβοι, οι αγωνίες και οι αρνητικές σκέψεις για τους γονείς και τα γεγονότα που συμβαίνουν δε θα αποκαλυφθούν στα άλλα μέλη της οικογένειας.

Η σχέση παιδιού-συμβούλου πρέπει να είναι ασφαλής και αυθεντική. Ο σύμβουλος δημιουργεί ένα περιβάλλον με συγκεκριμένη δομή, όπου παρέχει στο παιδί ένα αίσθημα ασφάλειας και ελευθερίας να εκφράσει συναισθήματα χωρίς επιζήμιες συνέπειες. Επιπλέον, σε αυτήν τη σχέση δεν προσποιείται ούτε ο σύμβουλος ούτε το παιδί ότι είναι ένα πρόσωπο που στην πραγματικότητα δεν είναι, με αποτέλεσμα να διευκολύνεται η αυθόρμητη αλληλεπίδραση μεταξύ τους.

Η σχέση παιδιού-συμβούλου πρέπει να είναι εμπιστευτική και όχι παρεισφρητική. Ο σύμβουλος δεν εισβάλλει στον προσωπικό χώρο του παιδιού με πολλές ερωτήσεις, γιατί αυτό μπορεί να προκαλέσει φόβο στο παιδί και να οδηγήσει σε μη επιθυμητές συμπεριφορές. Η εμπιστευτικότητα και τα όρια της θα πρέπει να αποτελέσουν αντικείμενο συζήτησης στην αρχή της θεραπευτικής διαδικασίας, για να νιώσει το παιδί την απαιτούμενη ασφάλεια να εκμυστηρευτεί προσωπικές σκέψεις και συναισθήματα.

Η σχέση παιδιού-συμβούλου πρέπει να είναι σκόπιμη. Τα παιδιά χρειάζονται να γνωρίζουν το λόγο επίσκεψής τους στο σύμβουλο, για να αποκτήσει η μεταξύ τους σχέση νόημα και σκοπό.

Το σχολείο σε αυτές τις περιπτώσεις αποτελεί το ιδανικό μέρος για να βοηθηθούν πολλά παιδιά και έφηβοι μέσα από τη συμβουλευτική ομάδων. Η εμπειρία της ομάδας δίνει μια μοναδική ευκαιρία στα μέλη της να μοιραστούν τα προβλήματα τους με άλλους που βιώνουν παρόμοιες αγχώδεις καταστάσεις. Μέσα από ομαδικές δραστηριότητες εκφράζονται συναισθήματα, γίνεται κατανοητή η αποδιοργάνωση της οικογένειας, αποσαφηνίζονται αξίες και χρησιμοποιούνται τεχνικές χαλάρωσης που τους βοηθούν να αντιμετωπίσουν το άγχος τους. Ειδικότερα για τους εφήβους η ατομική συμβουλευτική, η συμβουλευτική καριέρας και τα εκπαιδευτικά προγράμματα τους ανακουφίζουν από τα συναισθήματα απόγνωσης και σύγχυσης που νιώθουν και τους ενθαρρύνουν να συνειδητοποιήσουν τα ενδιαφέροντά τους, τις ικανότητές τους και τις μελλοντικές τους επιλογές για εκπαίδευση και απασχόληση (Schliebner & Peregoy, 1994).

3.3 Η έννοια της σημαντικότητας στην ανεργία

Σύμφωνα με τον Amundson (1993), οι συμβουλευόμενοι πρέπει να αισθάνονται ότι έχουν αξία, ότι είναι σημαντικοί για τους ανθρώπους γύρω τους, ότι είναι το αντικείμενο της προσοχής κάποιου άλλου και ότι οι άλλοι ενδιαφέρονται για αυτούς και τους εκτιμούν. Οι Schlossberg, Lassalle, & Golec (1988, όπως αναφέρεται στον Amundson, 1993) έχουν καθορίσει πολλές διαστάσεις σχετικά με την αντίληψη της σημαντικότητας. Μερικές περιγράφονται παρακάτω:

1. Προσοχή: Η αίσθηση ότι ένα άλλο πρόσωπο σε προσέχει ή ενδιαφέρεται για σένα (π.χ. όταν μπαίνετε σε ένα δωμάτιο, οι άνθρωποι αναγνωρίζουν την παρουσία σας και καταβάλλουν προσπάθειες για να σας κάνουν να αισθάνεστε ευπρόσδεκτοι).
2. Σημασία: Κάποιοι φαίνεται να νοιάζονται για το τι θέλετε, τι σκέφτεστε και τι κάνετε (π.χ. άτομα που ζητούν τις ιδέες σας και αφιερώνουν το χρόνο τους να ακούσουν τι έχετε να πείτε).
3. Εξάρτηση: Αισθάνεστε ότι είστε ένας άνθρωπος που συνεισφέρει και οι άλλοι υπολογίζουν στη συμμετοχή σας (π.χ. είστε μέλος μιας ομάδας και οι άνθρωποι μετράνε τη συμμετοχή σας για την ανάπτυξη των ιδεών).
4. Η επέκταση του εγώ: Πιστεύετε ότι κάποιοι ενδιαφέρονται για τις επιτυχίες και τις απογοητεύσεις σας και ενεργά παρακολουθούν την πρόοδό σας (π.χ. κάποιος ρώτησαν σχετικά με την ευημερία σας, ακόμα και αφού έχετε μετακινηθεί σε άλλη εργασία).

Το πρώτο μεγάλο σοκ μπορεί να έρθει όταν σε ένα άτομο λέγεται ότι αυτός ή αυτή δεν είναι πλέον απαραίτητος/η. Το αίσθημα της μη σημαντικότητας συνεχίζεται όταν αρχίζει η αναζήτηση εργασίας και οι απορρίψεις πολλαπλασιάζονται. Μία από τις εμπειρίες της ανεργίας η οποία είναι κοινή για πολλούς ανέργους είναι η επαφή με ένα κέντρο απασχόλησης. Μέσω της ασφάλισης της ανεργίας και τις προσπάθειες παροχής συμβουλών για την απασχόληση, οι άνθρωποι αλληλοεπιδρούν με τους εργαζομένους ασφάλισης και τους συμβούλους απασχόλησης. Οι επαφές αυτές αποτελούν αφορμή για ενδυνάμωση της σημαντικότητας και μπορεί να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση ορισμένων αρνητικών συναισθημάτων που δημιουργούνται μέσα από το βίωμα της ανεργίας. Αν δεν το χειριστεί σωστά ο σύμβουλος απασχόλησης,

μπορεί να δημιουργήσει μια ακόμα αίσθηση μη σημαντικότητας και να ενισχύσει τα συναισθήματα της αποξένωσης και της χαμηλής αυτοεκτίμησης για τον άνεργο. Ας μην ξεχνάμε άλλωστε πως το μόνο είδος της προσοχής που δέχονται οι άνεργοι βασίζεται στη λειτουργία του ελέγχου για το επίδομα ανεργίας. Οι σύμβουλοι συχνά δεν αφιερώνουν χρόνο για να ακούσουν τι έχει συμβεί στα άτομα αυτά κατά τη διάρκεια της περιόδου της ανεργίας τους. Οι άνεργοι θα πρέπει να έχουν την ευκαιρία και τη δυνατότητα να εκφράσουν τις ιδέες και τις ανάγκες τους και να γνωρίζουν πως όλα αυτά θα ληφθούν σοβαρά υπόψη (Amundson, 1993).

Η καταπολέμηση αρνητικών συναισθημάτων, μπορεί να αντιμετωπιστεί τοποθετώντας τους ανέργους σε μια θέση όπου θα προσφέρουν βοήθεια σε άλλους, καθώς και θα λαμβάνουν βοήθεια. Η αίσθηση ότι οι άλλοι εξαρτώνται από αυτούς για τις ιδέες και τις υπηρεσίες τους, ενισχύει την αυτοεκτίμηση τους και ενισχύει την αίσθηση της σημαντικότητάς τους. Το πλαίσιο της ομάδας είναι ιδιαίτερα κατάλληλο για τη δημιουργία της αλληλεξάρτησης. Σε μια ομάδα υπάρχουν ευκαιρίες για ανταλλαγή εμπειριών και ιδεών και για την προσφορά πρακτικής βοήθειας. Για παράδειγμα ένας ρόλος που θα μπορούσε να βρεθεί για τους ανέργους είναι να εργασθούν ως συνεταίροι με το προσωπικό του κέντρου απασχόλησης για να επεκτείνει έτσι τις υπηρεσίες του (Amundson, 1993).

Η σημαντικότητα έχει ως βάση της μια συγκεκριμένη νοοτροπία διάθεσης η οποία είναι καλό να εκδηλώνεται με συγκεκριμένους τρόπους συμπεριφοράς. Ένα πολύ απλό παράδειγμα θα ήταν να μάθουν οι σύμβουλοι τα ονόματα των ανθρώπων που τους επισκέπτονται και να ορίσουν ένα σημείο της χρησιμοποίησης των ονομάτων τους στις συζητήσεις μαζί τους. Υπάρχουν αμέτρητοι τρόποι χωρίς οικονομικές επιπτώσεις μέσα από τους οποίους η σημαντικότητα μπορεί να υπάρξει και να παραμείνει μέσα σε ένα γραφείο ευρέσεως εργασίας ή σε ένα κέντρο απασχόλησης. Τέλος οι σύμβουλοι θα πρέπει να επικεντρώνονται και στα θετικά οφέλη που έχουν αποκομιστεί μέσα από τις διαπροσωπικές αυτές σχέσεις, να εφαρμόζουν τακτική επανεξέταση της προόδου του συμβουλευόμενου και να σημειώνουν τις ανάγκες που προκύπτουν για οποιαδήποτε πρόσθετη υπηρεσία (Amundson, 1993).

Στη συνέχεια ακολουθεί το ερευνητικό κομμάτι της συγκεκριμένης εργασίας, το οποίο ανήκει στον τύπο της φαινομενολογικής έρευνας. Η αρχή η οποία κυριαρχεί

στην έρευνα αυτή είναι ότι η πραγματικότητα είναι υποκειμενική και συνεπώς η αποτύπωση και η κατανόηση των φαινομένων οικοδομούνται μέσα από τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους κάθε άτομο τη βιώνει. Η φαινομενολογική έρευνα εστιάζει στην υποκειμενική εμπειρία των ατόμων που μελετώνται για την κατανόηση ενός φαινομένου και το υλικό συλλέγεται συνήθως με ημιδομημένες ή σε βάθος συνεντεύξεις. Παρά το γεγονός ότι γίνεται καταγραφή των προσωπικών χαρακτηριστικών της εμπειρίας κάθε ατόμου, η έρευνα αυτή στοχεύει στην κατανόηση της ουσίας του φαινομένου. Η ουσία (essence) είναι η κοινή δομή της εμπειρίας, δηλαδή το στοιχείο που μοιράζονται όλοι οι συμμετέχοντες (Σαραφίδου, 2011).

Η συγκεκριμένη φαινομενολογική έρευνα στηρίχτηκε σε ημιδομημένες συνεντεύξεις ανέργων, οι οποίοι βίωσαν την ανεργία με το δικό τους προσωπικό τρόπο. Κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων, ο ερευνητής προσπαθεί να φτάσει στην ουσία του φαινομένου, επιχειρώντας να κάνει τους συμμετέχοντες να ανακαλέσουν στη μνήμη τους συγκεκριμένες εμπειρίες και να τις περιγράψουν με λεπτομέρεια. Στο στάδιο της ανάλυσης των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η θεμελιωμένη θεωρία (grounded theory), την οποία και θα αναλύσουμε στο επόμενο κεφάλαιο. Η δική μας έρευνα προσπαθεί να εξετάσει την ανεργία στο κομμάτι των συναισθημάτων, της συμπεριφοράς και της ψυχολογικής υποστήριξης.

Κεφάλαιο Τέταρτο

EPEYNA

4.1 Μεθοδολογία της έρευνας

4.1.1 Οριοθέτηση του προβλήματος στην Ελλάδα

Η Ελληνική Στατιστική Αρχή (ΕΛ.ΣΤΑΤ.) ανακοινώνει τον εποχικά προσαρμοσμένο δείκτη ανεργίας για το Σεπτέμβριο 2013. Στο πλαίσιο του προγράμματος βελτίωσης της διάχυσης και παρουσίασης της στατιστικής πληροφορίας, και προκειμένου να υπάρχει εναρμόνιση με τον τρόπο παρουσίασης των μηνιαίων εκτιμήσεων από τη Eurostat από τον Ιανουάριο 2012 η ΕΛ.ΣΤΑΤ. ανακοινώνει στα δελτία τύπου της τους μηνιαίους δείκτες ανεργίας εποχικά προσαρμοσμένους, για τα άτομα ηλικίας από 15 έως 74 ετών. Το εποχικά διορθωμένο ποσοστό ανεργίας το Σεπτέμβριο του 2013 ανήλθε σε 27,4 έναντι 26,0% το Σεπτέμβριο του 2012 και 27,3% τον Αύγουστο του 2013. Το σύνολο των απασχολούμενων κατά το Σεπτέμβριο του 2013 εκτιμάται ότι ανήλθε σε 3.639.429 άτομα. Οι άνεργοι ανήλθαν σε 1.376.463 άτομα, ενώ ο οικονομικά μη ενεργός πληθυσμός ανήλθε σε 3.327.859 άτομα (<http://www.statistics.gr>).

Δίνοντας κάποιους ορισμούς, σύμφωνα πάντα με την Ελληνική Στατιστική Αρχή, *απασχολούμενοι* θεωρούνται τα άτομα ηλικίας 15 ετών και άνω τα οποία την εβδομάδα αναφοράς είτε εργάστηκαν έστω και μία ώρα με σκοπό την αμοιβή ή το κέρδος, είτε εργάστηκαν στην οικογενειακή επιχείρηση, είτε δεν εργάστηκαν αλλά είχαν μια εργασία ως μισθωτοί ή επιχείρηση από την οποία απουσίαζαν προσωρινά. *Άνεργοι* θεωρούνται τα άτομα ηλικίας 15–74 ετών που δε χαρακτηρίστηκαν ως απασχολούμενοι (σύμφωνα με τον προηγούμενο ορισμό), ήταν άμεσα διαθέσιμοι για εργασία και είτε αναζητούσαν ενεργά εργασία τις τελευταίες 4 εβδομάδες είτε είχαν βρει μια εργασία που θα αναλάμβαναν μέσα στους επόμενους τρεις μήνες. *Οικονομικά μη ενεργοί*: τα άτομα που δε χαρακτηρίζονται απασχολούμενοι ή άνεργοι. *Οικονομικά ενεργός πληθυσμός (εργατικό δυναμικό)*: οι απασχολούμενοι και οι

άνεργοι. Η *εποχική προσαρμογή* είναι μια στατιστική τεχνική που «απομακρύνει» την επίδραση της εποχικότητας από μια χρονολογική σειρά, καθιστώντας με αυτό τον τρόπο περισσότερο ορατή την πραγματική τάση στη μεταβολή ενός μεγέθους (<http://www.statistics.gr>).

Στον Πίνακα 1, περιλαμβάνονται εκτιμήσεις «σπανίων» χαρακτηριστικών, δηλαδή εκτιμήσεις που αναφέρονται σε πληθυσμούς μικρότερους από 10.000 άτομα, συνοδεύονται από ιδιαίτερα μεγάλο δειγματοληπτικό σφάλμα, όπως για παράδειγμα, το ποσοστό ανεργίας στην ομάδα ηλικιών 65-74 ετών. Παρατηρούμε ότι μέχρι το 2008 το ποσοστό της ανεργίας βρίσκεται σε σχετικά χαμηλό επίπεδο. Από το 2010 και μετά ξεκινάει η ανοδική του πορεία, η οποία επιταχύνεται μέχρι και σήμερα. Το 2013 το ποσοστό των ανέργων στην Ελλάδα φτάνει το 27.4% και δυστυχώς όλα δείχνουν ότι το 2014, το συγκεκριμένο ποσοστό θα είναι ακόμη μεγαλύτερο (<http://www.statistics.gr>).

Πίνακας 1. Ποσοστό ανεργίας κατά ομάδες ηλικιών: Σεπτέμβριος 2008–2013

| Σεπτέμβριος | | | | | | |
|----------------|------|------|------|------|------|------|
| Ομάδες ηλικιών | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 |
| 15-24 ετών | 22,2 | 25,5 | 34,2 | 47,6 | 56,7 | 51,9 |
| 25-34 ετών | 10,3 | 13,1 | 18,3 | 25,7 | 34,5 | 36,8 |
| 35-44 ετών | 6,0 | 8,2 | 11,1 | 15,5 | 22,3 | 24,4 |
| 45-54 ετών | 4,3 | 6,7 | 9,2 | 13,2 | 19,9 | 20,3 |
| 55-64 ετών | 3,0 | 4,7 | 6,1 | 8,2 | 13,8 | 15,1 |
| 65-74 ετών | 1,0 | 0,9 | 1,8 | 3,0 | 5,5 | 9,0 |
| Σύνολο | 7,5 | 9,7 | 13,2 | 18,8 | 26,0 | 27,4 |

Πηγή: Επεξεργασία στοιχείων από την ΕΛ.ΣΤΑΤ.

Η ανεργία, ένα πρόβλημα σύγχρονο, περίπλοκο με αυξανόμενες διαστάσεις αποτέλεσε το αντικείμενο της παρούσας μελέτης, ώστε να αποτυπωθούν εμπειρίες ανέργων και να συλλεχθούν στοιχεία για το πώς το φαινόμενο αυτό επηρεάζει τις ζωές των ανθρώπων.

4.1.2 Σκοπός και στόχοι της έρευνας

Σήμερα οι άνεργοι χρησιμοποιούνται και προβάλλονται περισσότερο σαν στατιστικά στοιχεία, απρόσωποι αριθμοί, απρόσωπα ονόματα εγγεγραμμένων στα

μητρώα ανέργων του Ο.Α.Ε.Δ. Πίσω από όλα αυτά υπάρχει ο άνεργος και ο ψυχισμός του, που αποτέλεσε και το βασικό σκοπό αυτής της ερευνητικής προσπάθειας. Αλλαγές συναισθημάτων, χρονική σειρά εμφάνισης συναισθημάτων, συμπεριφορές που συνοδεύουν συγκεκριμένες συναισθηματικές αλλαγές, στρατηγικές αντιμετώπισης του προβλήματος, προσπάθειες εύρεσης εργασίας, μελλοντικές προσδοκίες και όνειρα, όλα αυτά μπορούν να μας βοηθήσουν να αντιμετωπίσουμε τους ανέργους με ιδιαίτερη ευαισθησία, προσοχή και σοβαρότητα.

Οι επιμέρους στόχοι της έρευνας είναι:

- 1) Να περιγραφεί η προσωπική εμπειρία της ανεργίας, έτσι όπως βιώνεται από τα άτομα αυτά.
- 2) Να εντοπιστούν οι συναισθηματικές αλλαγές και οι εξωτερικευμένες αντιδράσεις των ανέργων μέσα στο οικογενειακό ή στο στενό φιλικό τους περιβάλλον.
- 3) Να διερευνηθεί ο ρόλος της κοινωνικής στήριξης ως τρόπος αντιμετώπισης των αρνητικών συναισθημάτων.
- 4) Να καταγραφεί η αναγκαιότητα παροχής φροντίδας της ψυχικής υγείας των ανέργων και υποστήριξης από το ανάλογα εξειδικευμένο προσωπικό.

Οι ερευνητικές υποθέσεις που τέθηκαν προς έλεγχο βασίζονται στην περιγραφική μελέτη των Borgen και Amundson (1987) (ό.π σελ. 10), σύμφωνα με την οποία ο συναισθηματικός κύκλος της ανεργίας ξεκινά με μια αντίδραση στην απώλεια εργασίας συγκρινόμενη με τα στάδια του θρήνου, συνεχίζει με τη φάση της αποδοχής και της αναγνώρισης ότι η δουλειά τελείωσε και πρέπει να ξεκινήσει η αναζήτηση μιας καινούριας δουλειάς. Το στάδιο αυτό ξεκινά με ενθουσιασμό, λόγω της ευκαιρίας που δίνεται για ένα νέο ξεκίνημα, αλλά δεδομένης της οικονομικής κατάστασης, η σκληρή πραγματικότητα στην αναζήτηση εργασίας θα γίνει εμφανής και θα οδηγήσει τους ανέργους στο μοντέλο της κατάρρευσης που θα εκδηλωθεί με τα ανάλογα συναισθήματα. Υποθέσαμε πως οι άνεργοι θα βιώσουν κομμάτια από αυτά τα στάδια με διαφορετική βέβαια σειρά και ένταση ο καθένας, θα επηρεαστεί η συμπεριφορά τους και θα προσπαθήσουν με το δικό τους προσωπικό τρόπο να αντιμετωπίσουν τη στενάχωρη και άσχημη εμπειρία της ανεργίας.

Με βάση τις παραπάνω υποθέσεις επιδιώκεται η σκιαγράφηση του ψυχισμού των ανέργων και με βάση τα ευρήματα της έρευνας γίνονται εκτιμήσεις αναφορικά με τον τρόπο στήριξης αυτών των ατόμων.

4.1.3 Συνέντευξη

Το είδος της έρευνας που επιλέχθηκε να αναπτυχθεί ανήκει στις τεχνικές ποιοτικής έρευνας (qualitative research) και ειδικότερα προκρίθηκε η χρήση της συνέντευξης με τη μορφή ημιδομημένων συνεντεύξεων (semi-structured interview). Οι παράγοντες οι οποίοι καθόρισαν το είδος της έρευνας ήταν η φύση του θέματος και οι προαναφερθέντες στόχοι.

Σύμφωνα με το Δημητρόπουλο (1994) «συνέντευξη είναι μία διαδικασία κατά την οποία δύο πρόσωπα, αυτός που ερωτά (που παίρνει τη συνέντευξη) και αυτός που ερωτάται αναπτύσσουν μια σχέση επικοινωνίας μεταξύ τους κατά την οποία ο πρώτος συγκεντρώνει από το δεύτερο εκείνα τα στοιχεία που προβλέπει η έρευνα» (σελ.87).

Στους Cohen και Manion (1994) η συνέντευξη καθορίζεται ως τεχνική έρευνας που περιλαμβάνει τη συλλογή στοιχείων μέσω της άμεσης λεκτικής συναλλαγής μεταξύ δύο ατόμων. Η άμεση αλληλεπίδραση μεταξύ του συνεντευκτή και του συνεντευξιαζόμενου είναι η πηγή τόσο των πλεονεκτημάτων όσο και των μειονεκτημάτων αυτής της μεθόδου συλλογής ποιοτικού υλικού. Ένα πλεονέκτημα είναι η συλλογή στοιχείων σε μεγαλύτερο βάθος και ένα μειονέκτημα είναι ότι είναι επιρρεπής στην υποκειμενικότητα και μπορεί να επηρεαστεί από τον συνεντευκτή. Η συνέντευξη εξυπηρετεί τρεις στόχους. Πρώτον, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως το κύριο μέσο συλλογής πληροφοριών που έχουν σχέση με το θέμα που ερευνάται. Οι πληροφορίες μπορεί να αφορούν γνώσεις, πληροφόρηση, αξίες, προτιμήσεις, συναισθήματα, στάσεις και πεποιθήσεις των συνεντευξιαζόμενων για τις σχετικές εμπειρίες που έχουν βιώσει. Δεύτερον, ελέγχονται υποθέσεις ή υποδεικνύονται καινούριες και σαν ερμηνευτικό εργαλείο εντοπίζει μεταβλητές και σχέσεις. Και τρίτον μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε συνδυασμό και με άλλες μεθόδους έρευνας.

Η ημιδομημένη συνέντευξη είναι μια ενδιάμεση μορφή μεταξύ της δομημένης και της μη δομημένης συνέντευξης, όπου τα υπό διερεύνηση θέματα είναι προαποφασισμένα, όπως επίσης και το περιεχόμενο των ερωτήσεων χωρίς όμως αναγκαστικά να τηρούνται η ίδια διατύπωση και η ίδια αλληλουχία ερωτήσεων. Τα

δεδομένα που συλλέγονται αφορούν πληροφορίες που διατυπώνονται από τους αποκρινόμενους με τα δικά τους πάντα λόγια, τις δικές τους σκέψεις και τη δική τους εμπάθυνση στο θέμα (Σαραφίδου, 2011).

Η ημιδομημένη συνέντευξη παρουσιάζει μεγαλύτερη ευελιξία ως προς τη σειρά των ερωτήσεων, την τροποποίηση του περιεχομένου των ερωτήσεων ανάλογα με τον ερωτώμενο και την προσθαφαίρεση ερωτήσεων ή θεμάτων για συζήτηση (Ιωσηφίδης, 2008).

4.1.4 Δειγματοληψία

Σύμφωνα με το Δημητρόπουλο (2001), μία συμβατικά αποδεκτή μορφή μη πραγματικής τυχαίας δειγματοληψίας είναι η λεγόμενη σκόπιμη δειγματοληψία. Χρησιμοποιείται επίσης ο όρος ευκαιριακή δειγματοληψία και περιλαμβάνει όλες τις μη συστηματικές διαδικασίες επιλογής ατόμων από έναν πληθυσμό για την κατασκευή ενός δείγματος (Σαραφίδου, 2011).

Στη δειγματοληψία αυτού του είδους επιλέγονται οι συμμετέχοντες ώστε να εξυπηρετούν τους γενικούς και ειδικούς σκοπούς της έρευνας. Δηλαδή επιλέγονται συμμετέχοντες οι οποίοι να πληρούν κάποιο ή κάποια κεντρικά χαρακτηριστικά που συνάδουν με το σκοπό και το χαρακτήρα της εκάστοτε ποιοτικής έρευνας (Ιωσηφίδης, 2008). Ειδικότερα στην παρούσα έρευνα η επιλογή των ατόμων έγινε με βάση δύο χαρακτηριστικά :

- α) τωρινή εργασιακή κατάσταση: άνεργος/η
- β) πρόθυμος/η και διαθέσιμος/η να εργαστεί

Η δειγματοληψία που χρησιμοποιήθηκε, σύμφωνα με το Ζαφειρόπουλο (2005), ανήκει στο είδος δειγματοληψίας χωρίς πιθανότητα και τα αποτελέσματα της δεν είναι γενικεύσιμα, αφορούν δηλαδή τη συγκεκριμένη μελέτη στο συγκεκριμένο δείγμα και στην πραγματικότητα δεν υπάρχει κάποιο μέτρο εκτίμησης της ακρίβειάς τους, άρα και του σφάλματός τους.

4.1.5 Ταυτότητα δείγματος

Η έρευνα διεξήχθη στο νομό Θεσσαλονίκης και διήρκησε από τον Απρίλιο του 2014 έως και τον Ιούνιο του 2014. Συμμετείχαν 11 εθελοντές (9 γυναίκες και 2

άντρες) άνεργοι εγγεγραμμένοι στον Ο.Α.Ε.Δ., οι οποίοι αναζητούν εργασία. Η επιλογή των ατόμων πραγματοποιήθηκε με τη βοήθεια ψυχολόγου που εργάζεται στην τοπική αυτοδιοίκηση στο τμήμα κοινωνικής πολιτικής. Υπήρξε τηλεφωνική επαφή με τους υποψηφίους, οι οποίοι ενημερώθηκαν για τη φύση και το σκοπό της συνέντευξης και ζητήθηκε η συνεργασία τους. Ο χρόνος που απαιτήθηκε για κάθε συνέντευξη ήταν κατά μέσο όρο 30-35 λεπτά και όλες οι συνεντεύξεις μαγνητοφωνήθηκαν. Στη συνέχεια ο πίνακας που ακολουθεί παρουσιάζει στοιχεία που αφορούν το υπόβαθρο των συνεντευξιαζόμενων και προέκυψαν από τις δημογραφικές ερωτήσεις που τέθηκαν:

Πίνακας 2. Αναλυτική περιγραφή των συμμετεχόντων στην έρευνα

| Α/Α | Φύλο | Ηλικιακή ομάδα | Οικογενειακή κατάσταση | Εκπαίδευση |
|------|---------|----------------|------------------------|--------------------|
| Σ.1 | Γυναίκα | 35-44 | Άγαμη | Δευτεροβάθμια Εκπ. |
| Σ.2 | Γυναίκα | 45-54 | Έγγαμη (2 παιδιά) | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.3 | Γυναίκα | 15-24 | Άγαμη | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.4 | Γυναίκα | 15-24 | Άγαμη | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.5 | Γυναίκα | 45- 54 | Έγγαμη (1παιδί) | Δευτεροβάθμια Εκπ. |
| Σ.6 | Γυναίκα | 15-24 | Άγαμη | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.7 | Γυναίκα | 15-24 | Άγαμη | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.8 | Γυναίκα | 25-34 | Άγαμη | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.9 | Γυναίκα | 25-34 | Έγγαμη (1 παιδί) | Τριτοβάθμια Εκπ. |
| Σ.10 | Άνδρας | 35-44 | Έγγαμος (3 παιδιά) | Δευτεροβάθμια Εκπ. |
| Σ.11 | Άνδρας | 35-44 | Έγγαμος | Δευτεροβάθμια Εκπ. |

4.1.6 Διαδικασία των συνεντεύξεων

Στη συνέχεια, αφού εξασφαλίστηκε η συναίνεση των ατόμων, συμφωνήθηκε ο κατάλληλος χώρος και χρόνος από τον κάθε συνεντευξιαζόμενο ξεχωριστά για τη διεξαγωγή της συνέντευξης καθώς και τα τεχνικά μέσα που θα χρησιμοποιούνταν για

την καταγραφή των απαντήσεων (κασετόφωνο). Οι συνεντεύξεις ήταν ατομικές και έδωσαν το πλεονέκτημα της προσωπικής επαφής με τον συνεντευξιαζόμενο και τη δυνατότητα καταγραφής περισσότερων πληροφοριών σχετικά με το άτομο και τη μη λεκτική επικοινωνία. Κατά την έναρξη της συζήτησης δόθηκαν διαβεβαιώσεις για εχεμύθεια και διασφάλιση της ανωνυμίας και καταβλήθηκε προσπάθεια από το συνεντευκτή οι ερωτώμενοι να αισθανθούν άνετα, δίνοντας αρχικά κάποια στοιχεία για τον εαυτό του και το ρόλο του στην έρευνα (Σαραφίδου, 2011).

Κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων απαιτήθηκε σε ορισμένες περιπτώσεις η αλλαγή της σειράς και της διατύπωσης των ερωτήσεων, η παροχή διευκρινήσεων, η προσθήκη νέων ερωτήσεων και οι παρακινήσεις, οι οποίες χρησιμοποιήθηκαν για να επεκτείνουν ή να εμβαθύνουν τις απαντήσεις πάνω στο θέμα. Το δομημένο πλαίσιο με προκαθορισμένη θεματολογία λειτούργησε μη δεσμευτικά, ως σημείο αναφοράς κυρίως, ώστε να επιτευχθεί ανοιχτός διάλογος, παρέχοντας αλληλεπιδραστική δυναμική ανάμεσα στον ερευνητή, τον ερωτώμενο και το περιεχόμενο της συνέντευξης, διασφαλίζοντας την έκφραση απόψεων και πεποιθήσεων και επιτυγχάνοντας να δοθούν περιεκτικές και αυθόρμητες απαντήσεις (Cohen & Manion, 1994· Σαραφίδου, 2011).

Οι έντεκα (11) συνολικά συνεντεύξεις που πραγματοποιήθηκαν ηχογραφήθηκαν με τη συγκατάθεση των ερωτώμενων. Κατά αυτόν τον τρόπο ο ερευνητής είχε τη δυνατότητα να επικεντρωθεί στη διαδικασία της συνέντευξης, παρατηρώντας τη γλώσσα του σώματος και τις εκφράσεις του προσώπου των ερωτώμενων, οι οποίες αποτέλεσαν πολύτιμη πηγή ερεθισμάτων για τη διαμόρφωση της επόμενης ερώτησης. Παρατηρήθηκε πως η παρουσία του κασετοφώνου στα νεαρά άτομα (15-24 ετών) προκάλεσε αρχικά ένα είδος αμηχανίας, το οποίο κατά τη διάρκεια της συνέντευξης εξαλείφθηκε.

4.1.7 Σχέδιο συνέντευξης

Οι συνεντεύξεις δομήθηκαν γύρω από ένα ερευνητικό εργαλείο (ερωτηματολόγιο), το οποίο κατασκευάστηκε για τις ανάγκες της έρευνας, επιμερισμένο σε άξονες κατά αντιστοιχία με τους ερευνητικούς στόχους. Για να διασφαλιστεί η «αντιπροσωπευτικού περιεχομένου» εγκυρότητα, κατά τη δόμηση του ερωτηματολογίου ακολουθήθηκε η παρακάτω διαδικασία:

α) Μελέτη άρθρων αναφορικά με την ανεργία, τις ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις της ανεργίας, τις επιδράσεις της στην οικογένεια, την αντιμετώπιση και τη συμβουλευτική υποστήριξη.

β) Μελέτη σχετική με τη σύνταξη ερωτηματολογίων βιβλιογραφίας: Δημητρόπουλος, 1994· Ζαφειρόπουλος, 2005· Ιωσηφίδης, 2008· Σαραφίδου, 2011· Cohen & Manion, 1994.

γ) Διεξαγωγή ελεύθερης συζήτησης με ανέργους, η οποία υποβοήθησε τη διαμόρφωση σαφέστερης εικόνας των παραμέτρων του κεντρικού θέματος και τον αναλυτικό προσδιορισμό των απαιτούμενων πληροφοριών για να διαφωτιστούν πληρέστερα όλες οι πλευρές του φαινομένου.

δ) Καθορισμός των πληροφοριών που απαιτούνται για τον καθέναν από τους επιμέρους θεματικούς άξονες, για να διασφαλιστεί η κάλυψη του θέματος.

ε) Σύνταξη των ερωτήσεων, ώστε να εξασφαλίσουν τη συλλογή των απαιτούμενων πληροφοριών.

στ) Επαναδιατύπωση κάποιων ερωτήσεων ύστερα από συζήτηση με την επιβλέπουσα καθηγήτρια.

4.1.8 Είδη ερωτήσεων

Οι ερωτήσεις που δόμησαν το ερευνητικό εργαλείο είναι κυρίως οι ανοικτού τύπου ερωτήσεις. Οι ανοιχτές ερωτήσεις είναι ευέλικτες και δίνουν τη δυνατότητα στον συνεντευκτή να κάνει ερωτήσεις ώστε να πάει σε μεγαλύτερο βάθος ή να διευκρινίσει οποιεσδήποτε παρανοήσεις. Με τις ερωτήσεις αυτές είμαστε βέβαιοι ότι στην απάντηση αντανακλάται η πλήρης γνώμη του ερωτώμενου, αφού δεν υπάρχει περιορισμός από την οργάνωση και το βαθμό δόμησης των ερωτήσεων και κατά επέκταση στη δυνατότητα επιλογής απάντησης. Παρά τη δυσκολία κωδικοποίησης των πληροφοριών, οι ανοιχτές απαντήσεις ενθαρρύνουν τη συνεργασία και βοηθούν στη δημιουργία επαφής και κατάλληλου κλίματος ανάμεσα στο συνεντευκτή και τον ερωτώμενο (Δημητρόπουλος, 1994· Cohen & Manion, 1994).

Οι ερωτήσεις συντάχθηκαν κατά απαγωγικό τρόπο (τεχνική του «χωνιού»), δηλαδή κάθε θεματική ενότητα ξεκινάει με τη διατύπωση μιας ευρείας ερώτησης ή δήλωσης, η οποία εν συνεχεία στενεύει σε πιο εξειδικευμένες ερωτήσεις (Cohen &

Manion, 1994). Τα πλεονεκτήματα που προσέδωσε η συγκεκριμένη τεχνική ήταν διττά. Αφενός, δόθηκε η δυνατότητα στον ερωτώμενο να διατυπώσει ελεύθερα και απερίσπαστα τις απαντήσεις του και μόνο στην περίπτωση που δεν είχαν συγκεντρωθεί αυθόρμητα οι απαιτούμενες πληροφορίες, ο ερευνητής προχωρούσε στη διατύπωση των επιμέρους ερωτημάτων. Αφετέρου, το σχέδιο της συνέντευξης λειτούργησε ως προκωδικοποίηση, η οποία διευκόλυνε τη μετέπειτα κωδικοποίηση των δεδομένων, καθώς ενώ οι ερωτώμενοι απαντούσαν ελεύθερα, το περιεχόμενο των απαντήσεων μπορούσε άμεσα να κατανέμεται σε προκαθορισμένες κωδικοποιημένες κατηγορίες.

Η συνέντευξη ξεκινούσε με ερωτήσεις που αφορούσαν το παρόν και χρησιμοποιώντας αυτές τις απαντήσεις ως βάση ο ερευνητής συνέχιζε ρωτώντας για καταστάσεις και διαδικασίες στο παρελθόν και στη συνέχεια για προθέσεις, δηλαδή για πράγματα που αφορούν το μέλλον (Σαραφίδου, 2011).

4.1.9 Δομή του σχεδίου συνέντευξης

Το σχέδιο της συνέντευξης διαρθρώθηκε σε τέσσερις θεματικούς άξονες με τις ανάλογες ερωτήσεις. Αναλυτικότερα:

Η πρώτη κατηγορία των ερωτήσεων διερευνούσε εάν οι συμμετέχοντες είχαν κάποια θέση στην αγορά εργασίας και την είσοδό τους στην ανεργία. Αναλυτικότερα εξετάστηκαν: εάν υπήρξε εργασία για μεγάλο χρονικό διάστημα στο ίδιο αντικείμενο, τα υποκειμενικά αίτια της απώλειας εργασίας, το χρονικό διάστημα της ανεργίας, καθώς και τα υποκειμενικά αίτια της μη εύρεσης εργασίας.

Η επόμενη κατηγορία ερωτήσεων αφορούσε την περιγραφή προβλημάτων που προκαλούνται από την ανεργία, τον προσδιορισμό των συναισθηματικών μεταπτώσεων και τον καθορισμό της χρονικής τους εμφάνισης, καθώς και εξωτερικευμένες αντιδράσεις προς την οικογένεια ή το ευρύτερο κοινωνικό περίγυρο. Στόχος των ερωτήσεων αυτών ήταν να προσδιοριστούν οι αλλαγές των συναισθημάτων και των σκέψεων των ανέργων και να αξιολογηθούν μέσα από συγκεκριμένες συμπεριφορές.

Η τρίτη κατηγορία ερωτήσεων προσπαθούσε να προσδιορίσει τις σχέσεις εκείνες που πρόσφεραν στους ανέργους συναισθηματική υποστήριξη και προσωπική ενδυνάμωση. Επιπλέον, εξέτασε τους τρόπους με τους οποίους οι άνεργοι

αντιμετώπισαν την ανεργία μέσα στην καθημερινότητά τους. Επιδιώχθηκε μία καταγραφή των παραγόντων που βοήθησαν τους ανέργους να μετατρέψουν τις αρνητικές συναισθηματικές αλλαγές σε θετικές.

Η τέταρτη κατηγορία ερωτήσεων κατέγραψε τις απόψεις τους για τη συμβουλευτική υποστήριξη ανέργων από εξειδικευμένο προσωπικό που παρέχεται μέσα από δημόσιους ή ιδιωτικούς φορείς. Οι απαντήσεις τους δίνουν σημαντικές πληροφορίες για την έρευνά μας και οδηγούν σε περαιτέρω προβληματισμούς.

4.2 Επεξεργασία δεδομένων

4.2.1 Grounded theory

Για την ανάλυση των δεδομένων, ακολουθήθηκε η μεθοδολογία που προτείνεται στο πλαίσιο της «εμπειρικά θεμελιωμένης θεωρίας» (grounded theory) (Strauss & Corbin, 1990). Στο πλαίσιο αυτής της θεωρητικής και ερευνητικής στάσης απουσιάζει μια από τα πριν σαφώς διατυπωμένη και δεδομένη θεωρία, δηλαδή ένα a priori θεωρητικό υπόβαθρο. Αντίθετα η θεωρία «χτίζεται» (theory building) σταδιακά μέσα από τη διαδικασία συλλογής υλικού και παίρνει ολοκληρωμένη μορφή στα τελικά στάδια της έρευνας. Η μη ύπαρξη σαφώς διατυπωμένων ερευνητικών υποθέσεων δεν σημαίνει σε καμία περίπτωση και ανυπαρξία θεωρητικού πλαισίου. Σημαίνει θεωρητική ευελιξία πριν από την εμπειρική έρευνα και σταδιακή κατασκευή θεωρίας ταυτόχρονα με τη συλλογή και την ανάλυση ποιοτικών δεδομένων (Ιωσηφίδης, 2008).

Ο Bohm (2004, όπως αναφέρεται στον Ιωσηφίδη, 2008) επισημαίνει πως στόχος της θεμελιωμένης προσέγγισης δεν είναι η επιβεβαίωση ή η διάψευση υποθέσεων στο ερευνητικό πεδίο, αλλά η διατύπωση θεωρητικών προτάσεων που ερμηνεύουν κοινωνικές διαδικασίες και φαινόμενα μέσα σε συγκεκριμένα κοινωνικά και πολιτισμικά πλαίσια και προκύπτουν από τα εμπειρικά δεδομένα. Η ανάλυση των δεδομένων γίνεται παράλληλα με τη συλλογή του υλικού, το οποίο ο ερευνητής διατρέχει επανειλημμένως, με σκοπό να αποκαλύψει και να ονοματοδοτήσει τις εννοιολογικές κατηγορίες και τις ιδιότητές τους, καθώς και το πώς συνδέονται μεταξύ τους. Η επεξεργασία των δεδομένων περιλαμβάνει τρία επίπεδα αναγωγής, την ανοιχτή κωδικοποίηση, την αξονική κωδικοποίηση και την επιλεκτική κωδικοποίηση (Σαραφίδου, 2011).

Στο πρώτο επίπεδο αναγωγής, κατά την «ανοιχτή κωδικοποίηση» (open coding), πραγματοποιήθηκε η κατάτμηση των δεδομένων, η οργάνωσή τους σε κατηγορίες και ο προσδιορισμός των ιδιοτήτων τους. Πιο αναλυτικά, το πρώτο στάδιο της ανοιχτής κωδικοποίησης περιλάμβανε την εννοιολόγηση των δεδομένων, μέσω της κατάτμησής τους και δίνοντας ονόματα («ετικετοποιώντας») σε ιδέες, περιστατικά, απόψεις, γεγονότα κ.λπ. Το δεύτερο στάδιο αφορούσε την ομαδοποίηση των εννοιών που προέκυψαν σε κατηγορίες («κατηγοριοποίηση»), ανάλογα με τις γενικές ιδιότητες και την ένταση εμφάνισης των φαινομένων (Strauss & Corbin, 1990).

Στο δεύτερο επίπεδο αναγωγής, κατά την «αξονική κωδικοποίηση» (axial coding), ανασυγκροτήθηκαν τα δεδομένα με νέους τρόπους, στο πλαίσιο της προσπάθειας εντοπισμού αιτιακών σχέσεων ανάμεσα σε μια κατηγορία και τις υποκατηγορίες της. Στην αξονική κωδικοποίηση η έμφαση μετατοπίστηκε στη σύνδεση των υποκατηγοριών με μια κατηγορία μέσα από ένα πλέγμα συσχετίσεων (paradigm model) που υποδηλώνουν αιτιακές συνθήκες (causal conditions), εμφάνιση φαινομένου (phenomenon), συγκείμενο (context), παρεμβαίνουσες συνθήκες (intervening conditions), στρατηγικές δράσης / αντίδρασης (action / interactional strategies), συνέπειες (consequences) (Strauss & Corbin, 1990).

Τέλος, το τρίτο επίπεδο αναγωγής, «επιλεκτική κωδικοποίηση» αφορούσε τον εντοπισμό της κεντρικής κατηγορίας, γύρω από την οποία συσχετίστηκαν αιτιατά όλες οι υποκατηγορίες που αναδείχτηκαν κατά την αξονική κωδικοποίηση (Strauss & Corbin, 1990).

4.2.2 Ανοιχτή κωδικοποίηση και Αξονική κωδικοποίηση

Στην ανοιχτή κωδικοποίηση το ποιοτικό υλικό κωδικοποιήθηκε αρχικά με φράσεις ή λέξεις-κλειδιά των συμμετεχόντων στην έρευνα, οι οποίες στη συνέχεια καθόρισαν και τα αρχικά θεματικά πεδία. Το τελικό αποτέλεσμα αυτής της διαδικασίας ήταν η διαμόρφωση ενός πλαισίου κωδικοποίησης και τμηματοποίησης του υλικού το οποίο παρουσιάζεται στους πίνακες 1.A και 2.A στο παράρτημα, σελίδες 73 και 74 αντίστοιχα.

Στην αξονική κωδικοποίηση μέσα από τη διερεύνηση και τη συσχέτιση των αρχικών θεματικών πεδίων-υποκατηγοριών προέκυψαν οι βασικές κατηγορίες της έρευνας οι οποίες αναλύθηκαν και είναι οι ακόλουθες:

- Εξέλιξη της εργασιακής πορείας
- Προβλήματα, συναισθηματικές μεταπτώσεις, συμπεριφορά
- Ευνοϊκοί παράγοντες για τον άνεργο
- Απόψεις για συμβουλευτική υποστήριξη ανέργων

Κατηγορία 1 : Εξέλιξη της εργασιακής πορείας

Η Σ.1 δηλώνει πως δουλεύει από πάρα πολύ μικρή ηλικία «κατευθείαν μετά το Λύκειο» και η εργασιακή της πορεία έχει πολλές «εναλλαγές» αρχικά ως υπάλληλος σε ιδιωτικές επιχειρήσεις και στη συνέχεια ως ιδιοκτήτης καταστημάτων εστίασης. Είναι άνεργη εδώ και τρία χρόνια και « έφτασε σε αυτήν την κατάσταση από μία κακή συνεργασία». Συμβολίζει την ανεργία με «ελεύθερη πτώση στο πουθενά» από τη στιγμή που δεν υπάρχει το «σταθερό πρόγραμμα», «η δουλίτσα» και οι «πηγές» που θα καλύψουν τις «μικρές ή μεγάλες απαιτήσεις της ζωής».

Η Σ.2 έχει τελειώσει την ιατρική, παρακολούθησε τη Σ.Ε.Λ.Ε.Τ.Ε. (Σχολή Εκπαιδευτικών Λειτουργών Επαγγελματικής & Τεχνικής Εκπαίδευσης), δούλεψε στην ιδιωτική εκπαίδευση, στη συνέχεια δούλεψε σαν ωρομίσθια στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση και το 2000 διορίστηκε μόνιμη εκπαιδευτικός. Περιγράφει την ενημέρωσή της για την κατάργηση ειδικοτήτων στα ΕΠΑ.Λ. (Επαγγελματικά Λύκεια) και κατά επέκταση την κατάργηση της δικής της θέσης εργασίας ως εξής: «Το νέο έσκασε σαν βόμβα 9 Ιουλίου με πήραν τηλέφωνο από το σπίτι μου και μου είπαν ότι καταργήθηκαν οι τομείς υγείας πρόνοιας, εφαρμοσμένων τεχνών και αισθητικής κομμωτικής στις ΕΠΑ.Σ. (Επαγγελματικές Σχολές). Όπως συμβαίνει με κάθε κακό νέο δεν το πιστεύεις, μάλιστα θυμάμαι πολύ χαρακτηριστικά ότι ήταν μία κυρία εκεί που πήρε αμέσως μία γνωστή της που θα φοιτούσε το παιδί της στη νοσηλευτική και της είπε μη γράφεις το παιδί σου στη νοσηλευτική γιατί καταργήθηκε ο τομέας, δηλαδή το πρώτο ήταν το άκουσμα και το δεύτερο ήταν η λύση που άρχισε να βρίσκει ο κόσμος σε πάρα πολύ μικρό χρονικό διάστημα, έτσι ώστε να μην υπάρξει και αντίδραση για να επανέλθουν οι τομείς». Υπήρξαν οργανωμένες αντιδράσεις όπως διαμαρτυρίες, δικαστικές προσφυγές αλλά «φτάσαμε δέκα μήνες μετά χωρίς να υπάρχει αποτέλεσμα..... ακόμη είμαστε στην ανεργία και

επίκειται η απόλυση για κάποιους από εμάς ...εκτός εάν γίνει κάτι συγκλονιστικό και το αλλάξει όλο αυτό».

Η Σ.3 σπούδασε Λογοθεραπεία στα Ιωάννινα και πραγματοποίησε την πρακτική της άσκηση στη Θεσσαλονίκη, όπου επιθυμεί και να παραμείνει μόνιμα. Αναζητά εργασία εδώ και δέκα μήνες και χαρακτηρίζει την κατάσταση ως «δύσκολα τα πράγματα γιατί ψάχνω πάνω στο αντικείμενο μου κυρίως». Οι αγγελίες για λογοθεραπευτές είναι ελάχιστες και οι τηλεφωνικές επικοινωνίες που έχει με λογοθεραπευτικά κέντρα είναι άκαρπες, αφού οι απαντήσεις που λαμβάνει είναι κυρίως αρνητικές, για παράδειγμα «δε χρειαζόμαστε άτομο». Τις περισσότερες φορές μάλιστα οι εργοδότες αποτρέπουν τη Σ.3. να στείλει το βιογραφικό της. Σύμφωνα με τα λεγόμενά της «είναι ελάχιστοι αυτοί που μου λένε να στείλω το βιογραφικό μου». Η Σ.3 ξεκινά τώρα την εργασιακή της πορεία και πιστεύει πως «ό,τι έπρεπε να κάνει το έχει κάνει» για να βρει μια δουλειά.

Και η Σ.4 σπούδασε στη Θεσσαλονίκη στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας στο τμήμα Οικονομικών Επιστημών και παρέμεινε στη Θεσσαλονίκη πιστεύοντας πως υπάρχουν περισσότερες ευκαιρίες για δουλειά. Αρχικά αναζητούσε εργασία πάνω στον τομέα της για να αποκτήσει την ανάλογη εργασιακή εμπειρία, στη συνέχεια όμως τα κριτήριά της διευρύνθηκαν χωρίς πάλι να υπάρξει κάποιο ιδιαίτερο αποτέλεσμα. Ο συνολικός χρόνος αναζήτησης ανέρχεται στους 8 μήνες και για τη Σ.4. η έλλειψη εργασίας της δίνει την αίσθηση πως «δεν έχεις κάτι να περιμένεις για την επόμενη ημέρα».

Στη συνέχεια η Σ.5 εργάστηκε σε ιδιώτες (λογιστικά γραφεία, ιδιωτική κλινική) για το χρονικό διάστημα των τεσσάρων ετών, ηθελημένα διακόπτει την εργασία της για να ακολουθήσει το σύζυγό της στον τόπο διορισμού του. Λόγω οικογενειακών υποχρεώσεων (ανατροφή παιδιού), συνεχίζει να μην εργάζεται για κάποιο χρονικό διάστημα και επανέρχεται στο χώρο της εργασίας για τρία συνεχόμενα χρόνια σε ιδιωτική επιχείρηση. Ακολούθησε η απόλυσή της και ο χρόνος ανεργίας της είναι τέσσερα χρόνια.

Η Σ.6 τελείωσε το Τ.Ε.Ι. Ιατρικών Εργαστηρίων στη Θεσσαλονίκη και «το όνειρό της» ήταν να βρει δουλειά και να μείνει στον τόπο που σπούδασε. Αναζητά εργασία εδώ και δέκα μήνες αλλά ο αγώνας της «δε δικαιώνεται..... τα πράγματα είναι δύσκολα, μοιράζω βιογραφικά σε ιατρικά εργαστήρια..... δεν έχω βρει κάτι

πάνω στο αντικείμενο μου τώρα αρχίζω και ψάχνω και κάτι πέρα από αυτό, σε καφετέρια, οτιδήποτε τουλάχιστον για το χαρτζιλίκι μου, γιατί ακόμη βοηθάν οι γονείς...». Σχολιάζει πως «οι κόποι των γονέων της δεν έχουν ανταμειφθεί», επειδή η ίδια δεν μπόρεσε ακόμη να βρει εργασία και συνεχίζει λέγοντας πως οι γονείς της «ακόμη παλεύουν για εμάς». Επιρρίπτει ευθύνες στον εαυτό της για τη συνεχιζόμενη κατάσταση της ανεργίας στην οποία βρίσκεται, λέγοντας πως «έπρεπε να ψάξει για οποιαδήποτε δουλειά» αμέσως μόλις πήρε το πτυχίο της.

Η Σ.7 αποφοίτησε όπως και η Σ.6 από το Γ.Ε.Ι. Ιατρικών εργαστηρίων στη Θεσσαλονίκη και προσπαθεί να βρει εργασία πάνω στον τομέα της. Ο χρόνος ανεργίας της ανέρχεται γύρω στους οκτώ μήνες και τώρα πια ψάχνει για οτιδήποτε θα της εξασφαλίσει μια «οικονομική στήριξη». Δεν υπήρξε περαιτέρω περιγραφή για την εμπειρία της ως άνεργη.

Η Σ.8 είναι ψυχολόγος και αυτήν την περίοδο τελειώνει και το μεταπτυχιακό της. Έχει ψάξει για δουλειά πάνω στο αντικείμενό της με βιογραφικά και συνεντεύξεις, αλλά παρόλα αυτά δεν έχει εργαστεί ως ψυχολόγος παρά μόνο μέσα από την εθελοντική εργασία. Εργάστηκε ως σερβιτόρα και προσέφερε εθελοντισμό ως ψυχολόγος στο παιδοογκολογικό του ΑΧΕΠΑ, στην «ΠΡΑΞΗΣ», στο Ψυχιατρείο της Λέρου και στον Ο.ΚΑ.ΝΑ. στο πρόγραμμα προαγωγής αυτοβοήθειας. Πιστεύει πως δεν πρέπει να «απομακρυνθεί» από αυτό που έχει σπουδάσει και ο μόνος τρόπος για να το πετύχει είναι η εθελοντική εργασία. Ο χρόνος ανεργίας της είναι περίπου δώδεκα μήνες και συμβολίζει την ανεργία με «λαβύρινθο γιατί είναι σαν να έχεις χάσει κάτι και να ψάχνεις να το βρεις». Για τη Σ.8, με τα σημερινά δεδομένα, και ο άνεργος και ο εργαζόμενος είναι «δύσκολα» και εξηγεί «δε νομίζω ότι κάποιος που έχει βρει δουλειά είναι εξασφαλισμένος ...κινδυνεύει από μέρα σε μέρα να χάσει τη δουλειά του, και ο άλλος που δεν έχει δουλειά..... θα πρέπει να αγωνιστεί για να βρει».

Η Σ.9 έχει τελειώσει πληροφορική και ξεκίνησε να δουλεύει «μέσω ενός γνωστού» στα δημόσια Ι.Ε.Κ. στη Θεσσαλονίκη. Στη συνέχεια για τρία χρόνια εργάστηκε στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση ως ωρομίσθια και ως αναπληρώτρια. Λόγω όμως κάποιων αλλαγών στον τρόπο διορισμού αναπληρωτών δεν την ξανακάλεσαν να εργαστεί και από τότε διανύει τον τρίτο χρόνο που όπως συγκεκριμένα σχολιάζει και η ίδια είναι «εκτός» από την αγορά εργασίας. Όλο αυτό το διάστημα δε

σταμάτησε να ψάχνει για δουλειά στον ιδιωτικό τομέα αλλά δε βρήκε κάτι. Συμβολίζει την ανεργία με «πάτο» ή «πόρτα», ανάλογα με τον τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματος και την οπτική που δίνει ο καθένας.

Ο Σ.10 οικογενειάρχης με τρία παιδιά έχει ξεκινήσει να εργάζεται από τη στιγμή που ολοκλήρωσε τις στρατιωτικές του υποχρεώσεις. Απόφοιτος Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης εργάστηκε και ως ιδιωτικός υπάλληλος και ως ελεύθερος επαγγελματίας. Τα τελευταία τρία χρόνια είχε ταβέρνα, την οποία όμως αναγκάστηκε να κλείσει λόγω οικονομικής κρίσης. Το γεγονός αυτό το χαρακτηρίζει από τη μία «πως δεν είναι και ό,τι καλύτερο» και από την άλλη «έβλεπα πως όλος ο κόσμος έτσι ήτανε και που έκλεισε, δηλαδή, το κατάστημα νομίζω ότι ήτανε καλό... γιατί δεν πήγαινε άλλο....όσο το κρατούσαμε τόσο χειρότερα ήμασταν ψυχολογικά». Η ανεργία για το Σ.10 είναι «ένα θέμα.... έχω και τρία παιδιά, δύσκολα τα πράγματα», ασχολείται με «μαύρη» εργασία, όποτε αυτή προκύψει «για να μπαίνει ένα βοήθημα στην οικογένεια» και ο συνολικός χρόνος ανεργίας έχει φτάσει στα δύο χρόνια.

Τέλος ο Σ.11 είναι έγγαμος, έχει τελειώσει εκκλησιαστικό Γυμνάσιο και Λύκειο στην Πάτμο και παρακολούθησε ένα έτος στην Εκκλησιαστική Ακαδημία Αθηνών. Ξεκίνησε να δουλεύει από την ηλικία των δεκαεννέα ετών, έφυγε για κάποιο χρονικό διάστημα στο εξωτερικό (Αμερική), δούλεψε σε εταιρίες με χαρτοκιβώτια και έχει συνολικά δεκατρία χρόνια εμπειρίας ως χειριστής μηχανών για χαρτοκιβώτια. Εργαζόταν σε βιομηχανία χαρτοκιβωτίων στη Θεσσαλονίκη για δύο χρόνια, από όπου και απολύθηκε, «επειδή η εταιρεία δεν πήγαινε καλά», όπως του είπαν και αναγκάστηκε να προχωρήσει σε μαζικές απολύσεις. Είναι συνολικά δύο χρόνια άνεργος και θα συμβόλιζε την ανεργία σαν « τη Λερναία Ύδρα» γιατί «είναι τόσο δύσκολη να την αντιμετωπίσεις...».

Κατηγορία 2: Προβλήματα, συναισθηματικές μεταπτώσεις, συμπεριφορά

Η Σ.1 χαρακτηρίζει τα συναισθήματά της, από τη στιγμή που έμεινε χωρίς δουλειά, με τις λέξεις «απερίγραπτα» και «οδυνηρά». Η απώλεια εργασίας την έκανε να νιώσει θυμό, απόγνωση, άγχος και πανικό και αναρωτιέται: «Τι θα κάνω τώρα;», «Πώς θα τα βγάλω πέρα;». Συγκρούεται έντονα με τον εαυτό της και η σύγκρουση αυτή γίνεται ολοένα και πιο έντονη, όσο ο χρόνος της ανεργίας αυξάνει : «....έρχεσαι σε μεγάλη πάλη με τον εαυτό σου, η αυτοεκτίμησή σου μέρα με την ημέρα πέφτει,

βγαίνεις στην αγορά νιώθεις μια καλή ψυχολογία και λες σήμερα θα βρω δουλειά, γυρνάς στο σπίτι απογοητευμένος γιατί δεν έχεις βρει δουλειά, όταν αυτό συνεχίζεται και τη δεύτερη, τρίτη ημέρα και φτάνεις στο χρόνο, σαφώς έχεις να κάνεις με μια άλλη πάλη, η πάλη ενάντια στον εαυτό σου μήπως δεν έκανα εγώ κάτι καλά; Περνάς πολλά στάδια όταν είσαι άνεργοςόταν απολύεσαι νιώθεις απογοήτευση, μετά λες θα το παλέψω, θα προσπαθήσω, δεν είμαι η μόνη είναι πολλοί..... βγαίνεις στην αγορά έχεις αυτοπεποίθηση, αυτή όμως μειώνεται όσο δε βρίσκεις δουλειά .. τότε αρχίζει η μεγάλη πάλη κατά του εαυτού σου ...αναρωτιέσαι: *μήπως έπρεπε να αγωνιστώ περισσότερο για να αποκτήσω περισσότερα εφόδια; μήπως δεν κτυπάω τις σωστές πόρτες;*». Η Σ.1 απαντά στους προβληματισμούς της με τα παρακάτω λόγια «...τίποτα δεν ισχύει από αυτά, ισχύει το ότι δυστυχώς υπάρχουν σε όλους τους κλάδους πολύ μεγάλες ουρές παιδιών που προσμένουν και υπομένουν πολλά για να βρουν μία θέση εργασίας..». Όλα αυτά τα συναισθήματα εκδηλώθηκαν στη συμπεριφορά της Σ.1 με τη μορφή της απομόνωσης από το κοινωνικό της περίγυρο «εάν οι φίλοι σου θα σε βγάλουν με το ζόρι, δε θα συμμετέχεις, δε θα είσαι κοινωνική, γιατί εσύ θα είσαι κολλημένη στο πρόβλημα σου». Σε άλλο σημείο της συνέντευξης περιγράφει «..άρχισα να κλείνομαι περισσότερο στο σπίτι μου, να μη θέλω να βλέπω την οικογένεια μου, άρχισα να συρρικνώνομαι...». «Εν μέρει περνάς από ένα τούνελ κατάθλιψης, που είναι στο χέρι σου ή να το περάσεις γρήγορα ή να το αφήσεις να είναι όλο και πιο μακρύ».

Ο θυμός προς το κράτος και το υπουργείο ήταν το κυρίαρχο συναίσθημα για τη Σ.2. «Στην αρχή έπρεπε να το πιστέψουμε ...θυμώσαμε με το κράτος , με το υπουργείο, με το άδικο.... θυμώσαμε όταν τα σχολεία άνοιξαν και τα παιδιά που θα έρχονταν στον τομέα υγείας πάρα πολύ εύκολα πήγαν σε άλλους τομείς, κλάψαμε, στεναχωρηθήκαμε, θυμώσαμε, φωνάξαμε, φωνάξαμε στο δρόμο..». Η Σ.2 ένωσε όλα τα συναισθήματα «που νιώθει κάποιος άνθρωπος όταν χάνει κάτι σημαντικό, γιατί η δουλειά ήταν κάτι εξαιρετικό και μάλιστα, όταν συμβαίνει κάτι δύσκολο στους ανθρώπους, λες τουλάχιστον έχω τη δουλειά μου, όταν χάνεται και η δουλειά λες τώρα τι έχω;». Βίωσε έντονα το θυμό, τη θλίψη, την οργή, την αγανάκτηση, την πίκρα, τη ματαιώση και τώρα πια δεν ελπίζει σε κάτι, γιατί το σύνολο των εκπαιδευτικών που βγήκαν σε διαθεσιμότητα έχει πια διασπαστεί «σε μικρά, μικρά κομματάκια, ο καθένας πηγαίνει με τον κλάδο του». Κάνοντας μια ανασκόπηση της επαγγελματικής της σταδιοδρομίας η Σ.2 πιστεύει πως ήταν λάθος της που επένδυσε

επαγγελματικά μόνο σε έναν τομέα και τώρα 10 μήνες μετά τη διαθεσιμότητά της θέλει να πιστεύει πως θα μπορέσει να ασχοληθεί με κάτι άλλο. Δεν υπάρχει ενθουσιασμός στο συγκεκριμένο στάδιο, απλά μια «προσδοκία, ότι θα πας παρακάτω». Στη συμπεριφορά όλα αυτά εκδηλώθηκαν με μία «παραίτηση» από την οικογένεια και με μία «έντονη διάθεση να είσαι κυρίως με πρόσωπα που ήταν στην ίδια κατάσταση με σένα.... ήταν παρηγοριά κατά κάποιο τρόπο να μην αισθάνεσαι μόνος.... σαν να ήταν οικογένειά μας, γιατί πια στο σχολείο δεν ανήκες ...ήθελες κάπου να ανήκεις και ανήκες εκεί που ήταν και οι άλλοι που ήταν στην ίδια δύσκολη θέση με σένα...».

Για τη Σ.3 η διαδικασία αναζήτησης εργασίας χωρίς κάποια ανταπόκριση της προκαλεί έντονο άγχος, θυμό και στεναχώρια. Αιτιολογεί τα συναισθήματά της, αναφερόμενη κυρίως στην ηλικία της και τις σπουδές της: «γιατί είμαστε στα καλύτερά μας χρόνια, θα έπρεπε να ήμασταν οικονομικά ανεξάρτητοι, να είχαμε μια δουλειά, να εξασκήσουμε το επάγγελμά μας και δε μας δίνεται αυτή η ευκαιρία». Η κατάσταση αυτή δεν έχει επηρεάσει την αυτοεκτίμηση της ή τη συμπεριφορά της προς τρίτους, παράλληλα όμως η ίδια επισημαίνει πως δεν εκφράζει και δεν εκδηλώνει τα αρνητικά της συναισθήματα προς τους γονείς της, γιατί «θέλω να φανώ πιο αισιόδοξη και πιο δυνατή απέναντί τους».

Η Σ.4, όταν ξεκίνησε να αναζητά εργασία είχε αυτοπεποίθηση και αισιοδοξία ένιωθε ότι θα τα καταφέρει, όσο περνάει ο καιρός όμως και δε βλέπει αποτέλεσμα, όλο αυτό το χαρακτηρίζει «ψυχοφθόρο». Χρησιμοποιεί το ρήμα «κουράζομαι» συμπληρώνοντας: «σπούδασα, αφιέρωσα χρόνο στις σπουδές μου και νόμιζα πως θα έχω κάτι να περιμένω μετά...». Έχει άγχος γιατί «τα χρόνια περνάν έτσι μεγαλώνω και αυτό είναι εις βάρος μου το ότι δεν έχω εργασιακή εμπειρία». Η οικονομική στήριξη από τους γονείς της την επηρεάζει επίσης αρνητικά, γιατί από τη μία πιστεύει πως κάποτε πρέπει να αναλάβει η ίδια τα έξοδα διαβίωσής της, αφού οι γονείς «...τόσο καιρό με συντηρούν» και από την άλλη θέλει να προχωρήσει και να κάνει κάποια πράγματα «μόνη» της. Επισημαίνει αλλαγή στη συμπεριφορά της μόνο προς τη μητέρα της, όταν αυτή θα θελήσει να της δώσει κουράγιο, μας περιγράφει: «... νεύρα και ξέσπασμα κυρίως στη μαμά μου, όταν θα με ακούσει και θα μου πει: *γιατί είσαι έτσι, μη στεναχωριέσαι και κάτι θα βρεθεί, αισιοδοξία* δεν μπορώ να το ακούω να επαναλαμβάνεται και θα ξεσπάσωυπάρχουν στιγμές που δεν το πιστεύω ».

Η Σ.5 επισημαίνει πως η δουλειά την έκανε να νιώθει πιο «ολοκληρωμένη» και το πρώτο διάστημα που βίωσε την ανεργία ήταν για αυτήν αρκετά «δύσκολο». Ένωσε θυμό γιατί άλλαξε η καθημερινότητά της προς μία κατεύθυνση που δεν την ικανοποιούσε και πιστεύει πως πέρασε «κατάθλιψη». Μας περιγράφει: «...δεν ήθελα να βγαίνω από το σπίτι, κλείστηκα στον εαυτό μου, δε με ενδιέφερε να περιποιηθώ τον εαυτό μου όπως πριν που πήγαινα στη δουλειά ...έκανα τα απολύτως απαραίτητα μέσα στο σπίτι, δεν ήθελα να έχω επαφές με ανθρώπους πάρα πολύόλο αυτό με είχε ρίξει σαν άνθρωπο, δεν ήμουν και στα καλύτερά μου ψυχολογικά». Στη συμπεριφορά της παρατήρησε «νεύρα από το τίποτα» και «ξεσπάσματα» προς το σύζυγο και το παιδί, χωρίς να υπάρχει κάποιος εμφανής και συγκεκριμένος λόγος. Ιδιαίτερα οικονομικά προβλήματα λόγω έλλειψης εργασίας δεν υπήρξαν, απλά επισημαίνεται πως: «αναγκαστήκαμε να περιορίσουμε αρκετά πράγματα από την καθημερινότητά μας». Οι προσπάθειές της να βρει δουλειά την έκαναν να νιώθει «καλύτερα... γιατί ανέβαινε η αυτοεκτίμηση μου ...προσπαθώ και ίσως γίνει κάτι». Η μη εύρεση εργασίας όμως οδηγούσε στην απογοήτευση «...πάλι ξανά τα ίδια και τα ίδια, πάλι δεν έγινε τίποτα...». Σήμερα η Σ.5 πιστεύει πως λόγω του χρονικού διαστήματος που έχει περάσει «τα πράγματα είναι λίγο καλύτερα» στο συναισθηματικό κομμάτι του εαυτού της. «Η εύρεση εργασίας είναι πάντα στο πίσω μέρος του μυαλού μου, αλλά προσπαθώ να βρω και εναλλακτικές μέχρι να συμβεί και αυτό, για να είμαι εγώ καλά».

Για τη Σ.6 η ανεργία πέρα από τα οικονομικά προβλήματα που της δημιουργεί στην καθημερινότητά της, γιατί «...το χαρτζιλίκι που μας δίνουν - και εγώ το θέλω προσωπικά- είναι μειωμένο και δεν καλύπτει όλες μου τις ανάγκες...», επιπλέον την κάνει να νιώθει «πολύ άσχημα απέναντι στους γονείς». Αντιδρά στην απογοήτευση και τη στεναχώρια που αισθάνεται επιρρίπτοντας «ευθύνες παντού..... σε μένα , στην κατάσταση έτσι όπως είναι, σου φταίνει λίγο όλα». Εκδηλώνει επιθετικότητα «σε ανθρώπους που νιώθω σιγουριά, ας πούμε στην οικογένεια μου, επειδή ξέρω πως δε θα κρατήσουν κάποια κακία ή οτιδήποτε...» και τον ελεύθερο χρόνο της τον περνάει κυρίως μέσα στο σπίτι «χωρίς να κάνω κάτι που με ευχαριστεί ή να με κάνει να ξεχαστώ» γιατί «στεναχωριέμαι υπερβολικά». Γενικά υπάρχει μια απαισιοδοξία για το μέλλον «φαντάζομαι πως ακόμα θα ψάχνω για δουλειά...».

Τα συναισθήματα που βιώνει η Σ.7 είναι « κυρίως άγχος και μία τάση κατάθλιψης» και εξηγεί «...φτάνεις σε ένα σημείο να μην έχεις όρεξη να κάνεις πλέον

πράγματα, να ψάχνεις συνεχώς τρόπους να σε κάνουν έστω λίγο διαφορετικά, λίγο να βρεις μια ουσία στη ζωή σου να σε κάνει χαρούμενη και δε βρίσκεις, επειδή σου λείπει αυτό αποκλειστικά και νομίζεις ότι όλα βασίζονται πλέον εκεί και ότι από τη στιγμή που δεν υπάρχει αυτό τίποτα άλλο δε σου δίνει αξία γύρω σου». Για τη Σ.7 η εργασία «είναι μία βάση πολύ σημαντική για να είσαι καλύτερα εσύ σαν άνθρωπος». Αρχικά, όταν ξεκίνησε τις προσπάθειες για εύρεση εργασίας, ήταν ενθουσιασμένη, σήμερα όμως νιώθει «λίγο» απογοητευμένη καθώς πιστεύει πως, μέχρι τώρα τουλάχιστον, δεν έχει ανταμειφθεί για όλα αυτά που έχει κάνει για να φτάσει μέχρι εδώ, αναφερόμενη κυρίως στις σπουδές της και στο «διάβασμα που έκανες πριν σπουδάσεις». Δεν επιρρίπτει ευθύνες στον εαυτό της για τη μη εύρεση εργασίας, γιατί είναι «συνειδητοποιημένη με την κατάσταση που επικρατεί», φοβάται όμως πως αν δεν αλλάξει κάτι στο άμεσο μέλλον, θα αναγκαστεί να επιστρέψει στο σπίτι των γονιών της, κάτι το οποίο θα την κάνει να νιώσει πως γυρνάει στο μηδέν, πως δεν έχει κάνει καμία πορεία στη ζωή ...».

Στη Σ.8 κυριαρχεί το αίσθημα της απογοήτευσης και της απόσυρσης το οποίο εκδηλώνεται, όπως μας εξηγεί και η ίδια με τη διάθεση «να μην έχω όρεξη να το κυνηγήσω παραπάνω». Κάποιες στιγμές θα νιώσει «αδικημένη», ενώ κάποιες άλλες θα νιώσει «ενοχή» και θα αναρωτηθεί «τι λάθος κάνω εγώ και δε βρίσκω;». Συγχρόνως, αποδίδει την ανεργία της και σε άλλους παράγοντες –προβληματισμούς όπως «είναι έτσι η κατάσταση και το σύστημα που πάρα πολύς κόσμος αντιμετωπίζει την ανεργία». Η συνεχόμενη αναζήτηση εργασίας και η απόρριψη που ακολουθεί έχει επηρεάσει αρνητικά την αυτοαντίληψή της, από τη στιγμή που πιστεύει πως «όταν είσαι άνεργος χάνεις, ας πούμε, και μια καλή εικόνα που θα μπορούσες να έχεις για τον εαυτό σου». Η Σ.8 δεν εντοπίζει κάποια αλλαγή στη συμπεριφορά της, λόγω των παραπάνω συναισθημάτων, αντίθετα προσπαθεί να διοχετεύσει αλλού την ενέργειά της, γιατί όπως μας εξηγεί πολύ εύστοχα για τον εαυτό της «δεν ήθελα να έχω την αίσθηση του χαραμοφάη..... είναι λίγο αδόκιμος όρος, δηλαδή κάθομαι και δεν κάνω τίποτα άλλο, ψάχνω μόνο...».

Για τη Σ.9 «ο πρώτος χρόνος ουσιαστικά δε δημιούργησε τόσο αρνητικά συναισθήματα για την ανεργία... γιατί είχα το μωρό οπότε απορροφήθηκε όλη η ενέργειά μου εκεί και δε μου κακοφάνηκεαπό εκεί και πέρα έρχονται στιγμές που νιώθω ότι μήπως δεν έχω κάνει εγώ κάτι καλά... μήπως δεν το χειρίστηκα σωστά ...να κάνω κάτι παραπάνω να εμπλουτίσω το βιογραφικό μου έτσι ώστε να πάρω

μια θέση άλλες φορές ένιωθα μέχρι και άχρηστη, να το πω, ότι δεν προσφέρω όσο θα μπορούσα να προσφέρω άλλες φορές ένιωθα πως φταίω εγώ, άλλες φορές πίστευα ότι ευθύνεται το γενικότερο κλίμα που επικρατεί... αρνητικά συναισθήματα πολλά». Η ανεργία της προκαλεί μεγάλη ανασφάλεια, παρόλο που δεν υπάρχουν οικονομικά προβλήματα στην οικογένεια και της αφαιρεί την αίσθηση της οικονομικής ανεξαρτησίας, την οποία είχε όταν εργαζόταν. Παρόλο που πιστεύει «πως τώρα μπορεί να βγει κάτι παραπάνω από αυτό που έχασα ...θα το δούμε στην πορεία ...με πείσμωνσε η όλη κατάσταση», όταν μοιράζει βιογραφικά και «δε βγαίνει πουθενά» νιώθει «απόγνωση» ενώ η αυτοπεποίθηση της «μειώθηκε αρκετά». Χαρακτηρίζει τον εαυτό της πριν την ανεργία ως «εξωστρεφές και κοινωνικό άτομο», ενώ τώρα που είναι άνεργη δε θέλει να συναναστρέφεται με άτομα που έχουν δουλειά, γιατί αισθάνεται μειονεκτικά απέναντί τους. Πολλές φορές εκδηλώνει νεύρα και επιθετικότητα προς τρίτους, οι οποίοι έχουν δουλειά και «παραπονιούνται» για τις συνθήκες εργασίας τους, λέγοντας «μην είσαι αχάριστος... έχεις τη δουλειά σου .. έχεις τη θέση σου, καλώς ή κακώς προβλήματα υπάρχουν σε όλες τις δουλειές... αλλά τουλάχιστον μήνας μπαίνει, μήνας βγαίνει έχεις τα λεφτά σου, νιώθεις πιο ασφαλής...». Η έλλειψη εργασίας επηρέασε αρνητικά και τη συζυγική σχέση λόγω της μειονεκτικότητας που ένιωθε απέναντι στο σύζυγο. Εκδήλωνε νεύρα και επιθετικότητα προς τη μητέρα της και προς τρίτους, γιατί ένιωθε πως δεν την καταλαβαίνουν και προσπαθούσαν ματαιώς να την εφησυχάσουν.

Ο Σ.10 για την κατάσταση της ανεργίας την οποία βιώνει δήλωσε «...ευθύνες δεν μπορώ να ρίξω στον εαυτό μου.... έκανα κάποια πράγματα τα οποία δεν βγήκαν.... πέρασα μια ανησυχία, μια στεναχώριαπροσπαθούμε κάπως να τα βολέψουμε... λέμε να περάσει σε κάνα δύο χρόνια τρία θα περάσει η κρίση κάτι θα γίνει». Η συμπεριφορά του δεν έχει αλλάξει, γιατί βλέπει «...πως όλοι είναι έτσι, υπάρχουν πολύ χειρότερα» και εξηγεί πως «αν είσαι μοναδικός λες πως φταίω εγώ, κάτι δεν κάνω σωστά.... αλλά από τη στιγμή που βλέπεις ότι δουλειά τώρα δε βρίσκουνε κάποιοι, οι οποίοι έχουνε προσόντα, έχουνε πτυχία..... λες ότι έτσι πάει, απλά προσπαθείς να επιβιώσεις, λες ότι θα περάσειεγώ προσωπικά δεν έχω αρνητικά συναισθήματα».

Τα συναισθήματα για τον Σ.11. «είναι πάρα πολλά» και περιγράφει «από την αρχή αισθάνεσαι μειωμένος ως άνθρωπος, ότι δεν μπορείς να ανταπεξέλθεις στα βασικά του σπιτιού, να βοηθήσεις την οικογένειά σου.... υπάρχει μια θλίψη, πολύ

άγχος δεν μπορείς να κοιμάσαι τα βράδια, σκέφτεσαι συνεχώς τι θα κάνεις στην καθημερινότητά σου...». Η αναζήτηση εργασίας μπορεί να ξεκίνησε με ενθουσιασμό, αλλά κατέληξε σε απαισιοδοξία, γιατί «όπου χτύπαγα πόρτα ο μισθός ήταν όλο και πιο λίγος». Επιθυμούσε να βρει μια εργασία σχετική με την εμπειρία του και με αυτό που «ήξερε» και επίσης μια εργασία που θα ήταν κοντά στο σπίτι του για να μην υπάρχουν ιδιαίτερα έξοδα μετακίνησης, αλλά σήμερα πια ψάχνει «για κάτι διαφορετικό, οτιδήποτε και οπουδήποτε είναι αυτό». Στη συμπεριφορά του υπήρχαν πολλά ξεσπάσματα και θυμός προς τους άλλους «αν και δε μου φταίγανε», όπως σχολιάζει ο ίδιος. Η συζυγική του σχέση δοκιμάστηκε, αλλά τελικά «..όλο αυτό μας ένωσε με τη γυναίκα μου πιο πολύ». Επίσης δεν ήθελε να βγαίνει με φίλους λόγω οικονομικής δυσχέρειας «και έτσι αναγκαστικά κλεινόμουν περισσότερο μέσα στο σπίτι».

Κατηγορία 3: Ευνοϊκοί παράγοντες για τον άνεργο.

Παράγοντες που βοήθησαν τη Σ.1 να αναστρέψει την αρνητική της διάθεση ήταν αρχικά η υποστήριξη από την οικογένειά της «συζήτησα με τους γονείς μου πώς θα το αντιμετωπίσουμε...» και από τον πνευματικό της «..με βοήθησε και με στήριξε πάρα πολύ ψυχολογικά, γιατί θα έπρεπε να καταλήξω ή σε κάποιο ψυχολόγο για να ξεπεράσω όλα αυτά τα προβλήματα και βρήκα τον πιο κατάλληλο ψυχολόγο, ο οποίος είναι ο πνευματικός μου, αυτός που ασχολείται σε βάθος με την ψυχή και με στήριξε, με βοήθησε, μου έδωσε τη δύναμη και την ελπίδα να σταθώ στα πόδια μου και να ξαναβγώ δυνατή στην αγορά εργασίας». Σε κάποιο άλλο σημείο της συνέντευξης αναφέρει ξανά τον πνευματικό της «...ο οποίος πραγματικά με δυνάμωσε και με ενίσχυσε και μου έβγαλε όλον αυτό το θυμό και την οργή που είχα μέσα μου και μου τον μετέτρεψε σε αγάπη στο να αντιμετωπίσω καλύτερα την κατάσταση». Σήμερα αφιερώνει περισσότερο χρόνο στον εαυτό της μέσα από τον αθλητισμό, στους γονείς της «γιατί αυτοί είναι το βασικότερο χέρι βοήθειας..... μπορεί να μην έχουν την οικονομική στήριξη που θα θέλαμε ίσως, έχουν όμως τη ψυχολογική υποστήριξη η οποία σε δυναμώνει βαθιά» και στους φίλους της «οι οποίοι με βοήθησαν πολύ και αυτοί στο ψυχολογικό κομμάτι, στο να περάσω καλά, στο να χαλαρώσω». Επιπλέον προσφέρει εθελοντική εργασία σε ενορία για να γεμίζει το χρόνο της «δημιουργικά», έχει στείλει κάποια βιογραφικά και πιστεύει «ότι από τη στιγμή που άρχισε η αντίστροφη μέτρηση, να αρχίζω, δηλαδή, να πιστεύω πάλι στον

εαυτό μου και να νιώθω σιγά σιγά ότι ανεβαίνω, είμαι σίγουρη ότι θα μου το φέρει η ζωή, γιατί εγώ έχω αλλάξει, άρα θα αλλάξει και η ζωή απέναντι μου».

Οι συνάδελφοι που βρέθηκαν στην ίδια κατάσταση με τη Σ.2, που «συμπάσχουν», όπως χαρακτηριστικά μας λέει η ίδια, ήταν τα κύρια «πρόσωπα αναφοράς», τα οποία τη βοήθησαν να αντιμετωπίσει και να διαχειριστεί τα αρνητικά συναισθήματα που ένιωθε. Όπως μας λέει η ίδια «Κάναμε τις συναντήσεις μας προσπαθούσαμε να ενθαρρύνουμε ο ένας τον άλλον, να σκεφτούμε λύσεις, να σκεφτούμε δράσεις....». Η Σ.2 μιλούσε «.. σε κάθε άνθρωπο που αισθανόμουν ότι μπορούσε να με ακούσει.... και να μου πει κάτι δεν κράτησα μια απόσταση, δεν αρνήθηκα να μιλήσω, δεν κρύφτηκα στο καβούκι μου. Μιλούσα, μιλούσα συνέχεια, από την πρώτη στιγμή μιλούσα. Και αυτό νομίζω είναι καλό». Όταν συνέβησαν όλα αυτά στη ζωή της, δεν έμεινε «ούτε μια στιγμή μόνη» και παρατηρεί εκ των υστέρων πως αυτό το γεγονός ήταν πολύ «βοηθητικό». Η καθημερινότητά της γεμίζει με «πολλά πράγματα που κάνει μέσα στο σπίτι» και ελπίζει «...ότι θα βρω κάτι να κάνωτόρα είναι λίγο θολά τα πράγματα. Εξάλλου οι άνθρωποι περνούν πάντα δύσκολα, αλλά βρίσκουν λύσεις, γιατί η ζωή είναι πιο δυνατή από τα δύσκολα».

Στη συνέχεια η Σ.3 επισημαίνει «... τις ανησυχίες μου και τα προβλήματα τα μοιράζομαι περισσότερο με τους φίλους». Προσπαθεί να βελτιώσει την εικόνα του βιογραφικού της με σεμινάρια που παρακολουθεί «το οποίο και αυτό είναι λίγο δύσκολο, γιατί κοστίζουν αρκετά, οπότε ήδη με συντηρούν οι γονείς μου, δεν μπορώ να ζητάω και πάρα πολλά λεφτά για τα σεμινάρια που θα ήθελα να κάνω», συναντά φίλους και αποστέλλει βιογραφικά, όταν αυτό της ζητηθεί από τους εργοδότες, με τους οποίους έρχεται σε επαφή τηλεφωνικά. Οι μελλοντικές της προσδοκίες είναι «να έχω μία δουλειά πάνω στο αντικείμενό μου και να είμαι οικονομικά ανεξάρτητη».

Η Σ.4 προσπαθεί να εκμεταλλευτεί το χρόνο της και παράλληλα με την αναζήτηση εργασίας αυτή την περίοδο προσπαθεί να πάρει και το πτυχίο αγγλικών, το οποίο δεν είχε. Οι ομάδες συναισθηματικής υποστήριξης για τη Σ.4 είναι οι φίλοι της και η οικογένειά της. Οι φίλοι της θα την ακούσουν, γιατί «έχουν ακριβώς τα ίδια συναισθήματα», ενώ η οικογένεια της θα τη συμβουλέψει και «θα προσπαθήσουν να μου δώσουν δύναμη». Η στήριξη για τη Σ.4 «είναι γενικά οι δικοί μου άνθρωποι, που με γνωρίζουν κιόλας, που ξέρουν και το χαρακτήρα μου και τη συμπεριφορά μου και

τα πιστεύω μου και το πώς το αντιλαμβάνομαι». Φαντάζεται το μέλλον «με μια δουλειά που θα με αντιπροσωπεύεικαι με προοπτικές εξέλιξης».

«Ο σύζυγος, οι φίλοι και οι συγγενείς» ήταν τα «οικεία άτομα» στα οποία η Σ.5 απευθύνθηκε για να συζητήσει τα συναισθήματά της, «διαπίστωσα πως έπρεπε να συζητήσω για τα συναισθήματά μου, για να μπορέσω να τα ξεπεράσω κιόλας ..γιατί έπεσα και σε μία κατάσταση αυτογνωσίας, άρχισα να σκέφτομαι: *γιατί αντιδρώ τώρα έτσι; γιατί φωνάζω το παιδί μου ενώ δεν υπάρχει λόγος; γιατί νευριάζω με το παραμικρό; ...δεν είχα συνηθίσει ποτέ τον εαυτό μου έτσι ...πάντα είχα υπομονή, ό,τι και αν μου έλεγαν το άκουγα υπομονετικά και ξαφνικά έγινα ένας τελείως διαφορετικός άνθρωπος..*». Οι τρόποι αντιμετώπισης που επέλεξε «για να ξεφύγει από αυτήν την κατάσταση» ήταν η συμμετοχή της σε χορευτικό σύλλογο, η οργανωμένη σωματική δραστηριότητα (γυμναστήριο) και η απασχόλησή της με τις εξωσχολικές δραστηριότητες του παιδιού της. Όλα αυτά την έφερναν σε επαφή με ανθρώπους «που άρχισαν να μου λένε και αυτοί τα προβλήματά τους ...ίσως χρειάζεται να ακούμε και τα προβλήματα των άλλων για νιώθουμε λίγο καλύτερα εμείς με τα δικά μας προβλήματα» και τη βοήθησαν να αισθάνεται «λίγο καλύτερα και πιο αισιόδοξα». Στο μέλλον πραγματικά θα ήθελε μία δουλειά για να νιώθει πιο «ολοκληρωμένη».

Για τη Σ.6 «...οι γονείς μου και ιδιαίτερα η μητέρα μου... είναι ο άνθρωπος που μου δίνει ενέργεια ...δηλαδή έχει μία θετική ενέργεια, μου λέει ότι όλα θα πάνε καλά ... μου κάνει καλό όταν μιλάω με εκείνη, όπως και με τους φίλους μου, επίσης η συγκατοίκηση μου με ένα άλλο άτομο αυτήν την περίοδο μου κάνει πολύ καλό, θεωρώ πως αν ήμουν τελείως μόνη μου θα περνούσα την κατάθλιψη».

Η Σ.7 γεμίζει την καθημερινότητά της «με το να ψάχνει για δουλειά», δεν ασχολείται με κάτι που την ικανοποιεί και τις περισσότερες φορές όπως μας λέει η ίδια «μένω στο σπίτι». Εξωτερικεύει τα συναισθήματά της περισσότερο στους φίλους και όχι στην οικογένειά της με τη λογική «ότι θέλω να δείξω ένα αίσθημα αισιοδοξίας στους γονείς ...ότι εγώ θα τα καταφέρω και δε θέλω να τους περάσω όλη αυτήν την απογοήτευση που περνάω εγώ». Από την άλλη, οι φίλοι «είναι τα άτομα που το περνάν και οι ίδιοι και έχουν τα ίδια συναισθήματα, οπότε μπορούν να σε βοηθήσουν ...με καλύπτουν». Τα όνειρά της είναι «να βρω μια δουλειά πάνω στο αντικείμενό μου και ένα ευχάριστο εργασιακό περιβάλλον».

Η Σ.8 τώρα που είναι άνεργη ασχολείται με το διάβασμα, με τις εργασίες που έχει από το μεταπτυχιακό της και με επιμορφωτικά σεμινάρια σχετικά με την ειδικότητά της. Η εξωτερίκευση των συναισθημάτων αυτήν την περίοδο για τη Σ.8 είναι «αναγκαία και κομβική γιατί θεωρώ.. το να έχεις μία αλληλοϋποστήριξη από ανθρώπους που είναι στην ίδια κατάσταση με εσένα είναι πολύ σημαντικό... βοηθάει και εσένα βοηθάει και τους άλλους το να τα συζητάς και να τα επεξεργάζεσαι και να βλέπεις το γιατί και το πώς και το τι θα συμβεί στο μέλλον, βοηθάει...». Δηλώνει πως συναισθηματική στήριξη υπάρχει και από την οικογένεια. Πιστεύει πως στο μέλλον θα είναι λίγο «δύσκολο» να απασχοληθεί σε αυτό ακριβώς που θέλει, αλλά όχι ακατόρθωτο «θα το παλέψω προσωπικά θα τα καταφέρω ...κρατάω την αισιόδοξη πλευρά για μένα, γενικότερα δεν ξέρω εάν θα βελτιωθεί η κατάσταση».

Όταν η Σ.9 είδε πως το φαινόμενο είναι «γενικό... δεν είμαι μόνο εγώ που ψάχνω δουλειά και όσο παν και χειροτερεύουν τα πράγματα, δηλαδή οι περισσότεροι είναι άνεργοι παρά εργαζόμενοι» τα συναισθήματά της άλλαξαν « άρχισα λίγο να το βλέπω διαφορετικά... δεν είσαι μόνη σου, θα βρεθεί μια άκρη, πάρε λίγο τα πάνω σου, ασχολήσου με πράγματα του σπιτιού να προσφέρεις διαφορετικά όσο ψάχνεις, χωρίς να παραιτηθείς..». Στην αλλαγή αυτή βοήθησε πολύ και ο σύζυγός της «γιατί πηγαίνω στο μαγαζί και τον βοηθάω, αισθάνομαι ότι προσφέρω τουλάχιστον....». Ψυχολογική στήριξη βρίσκει μέχρι και σήμερα από το σύζυγό της, το φιλικό περιβάλλον και το παιδί της «...που μπορεί να μην έχει σχέση με όλο αυτό, μπορεί να μη με καταλαβαίνει, αλλά ένα παιδί έχει ανάγκες, σου απορροφά πολύ χρόνο, μαθαίνεις να σκέφτεσαι διαφορετικά μέσα από αυτό... και από μόνο του είναι κάτι αισιόδοξο... σου δίνει ελπίδα... έχεις για αυτό να παλεύεις και κάποια στιγμή θα καταφέρεις κάτι». Καθημερινά ενημερώνεται για θέματα του κλάδου της, αν έχουν βγει προκηρύξεις, αν τρέχουν κάποια προγράμματα μέσω ΟΑΕΔ και κυρίως ασχολείται με τον εαυτό της «και εξωτερικά και εσωτερικά, δηλαδή άρχισα να ανακαλύπτω πως έχω και άλλα όρια και άλλες αντοχές, θέλω να κάνω πράγματα, έβγαινα ακόμα και στα μαγαζιά για να βοηθήσω την εξωτερική μου εμφάνιση, ώστε να αισθανθώ καλύτερα ψυχολογικά για να μπορέσω να αποδώσω και αλλού.. ». Βλέπει το μέλλον «αισιόδοξα» και πιστεύει « πως είμαι πιο έτοιμη να οργανωθώ για να βρω δουλειά...».

Η προσωρινή ή μερική απασχόληση που είχε ο Σ.10 στο διάστημα της μέχρι τώρα ανεργίας του τον βοήθησε να μην υπάρξει «πρόβλημα» στο οικογενειακό του

περιβάλλον. Επιπλέον αναφέρει πως ο ίδιος δε χρειάστηκε ιδιαίτερη στήριξη και, όταν χρειάστηκε, τη βρήκε από τους γονείς του και την οικογένειά του.

Ο Σ.11 συζήτησε όλα αυτά τα συναισθήματα με έναν ιερέα, ο οποίος «προσπάθησε να με κατευθύνει και να μου δείξει κάποιους άλλους δρόμους... μου πρότεινε να χτυπήσω πόρτα-πόρταποτέ δεν ξέρεις ποιον θα συναντήσεις, μπορεί κάποιος να έχει κάποιον άλλο γνωστόέτσι μπορείς να βρεις δουλειά». Προσθέτει πως ο ιερέας του έδωσε «θάρρος», κάτι το οποίο είχε «χάσει» όταν απολύθηκε. Σύμφωνα με τον Σ.11 «... χρειάζεται να γεμίζεις τις ώρες σου.... στην αρχή που έκατσα σπίτι και δεν ήθελα να κάνω τίποτα άρχισα να τρελαίνομαι γιατί σκεφτόμουν συνέχεια αυτό το θέμα και για να ξεφύγω πήρα ένα σκύλο, διαβάζω βιβλία, έκλεισα την τηλεόραση ...δε θέλω να ακούω τα νέα, βγαίνω βόλτα με το σκύλο μου στο πάρκο, βλέπω κόσμο....».

Κατηγορία 4: Απόψεις για συμβουλευτική υποστήριξη ανέργων

Η Σ.1 πιστεύει πως «Ένα πρόβλημα μικραίνει όταν διαιρείται, όταν το μοιράζεσαι...», δεν έψαξε όμως για οργανωμένες δομές συμβουλευτικής υποστήριξης ανέργων και αιτιολογεί την κίνηση της αυτή αρχικά με ερώτηση « ποιος είναι αυτός που γνωρίζει καλύτερα τον εαυτό σου εκτός από τον ίδιο σου τον εαυτό, την οικογένεια σου και τους φίλους σου; Σαφώς και εμπιστεύομαι τέτοιες δομές, θέλω να τις εμπιστεύομαι, δεν τις γνωρίζω, αλλά θέλω να τις εμπιστεύομαι, να μην είμαι αρνητική, αλλά επιμένω στο ότι τη μεγαλύτερη δουλειά και τη δουλειά που μπορούν να κάνουν σε βάθος είναι η οικογένεια σου, οι φίλοι σου, ο ίδιος σου ο εαυτός, αυτοί που σε γνωρίζουν περισσότερο, αυτοί μπορούν να βοηθήσουν άμεσα. Τέτοιες δομές θα ασχοληθούν θεωρώ επιφανειακά». Επεξηγεί το «επιφανειακά» προσθέτοντας «Θα νοιάζονται γιατί θέλουν να πετύχουν και αυτοί, για αυτό ασχολούνται με το συγκεκριμένο, αλλά πιστεύω ότι δεν μπορούν να πιάσουν βάθος, το βάθος που έχει ανάγκη η ψυχή σου και αυτό θέλει ανθρώπους που σε γνωρίζουν πραγματικά. Ένα 50% είναι οι δικοί σου άνθρωποι και το άλλο 50% είναι ο ίδιος σου ο εαυτός. Το βάθος της ψυχής το ξέρουμε μόνο εμείς και στη συνέχεια το άλλο μισό που σας είπα το ξέρουν οι δικοί σου άνθρωποι».

Και η Σ.2 αντιμετωπίζει θετικά τη συμβουλευτική υποστήριξη ανέργων «Δεν ξέρω ποιος φορέας μπορεί να το υλοποιήσει, αλλά σίγουρα χρειάζεται μια υποστήριξη για να ανοίξουμε δρόμους πρώτα στο μυαλό και μετά ο άνθρωπος να

πάει παρά πέρα». Ολοκληρώνει την άποψή της λέγοντας «Ερχόμενος σε επαφή με άλλους ανθρώπους, σκέφτεσαι, στοχάζεσαι, ακούς, προβληματίζεσαι, υπάρχει μια ζύμωση, μια τριβήπου θα σε βοηθήσει να προχωρήσεις».

Η Σ.3 αν και δεν έχει ψάξει «κάτι τέτοιο» για τον εαυτό της μας λέει «νομίζω ότι θα ήταν πολύ καλό να υπάρχει μια τέτοια στήριξη».

Στη συνέχεια η Σ.4 δεν είναι «κατά» της συμβουλευτικής υποστήριξης από εξειδικευμένο προσωπικό, αν και η ίδια δεν την αναζήτησε λόγω του χαρακτήρα της «...είμαι κλειστός χαρακτήρας... δε νομίζω ότι θα ανοιγόμουν σε μια ομάδα ανθρώπων την οποία δε γνωρίζω». Σε ένα γενικότερο πλαίσιο όμως «υπάρχουν άνθρωποι που μπορεί να μην έχουν κάποιον άλλο να μιλήσουν ή μπορεί να νομίζουν ότι δεν τους εκφράζουν οι απόψεις από κάποιον κοντινό τους άνθρωπο και να θέλουν να ακούσουν και κάτι διαφορετικό ...οπότε είναι καλό να υπάρχει». Για τη Σ.4 το πρώτο βήμα είναι «να συνειδητοποιήσει ο καθένας πόσο τον επηρεάζει αυτή η κατάσταση, πόσο του αλλάζει την καθημερινότητά τουκαι να ζητήσει βοήθεια από όποιον νομίζει πως μπορεί να τον βοηθήσει περισσότερο».

Η Σ.5 δε χρειάστηκε κάποια συμβουλευτική υποστήριξη «γιατί μπόρεσα να το ξεπεράσω με το σύζυγο και τους φίλους», αλλά πιστεύει «πως κάποια μερίδα ατόμων νομίζω ότι χρειάζεται, γιατί ένας ειδικός είναι αυτός που ξέρει σε ποιο σημείο θα σε βοηθήσει, τι θα πρέπει να σκεφτείς, πώς θα πρέπει να το αντιμετωπίσεις για να ξεφύγεις από όλο αυτό το άγχος, το στρες, το φόβο.....να μην τα βλέπεις όλα αρνητικάνα μάθεις να αντιμετωπίζεις τη ζωή σου και με τα αρνητικά που έρχονται».

Η Σ.6, όπως και οι άλλοι συνεντευξιζόμενοι, δεν έψαξε για συμβουλευτική υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό, πιστεύει όμως πως θα ήταν «καλό να συζητήσεις με ανθρώπους που ξέρουν καλά αυτό το κομμάτι της ανεργίας... γιατί θα σου βγάλουν και αυτοί μία ασφάλεια, γενικά οι άνθρωποι το έχουμε αυτό να ακούμε ανθρώπους που είναι λίγο πιο έμπειροι ..μας βγάζουν μια ασφάλεια σε σχέση με το φίλο μας που θα μας παρηγορήσει, θα μας πει δεν πειράζειτόρα ένας άνθρωπος που ξέρει πέντε πράγματα παραπάνω θα μας βγάλει μεγαλύτερη ασφάλεια». Η διαφορά για τη Σ.6 ανάμεσα στο οικείο περιβάλλον και το εξειδικευμένο προσωπικό είναι ότι οι πρώτοι απλά «σε παρηγορούν ...είναι πιο συναισθηματικά τα πράγματα

με τους φίλους και την οικογένεια», ενώ οι άλλοι «θα ξέρουν να σου πουν πού να πατήσεις ,τι να κάνεις...».

Η Σ.7 θέτει κάποιες προϋποθέσεις που θα οδηγήσουν τα άνεργα άτομα σε αναζήτηση συμβουλευτικής στήριξης, όπως είναι η ηλικία, ο χρόνος ανεργίας και οι υποχρεώσεις. «Στο στάδιο που είμαι εγώ όχι, αλλά σίγουρα σε άτομα που έχουν ψάξει πολύ περισσότερο καιρό για δουλειά και είναι ακόμη άνεργοι, θεωρώ ότι είναι πάρα πολύ χρήσιμο και ότι θα τους βοηθήσει ιδιαίτερα».

Η Σ.8 πιστεύει ότι «δεν είναι απαραίτητο το εξειδικευμένο προσωπικό για αυτό το θέμα» και στηρίζει την άποψή της με το επιχείρημα «η ανεργία δεν είναι ψυχολογικό, ατομικό, προσωπικό πρόβλημα, δηλαδή δεν είναι μία ψυχοπαθολογία, δεν είναι ένα ζήτημα που βαραίνει έναν και μόνο άνθρωπο, είναι ένα κοινωνικό φαινόμενο και έχει να κάνει περισσότερο με τις πολιτικές δομές με τις πολιτικές στρατηγικές με τις δράσεις...». Για τη Σ.8 «... ένας επαγγελματίας που θα σε βοηθούσε να βρεις δουλειά έχει μεγαλύτερη σημασία σε αυτήν τη χρονική περίοδο από κάποιον που απλά θα σε καθησύχαζε ή θα σε έκανε να νιώσεις λίγο καλύτερα ...δηλαδή η ανάγκη που προκύπτει εκείνη τη στιγμή δεν είναι τόσο το συναίσθημα και το πώς θα το διαχειριστείς, όσο η κατάσταση η ίδια το βιοποριστικό κομμάτι, πώς θα το αντιμετωπίσεις επί του πρακτέου». Η συναισθηματική υποστήριξη χαρακτηρίζεται από τη Σ.8 ως «σούπερ λουξ κατάσταση που δεν έχει και κάποιο λόγο να υπάρχει».

Η Σ.9 σκέφτηκε να ζητήσει ψυχολογική υποστήριξη από κάποιον «εκτός περιβάλλοντός μου», όταν μαζί με την ανεργία προστέθηκαν και άλλα δυσάρεστα προσωπικά οικογενειακά θέματα, δεν το πραγματοποίησε όμως. Η συμβουλευτική υποστήριξη για τη Σ.9 «είναι καλό να υπάρχει και ιδιαίτερα σε ανθρώπους που είναι άνεργοι και έχουν οικογένεια, παιδιά και δούλευαν χρόνια σε μια επιχείρηση και κυρίως σε άντρες που αισθάνονται ότι ευνοούνται πολλές φορές, γιατί υποτίθεται ότι είναι η κεφαλή του σπιτιού και μετά από χρόνια δουλειάς βρίσκονται στο πουθενά...».

Για το Σ.10 «καλό» είναι να υπάρξει συμβουλευτική υποστήριξη «για τους γύρω», γιατί «κάποιοι τη χρειάζονται δεν ξέρω, είναι ανάλογα τον άνθρωπο, κάποιους τους παίρνει πολύ από κάτω και κάποιους λιγότερο ...όλοι χρειάζονται κάτι».

Ο Σ.11 μας λέει «οι άνεργοι χρειάζονται ψυχολογική υποστήριξη ... γιατί χάνει το εγώ του ο άνθρωπος, όταν μένει άνεργος νομίζει ότι τα έχασε όλα, φεύγει η γη κάτω από τα πόδια του». Έχοντας εργαστεί και στο εξωτερικό μας διευκρινίζει «πως έξω ο ίδιος ο εργοδότης σου παρέχει την ψυχολογική στήριξη, όταν σε απολύει, εδώ η εργασία μου δε μου το παρείχε αυτό...». Σχολιάζει «εδώ στην Ελλάδα υπάρχει το παραπλήσιο, μπορείς να πας στον ιερέα σου για οτιδήποτε χρειαστείς». Ο Ο.Α.Ε.Δ. δε βοήθησε καθόλου το Σ.11 να βρει εργασία «ακόμη και για κάποια προγράμματα, μέσω ΕΣΠΑ, έπρεπε εγώ ο ίδιος να έχω βρει τον εργοδότη που θα με προσλάβει...».

4.2.3 Ανακεφαλαίωση κυριότερων ευρημάτων

Η Σ.1 εργάζεται από την ηλικία των 18 ετών και η εργασιακή της πορεία δε χαρακτηρίζεται από κάποιο συγκεκριμένο αντικείμενο απασχόλησης. Σήμερα ανήκει πλέον στους μακροχρόνια ανέργους, αφού το χρονικό διάστημα της ανεργίας της έχει φτάσει τα τρία χρόνια. Η ανεργία την οδήγησε σε πολλές εναλλαγές συναισθημάτων, η περιγραφή των οποίων έγινε με έντονη συναισθηματική φόρτιση. Συγκεκριμένα υπήρξαν συνεχόμενες κινήσεις νευρικότητας στα χέρια της και έντονες διακυμάνσεις στον τόνο της φωνής της κατά τη διάρκεια της συνέντευξης. Στη φάση της απώλειας της εργασίας της βίωσε απογοήτευση, θυμό με τον εαυτό της, άγχος για την κάλυψη των καθημερινών απαιτήσεων και κατάθλιψη. Η φάση της αναζήτησης εργασίας ξεκινούσε με ενθουσιασμό, αλλά όσο οι προσπάθειες παρέμεναν στάσιμες, τόσο η Σ.1 οδηγούνταν σε διαμάχη με τον εαυτό της. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση που ένιωθε και το χαμηλό ηθικό την οδήγησαν σε κοινωνική απομόνωση.

Οι σημερινές συνθήκες εργασίας που επικρατούν, ήταν ένας παράγοντας που βοήθησε τη Σ.1 να διαχειριστεί τη ψυχολογία της και να επανεκτιμήσει τον εαυτό της. Υποστηρικτικές σχέσεις μέσα από τις οποίες αναζήτησε ασφάλεια, ενθάρρυνση και σταθερότητα ήταν οι γονείς της, οι φίλοι της και ο πνευματικός της, ενώ αντιμετωπίζει με δυσπιστία τις πιο εξειδικευμένες μορφές βοήθειας, είτε λόγω ελλιπούς ενημέρωσης, είτε λόγω προκατάληψης σε κάθε μορφή εξειδικευμένης ψυχολογικής στήριξης. Η αισιοδοξία της για το μέλλον δε βασίζεται σε κάποια σχέδια κατάρτισης ή σε συγκεκριμένες στρατηγικές αναζήτησης εργασίας, αλλά στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησής της και στην αναθεωρημένη πλέον εικόνα του εαυτού της.

Η Σ.2 τελείωσε την ιατρική και ασχολήθηκε από την αρχή της επαγγελματικής της σταδιοδρομίας με την εκπαίδευση. Ανήκει στην κατηγορία των εκπαιδευτικών που τέθηκαν σε διαθεσιμότητα και δε γνωρίζει εάν θα υπάρξει στο μέλλον κάποια θέση εργασίας για αυτή. Βίωσε έντονα τα συναισθήματα του θυμού, της οργής και της αγανάκτησης προς το Κράτος και το Υπουργείο και της προσωπικής ματαίωσης. Σήμερα μετά από δέκα μήνες νιώθει πως η άρνηση και ο θυμός επικεντρώνονται στο παρελθόν και πιστεύει πως οι διαμαρτυρίες και οι αγώνες των συναδέλφων δεν έχουν καμία πιθανότητα να επηρεάσουν τις αποφάσεις της κυβέρνησης για την επαναφορά των καταργημένων ειδικοτήτων στα σχολεία. Εκφράζει την άποψη ότι είναι καιρός για ένα νέο σχέδιο δράσης, χωρίς όμως να υπάρχει ο ανάλογος ενθουσιασμός για το νέο ξεκίνημα. Παρόλο που χάθηκε η καθημερινή ρουτίνα του σχολείου για τη Σ.2, η ίδια δεν αισθάνθηκε μοναξιά και δεν οδηγήθηκε σε κοινωνική απομόνωση. Σε αυτό συνετέλεσε η ιδιόρρυθμη κατάσταση διαθεσιμότητας-απόλυσης, η οποία αφορούσε ένα μεγάλο αριθμό ατόμων και, όπως ήταν φυσικό, προκάλεσε άμεσα γενικευμένες και έντονες αντιδράσεις. Το σύνολο των συναδέλφων που βίωσε την ίδια εμπειρία, λειτούργησε σαν ομάδα στήριξης για τη Σ.2, μέσα στην οποία εντάχθηκε και δραστηριοποιήθηκε.

Δεδομένου ότι η εργασία για τη Σ.3 δε φαίνεται να είναι άμεσα διαθέσιμη, νιώθει απογοήτευση και καταβάλλεται από άγχος. Ξεκινώντας τώρα την επαγγελματική της σταδιοδρομία, βλέπει πως δεν υπάρχουν τόσες ευκαιρίες εργασίας, όπως αναμένονταν και μπορεί να είναι δύσκολο ακόμη και να κανονιστεί μία συνέντευξη ή να αποσταλεί ένα βιογραφικό. Οι εξωτερικές πιέσεις, όπως είναι τα έξοδα διαβίωσης ή τα έξοδα επιπλέον κατάρτισης, αυξάνουν τον παράγοντα στρες. Η αμειβόμενη εργασία για τη Σ.3 είναι μία σημαντική πηγή προσωπικής επικύρωσης, ιδιαίτερα απέναντι στους γονείς της. Για στήριξη στρέφεται στους φίλους και όχι προς τους γονείς, προσπαθώντας με αυτό τον τρόπο να διατηρήσει μία θετική αυτό-εικόνα σε σχέση με το πώς τη βλέπει η οικογένειά της και τι σκέφτονται για αυτήν.

Αρχικά το στάδιο αναζήτησης εργασίας για τη Σ.4, η οποία, όπως και η Σ.3, ξεκινά τώρα την εργασιακή της πορεία, χαρακτηριζόταν από ελπίδες και προσδοκίες, όσον αφορά τις ευκαιρίες εργασίας. Μετά όμως από αυτόν τον αρχικό ενθουσιασμό και καθώς οι προσπάθειες αναζήτησης εργασίας παραμένουν στάσιμες, αποθαρρύνεται και στρέφεται στους φίλους και την οικογένεια της για στήριξη. Μην μπορώντας να αλλάξει την κατάσταση αυτή, αισθάνεται πως έχει ακόμα το ρόλο του

«παιδιού» και δεν είναι σε θέση να πάρει αποφάσεις για τον εαυτό της και να προχωρήσει προς την ενηλικίωσή της. Η αναζήτηση βοήθειας από ειδικούς για τη Σ.4 εξαρτάται από τον χαρακτήρα του ατόμου και την αποδοχή της κατάστασης που αντιμετωπίζει: ανεργία και ψυχολογικές μεταπτώσεις.

Η Σ.5 ανήκει στην κατηγορία των γυναικών που ο μισθός της μέσα στην οικογένεια αποτελούσε ένα επιπλέον εισόδημα, γεγονός που τη βοήθησε να αντιμετωπίσει την παρατεταμένη περίοδο ανεργίας στην οποία βρίσκεται, από την πλευρά των οικονομικών υποχρεώσεων που προέκυψαν και συνεχίζουν να προκύπτουν. Επιπλέον η Σ.5 βίωσε την εργασιακή ασυνέχεια και μεγάλα διαλλείματα στην εργασιακή της πορεία, επειδή πίστευε πως το πρωταρχικό της καθήκον είναι η φροντίδα του οίκου της. Παρόλα αυτά, οι συναισθηματικές αντιδράσεις που εκδηλώθηκαν για την απώλεια της θέσης εργασίας της ήταν ο θυμός, η πλήξη και η κατάθλιψη, ενώ η διαδικασία αναζήτησης εργασίας ξεκινούσε με ιδιαίτερη αυτοεκτίμηση και κατέληγε στην αποθάρρυνση. Η αρνητική τάση αντιστράφηκε όταν έλαβε στήριξη από το σύζυγο και τους φίλους και ξεκίνησε μια διαδικασία επαναξιολόγησης του εαυτού της. Σήμερα διανύει μια περίοδο μειωμένης αναζήτησης εργασίας και αντλεί ικανοποίηση από τη συμμετοχή της σε διάφορες δραστηριότητες. Στη συμβουλευτική υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό η Σ.5 επισημαίνει πως ο ενδιαφερόμενος θα δεχτεί την κατάλληλη παρέμβαση και θα ενημερωθεί για τις ανάλογες στρατηγικές δράσης.

Για τη Σ.6 καθώς οι προσπάθειες ανεύρεσης εργασίας παραμένουν άκαρπες, υπάρχει μία κίνηση προς την απογοήτευση και το θυμό. Σε αυτήν την απογοήτευση η ανάγκη για έναν αποδιοπομπαίο τράγο αναδύεται και για τη Σ.6 δεν είναι άλλος από τον εαυτό της και την όλη κατάσταση που επικρατεί σήμερα. Όταν κατηγορεί τον εαυτό της για τις αρνητικές καταστάσεις και αδυνατεί να καλύψει τα προσωπικά της έξοδα χάνει ένα μέρος της αυτοεκτίμησής της. Εξωτερικοί παράγοντες την οδήγησαν να θέσει βραχυπρόθεσμους στόχους για να αποκτήσει έστω και έτσι ένα εισόδημα διαβίωσης. Θετικά μηνύματα λαμβάνει κυρίως από τη μητέρα της και διαφοροποιεί την υποστήριξη από οικεία πρόσωπα από τη συμβουλευτική υποστήριξη, στην οποία παρέχεται αντικειμενική και καταρτισμένη αντιμετώπιση.

Η Σ.7, νεοεισερχόμενη στον κόσμο της εργασίας, όπως και η Σ.6, πιστεύει πως η εργασία είναι ένα μέσο για τη διαμόρφωση της ζωής του κάθε ατόμου, είναι η

πραγματικότητα μέσα στη ζωή του, είναι αυτό που του δίνει αυτοεκτίμηση και ενισχύει θετικά την αυτοαντίληψή του. Η διαδικασία αναζήτησης εργασίας ξεκίνησε με ενθουσιασμό, ο οποίος όμως σήμερα έχει μετατραπεί σε μερική απογοήτευση λόγω της στασιμότητας που παρουσιάζεται. Νιώθει πως οι προσωπικές της επενδύσεις για το μέλλον ματαιώνονται και πιστεύει πως η μη ανεύρεση εργασίας και η αναγκαστική επιστροφή στο οικογενειακό της περιβάλλον θα εκμηδενίσει τη μέχρι τώρα πορεία της και θα την εμποδίσει να ενηλικιωθεί. Στο υποστηρικτικό της περιβάλλον περιλαμβάνονται μόνο οι φίλοι και όχι οι γονείς και θεωρεί πως η συμβουλευτική υποστήριξη είναι χρήσιμη για τους ανέργους που αντιμετωπίζουν έντονους εξωτερικούς παράγοντες στρες όπως: η μεγάλη διάρκεια του διαστήματος αναζήτησης εργασίας, οι οικονομικές πιέσεις, οι οικογενειακές υποχρεώσεις και η ηλικία.

Η Σ.8, λόγω της ανεργίας, στράφηκε σε άλλες δραστηριότητες, οι οποίες βελτιώνουν την εικόνα του βιογραφικού της, αυξάνουν τις ευκαιρίες για εργασία και δυναμώνουν τη θετική εικόνα για τον εαυτό της. Παρόλο που ένιωσε απογοήτευση και την επιθυμία της απόσυρσης κάποια στιγμή, δίνει έμφαση στην πραγματικότητα της σημερινής κατάστασης και δηλώνει αισιόδοξη για την επαγγελματική της σταδιοδρομία. Τα πρακτικά προβλήματα, οι συναισθηματικές αλλαγές και οι σκέψεις που αναφέρονται κατά την περίοδο της ανεργίας είναι αναγκαίο για τη Σ.8 να επεξεργάζονται μέσα στα πλαίσια ενός οικείου περιβάλλοντος. Η Σ.8 δεν πιστεύει στη συναισθηματική υποστήριξη των ανέργων από εξειδικευμένο προσωπικό, γιατί θεωρεί πως η ανεργία δεν είναι προσωπικό πρόβλημα αλλά ένα κοινωνικό φαινόμενο που πλέον στις μέρες μας αφορά πολλούς ανθρώπους και όχι απλώς κάποια μεμονωμένα άτομα. Τονίζει όμως τη σημαντικότητα της βοήθειας από ειδικούς στον τομέα της ανεύρεσης εργασίας.

Η Σ.9 δεν αντιμετώπισε το γεγονός της απόλυσης από την εργασία της, αλλά βιώνει την ανεργία λόγω μη ανανέωσης των συμβάσεων ορισμένου χρόνου για ωρομίσθιους εκπαιδευτικούς. Η Σ.9 επίσης δεν αντιμετώπισε οικονομικές πιέσεις μέσα στο οικογενειακό της περιβάλλον, καθότι ο μισθός της αποτελούσε δευτερογενές εισόδημα μέσα στην οικογένεια. Η μακρά περίοδο ανεργίας την οδήγησε σε ένα είδος ανάλυσης πιθανών αιτιών, η οποία δεν άργησε να μετατραπεί σε αυτοκριτική και σε μια μορφή αυτό-ενοχοποίησης. Ψυχολογικά σκαμπανεβάσματα εντοπίζονται κατά τη διάρκεια της φάσης της αναζήτησης δουλειάς: αισιοδοξία,

πείσμα, επιμονή και, τέλος, μετά τις απορρίψεις, απόγνωση. Η μείωση της αυτοπεποίθησής της και η επικέντρωσή της όλο και περισσότερο στην κατάστασή της, είχε σαν αποτέλεσμα να απομονωθεί από οικογένεια και φίλους. Επηρεασμένη εμφανώς από το εργασιακό κλίμα που επικρατεί σήμερα, συνειδητοποιεί ότι το χθες πέρασε και διακατέχεται από το αίσθημα του «ας προχωρήσουμε μπροστά», ένα αίσθημα που ενισχύθηκε κυρίως από την οικογένειά της. Μαζί με την ανανεωμένη αυτό-αξιολόγησή της ήρθε και η αποδοχή της ανάγκης για μακροπρόθεσμους στόχους για περαιτέρω ανάπτυξη και εξέλιξη. Η Σ.9 είναι η μόνη από τους ερωτηθέντες που σκέφτηκε να αναζητήσει ψυχολογική στήριξη.

Η μακροχρόνια ανεργία και οι οικογενειακές υποχρεώσεις οδήγησαν το Σ.10 στη «μαύρη» εργασία για την εξασφάλιση ενός εισοδήματος. Δεν περιγράφηκαν από τον συνεντευξιαζόμενο έντονες συναισθηματικές μεταπτώσεις ή αλλαγές στη συμπεριφορά του, γεγονός που μπορεί να οφείλεται στην κατά περιόδους απασχόλησή του ή στη μοιρολατρική αντιμετώπιση του φαινομένου της ανεργίας. Ο Σ.10 εξωτερικεύει μία θετική εικόνα του εαυτού του, αποφεύγοντας να αποδεχθεί οποιοδήποτε αίσθημα προσωπικής αδυναμίας ή ανεπάρκειας για την αντιμετώπιση δυσκολιών που προκύπτουν από την παρούσα κατάσταση.

Η απώλεια εργασίας για το Σ.11 δημιούργησε ένα αίσθημα κατωτερότητας για τον εαυτό του και μείωσε την αυτοεκτίμησή του. Η στέρηση μιας σταθερής πηγής εισοδημάτων για την οικογένειά του του προκάλεσε έντονο άγχος και στρες. Ύστερα από αρκετές αποτυχημένες προσπάθειες εύρεσης εργασίας, ένωσε έντονα το αίσθημα της απαισιοδοξίας και οδηγήθηκε στην αδράνεια και την απομόνωση. Για το Σ.11, ο οποίος πιστεύει στη ψυχολογική υποστήριξη ανέργων, ο ιερέας αντικατέστησε τον σύμβουλο, τον ενθάρρυνε και του πρότεινε στρατηγικές αναζήτησης εργασίας.

4.2.4 Επιλεκτική κωδικοποίηση (selective coding)

Κατά την επιλεκτική κωδικοποίηση αναδείχτηκε ως κεντρικό φαινόμενο η εξωτερίκευση συναισθημάτων σε περίοδο ανεργίας. Όλες οι άλλες κατηγορίες σχετίζονται με αυτή με άμεσο ή έμμεσο τρόπο. Η κατηγορία αυτή αναδεικνύει το εύρος των συναισθημάτων και τις ψυχολογικές αλλαγές που εμφανίζονται κατά τη διάρκεια της ανεργίας. Στο στάδιο της απώλειας της εργασίας μέσα από το δείγμα εντοπίστηκε θυμός, άγχος, κατάθλιψη, μείωση αυτοεκτίμησης και αποδοχή της

κατάστασης, ενώ στο στάδιο αναζήτησης εργασίας εντοπίστηκε αρχικά ενθουσιασμός και στη συνέχεια στασιμότητα και απογοήτευση.

Με βάση την παραπάνω κεντρική κατηγορία προέκυψαν τα παρακάτω συμπεράσματα: Είναι σημαντικό να διαφοροποιούνται οι ηλικιακές ομάδες σε σχέση με την εμπειρία της ανεργίας και να εξετάζονται χωριστά οι επιπτώσεις της. Οι νέοι άνθρωποι που ξεκινούν τώρα τη δημιουργία της καριέρας τους, νιώθουν μπερδεμένοι και απογοητευμένοι που αναγκάζονται εξαιτίας της ανεργίας τους να εξαρτώνται οικονομικά και κοινωνικά από την οικογένεια τους. Αναδείχθηκαν παράγοντες οι οποίοι συντελούν ώστε η ατομική ανεργία να μη βιώνεται με τόσο έντονο τρόπο και αυτοί είναι: το σύγχρονο κοινωνικό πλαίσιο της Ελλάδας, δηλαδή η γενικότερη ανεργία που βρίσκεται σε υψηλά επίπεδα, η ύπαρξη ενός συζύγου που δεν είναι άνεργος και η διάθεση του χρόνου σε ευχάριστες δραστηριότητες. Η ανεργία επηρέασε και τη συμπεριφορά του άνεργου και οδήγησε σε μειωμένη κοινωνική κινητικότητα και σε τάσεις απομονωτισμού καθώς ο άνεργος αφενός νιώθει μειονεκτικά και ντρέπεται για την κατάσταση που βιώνει και αφετέρου αισθάνεται πως δεν μπορεί να ανταποκριθεί οικονομικά στις κοινωνικές υποχρεώσεις. Οι συζυγικές και γενικότερα οι οικογενειακές σχέσεις, επηρεάζονται έντονα από την ανεργία, γιατί ο εξωτερικός θυμός του άνεργου μπορεί να μετακινηθεί μέσα στην οικογένεια και να οδηγήσει σε επιθετική και απερίσκεπτη συμπεριφορά προς τη/το σύζυγο και προς το παιδί. Χωρίς να παραγνωρίζεται σε καμία περίπτωση η σημασία των οικογενειακών σχέσεων για τη συναισθηματική στήριξη των ανέργων, δίνεται έμφαση και στο φιλικό περιβάλλον όπου το άνεργο άτομο δέχεται την πλήρη και άνευ όρων αποδοχή και υπάρχει ταύτιση προβλημάτων. Η Συμβουλευτική υποστήριξη απέναντι στο πρόβλημα της ανεργίας, αντιμετωπίστηκε θετικά από την πλειονότητα των συνεντευξιαζόμενων και είχε ως κύριο άξονα τη σωστή και πιο αποτελεσματική διαχείριση των αρνητικών συναισθημάτων που προκαλούνται από την ανεργία.

Πίνακας 3. Κυριότερα συμπεράσματα της έρευνας

Θεματικές κατηγορίες που σχετίζονται άμεσα ή έμμεσα με την εξωτερική συναισθημάτων σε περίοδο ανεργίας

1. Διαφοροποίηση ανάλογα με τις ηλικιακές ομάδες.
 2. Ύπαρξη ευνοϊκών παραγόντων ώστε να μη βιώνεται με έντονο τρόπο η ανεργία.
 3. Μειωμένη κοινωνική κινητικότητα-τάσεις απομονωτισμού.
 4. Κρίση στις οικογενειακές σχέσεις.
 5. Στήριξη από το οικογενειακό περιβάλλον.
 6. Θετική αντιμετώπιση της συμβουλευτικής υποστήριξης από την πλειονότητα του δείγματος, χωρίς όμως προσωπική αναζήτηση.
-

Κεφάλαιο Πέμπτο

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Τα ευρήματα που συλλέχθηκαν μέσω αυτής της έρευνας παρουσίασαν παρόμοια μοτίβα συναισθημάτων με αυτά που περιεγράφηκαν στα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών. Στο κομμάτι της απώλειας της εργασίας εντοπίστηκε σοκ, θυμός, φόβος, κατάθλιψη και αποδοχή, ενώ στην αναζήτηση εργασίας αντίστοιχα εντοπίστηκε αισιοδοξία, στασιμότητα και απογοήτευση. Χαρακτηριστικό είναι το απόσπασμα από τη Σ1 που ακολουθεί:

Στην αρχή όταν «τρως» την πρώτη απογοήτευση ό,τι απολύεσαι σίγουρα νιώθεις τα συναισθήματα της απογοήτευσης, είναι φυσικό επακόλουθο αυτό. Μετά όμως λες ότι: «θα το παλέψω, θα προσπαθήσω, δεν είμαι η μόνη είναι πολλοί, θα προσπαθήσω να κάνω το αδύνατο δυνατό και να βρω δουλειά». Βγαίνεις στην αγορά, έχεις αυτήν την αυτοπεποίθηση, αυτή όμως μειώνεται όσο περνάει το χρονικό διάστημα και δε βρίσκεις δουλειά, μειώνεται αυτή η αυτοπεποίθηση και έρχονται τα αντίθετα συναισθήματα....περνάς πολλά στάδια και τα βάζεις με τον εαυτό σου.

Όλη αυτή η πορεία των συναισθημάτων επαληθεύει και επιβεβαιώνει το μοντέλο «συναισθηματικό τρενάκι του λούνα-πάρκ» των Amundson και Borgen (1982).

Είναι ενδιαφέρον επίσης να αναφέρουμε πως από το σύνολο των συμμετεχόντων περιεγράφηκε το αποτέλεσμα «yo – yo» των Borgen και Amundson (1987) που συνέβη κατά τη διάρκεια της φάσης της αναζήτησης εργασίας. Οι άνεργοι στρέφονταν για συναισθηματική υποστήριξη στην οικογένεια ή στους φίλους και με τη βοήθειά τους προσπαθούσαν να ισορροπήσουν, να νιώσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση για το χειρισμό αυτών των συναισθημάτων και να συνεχίσουν τις προσπάθειες για αναζήτηση εργασίας. Η Σ5 μας περιγράφει:

Συζητούσα περισσότερο με το σύζυγο.... Τα διαστήματα που έψαχνα για δουλειά ήμουν λίγο καλύτερα ψυχολογικά γιατί θεωρούσα πως η αυτοεκτίμηση μου ανέβαινε, προσπαθώ και ίσως γίνει κάτι, μετά όμως έρχονταν πάλι η απογοήτευση, πάλι ξανά τα ίδια και τα ίδια, πάλι δεν έγινε τίποτα.....

Επιπλέον το κυριότερο πρόβλημα της ανεργίας που επισημάνθηκε από το δείγμα ήταν εκτός από το οικονομικό, η μείωση της αυτοεκτίμησης, όπως επισημάνθηκε και από τη μελέτη των Winegarden, Simonetti, & Nykodym (1984). Ενδεικτικά είναι τα ακόλουθα αποσπάσματα από τη Σ8 και το Σ11 αντίστοιχα:

Όταν είσαι άνεργος χάνεις, ας πούμε, και μια καλή εικόνα που θα μπορούσες να έχεις για τον εαυτό σου..

Από την αρχή αισθάνεσαι μειωμένος σαν άνθρωπος, ότι δε μπορείς να ανταπεξέλθεις στα βασικά του σπιτιού, να βοηθήσεις την οικογένεια σου.....

Το προσωπικό υπόβαθρο, η οικονομική κατάσταση και οι εμπειρίες του κάθε συνεντευξιζόμενου καθόρισαν το χαμηλό ή υψηλό «στρες προσαρμογής» (Jones,1989) με το οποίο βίωσαν την εμπειρία της ανεργίας. Χαμηλό «στρες προσαρμογής» αναδεικνύεται από την απάντηση του Σ10:

...αν είσαι μοναδικός λες πως φταίω εγώ, κάτι δεν κάνω σωστά... αλλά από τη στιγμή που βλέπεις ότι δουλειά τώρα δε βρίσκουνε κάποιιοι οι οποίοι έχουνε προσόντα, έχουνε πτυχία, λες ότι έτσι πάει, απλά προσπαθείς να επιβιώσεις, λες ότι θα περάσειεγώ προσωπικά δεν έχω αρνητικά συναισθήματα.

Ενώ στη δεύτερη κατηγορία, υψηλού «στρες προσαρμογής», ανήκει όλο το υπόλοιπο δείγμα το οποίο παρουσιάζεται ανήσυχο, αλλά συνεργάσιμο:

Θα το παλέψω.. προσωπικά θα τα καταφέρω. (Σ8)

...είμαι πιο έτοιμη τώρα πια να οργανωθώ για να βρω μια δουλειά. (Σ9)

Η ανεργία επηρεάζει την προσωπική, κοινωνική και ψυχολογική ζωή του ανέργου. Ο κάθε άνεργος βιώνει, ερμηνεύει και αντιμετωπίζει την ανεργία με το δικό του προσωπικό τρόπο, ανάλογα με το χρονικό διάστημα της ανεργίας, τις μελλοντικές προσδοκίες, τις υποχρεώσεις εάν υπάρχουν μέσα στην οικογένεια και ένα πλήθος άλλων προσωπικών παραγόντων. Δημιουργούνται όμως οι εξής

προβληματισμοί: Ποιο είναι το μέλλον της ψυχικής υγείας αυτών των ανθρώπων; Πώς ο άνεργος θα ξαναχτίσει την εικόνα του εαυτού του; Μήπως ο ρόλος και το έργο των συμβούλων απασχόλησης σε κρατικούς φορείς, όπως ο Ο.Α.Ε.Δ., θα πρέπει να διευρυνθεί προς τη συμβουλευτική υποστήριξη των ανέργων, αφού βέβαια προηγηθεί η ανάλογη εκπαίδευσή τους; Πώς μπορεί η συμβουλευτική να κινηθεί μέσα σε όλα αυτά;

Ένας σύμβουλος μέσα από μια επαγγελματική σχέση με τους ανέργους αρχικά θα πρέπει να είναι ένας καλός ακροατής με εν συναίσθηση, ο οποίος θα δέχεται τα μηνύματα που στέλνει ο συνομιλητής του, θα τα κατανοεί και θα ανταποκρίνεται σε αυτά. Για τους ανέργους το να τους ακούσει κάποιος θα μπορούσε να τους βοηθήσει να αποβάλλουν το συναισθηματικό τους βάρος και να αρχίσουν να αισθάνονται πιο ανάλαφροι ψυχικά. Κατευθύνοντας ο σύμβουλος τη συζήτηση προς πιο θετικές πλευρές της ζωής και στα μέχρι τώρα επιτεύγματά τους, μπορεί ίσως να συμβάλλει στην απόκτηση μιας ισορροπίας μέσα στην καθημερινότητά τους. Ίσως μόνο τότε μπορέσουν να προχωρήσουν προς τους τρόπους αντιμετώπισης άλλων δυσκολιών και συγκεκριμένα στην επιστροφή τους στην αγορά εργασίας με κάποιες νέες ιδέες και αισιοδοξία.

Η συμβουλευτική υποστήριξη των ανέργων πρέπει να ανταποκριθεί στα μεταβαλλόμενα συναισθήματά τους και στις ανάγκες που παρουσιάζουν, για αυτό πρέπει να είναι ευέλικτη και τακτική. Με τη βοήθειά της ο άνεργος αποδέχεται και εξωτερικεύει τα συναισθήματά του μέσα σε ένα υγιές πλαίσιο και προσπαθεί να τα διαχειριστεί. Επιπλέον η ύπαρξή της μπορεί να βοηθήσει τον άνεργο να αναγνωρίσει την αιτία που τον οδήγησε σε συναισθήματα κατωτερότητας και μειονεξίας και έτσι να τον προσανατολίσει να αναπτύξει σταδιακά μία θετική στάση προς τον εαυτό του εστιάζοντας στις δυνατότητες και τα ταλέντα που έχει. Δυστυχώς όμως σήμερα η στήριξη αυτή για τους ανέργους φαίνεται να λείπει από τα υπάρχοντα θεσμικά όργανα. Την πολιτεία την απασχολούν κυρίως οι βιοποριστικές συνέπειες της ανεργίας, ενώ οι συνέπειες στη ψυχική υγεία του ατόμου υποβαθμίζονται και προσπερνιούνται. Ο άνεργος, από την άλλη, προσπαθεί να διαχειριστεί την εμπειρία της ανεργίας τις περισσότερες φορές μόνος του ή με τη βοήθεια της οικογένειάς του και των φίλων του. Δεν αναζητά εξειδικευμένο προσωπικό είτε γιατί δεν έχει την οικονομική άνεση, είτε γιατί δε γνωρίζει εάν υπάρχουν δομές ψυχολογικής

υποστήριξης στις τοπικές κοινότητες, είτε λόγω προκατάληψης να αναζητήσει και να δεχθεί βοήθεια από ψυχολόγο ή σύμβουλο.

Από την άλλη, οι ραγδαίες εξελίξεις στη σύγχρονη αγορά εργασίας δημιουργούν μία επαγγελματική κουλτούρα που βασίζεται στην ενεργοποίηση, την κινητικότητα και την ευελιξία των ατόμων. Αυτοί δηλαδή που αναζητούν εργασία καλούνται πολλές φορές να αποκτήσουν καινούργιες δεξιότητες, πέρα από αυτές που ήδη κατέχουν, να επανακαθορίσουν τον επαγγελματικό τους προσανατολισμό και να εκπαιδευτούνε ξανά σε κάποιο καινούργιο αντικείμενο. Θα πρέπει επομένως να γίνει σαφές στους νέους πως το αντικείμενο απασχόλησής τους στο μέλλον ίσως δε θα έχει συνάφεια με τις σπουδές που επέλεξαν οι ίδιοι να πραγματοποιήσουν βασισμένοι στις κλίσεις τους και τις ικανότητές τους. Από την άλλη, και ο μεσήλικας άνεργος, που έχει στο βιογραφικό του χρόνια εμπειρίας και εξειδίκευσης σε κάποιο τομέα, να χρειαστεί να επανεκπαιδευτεί με κάποιο τρόπο για να ξαναβγεί στην αγορά εργασίας. Όλα αυτά πιθανό να προκαλέσουν σύγχυση, πανικό και τελικά να οδηγήσουν στην αδράνεια και στην περιθωριοποίηση ορισμένων ατόμων. Οι έννοιες της ενεργοποίησης, της βελτίωσης του εαυτού μας, της ευελιξίας, της επίτευξης ατομικών στόχων είναι στοιχεία που θα πρέπει να χαρακτηρίζουν την εικόνα όχι μόνο του ανέργου που σκέφτεται και αντιδρά σε αυτό που βιώνει, αλλά και κάθε εργαζομένου. Χωρίς όμως τις ανάλογες νομικές ρυθμίσεις, τους κατάλληλους θεσμούς, τις διαδικασίες και τους μηχανισμούς ελέγχου από την πλευρά της πολιτείας, ο άνεργος θα δυσκολευτεί να τα πετύχει όλα αυτά. Χρειάζεται κάποιον αρωγό στον αγώνα του που θα τον αντιμετωπίζει όχι μόνο σαν αριθμό αλλά και σαν άνθρωπο με κοινωνικές ρίζες και ψυχολογικές αντιδράσεις.

Η ανεργία ήταν και εξακολουθεί να είναι μία πιθανότητα για τον κάθε ενήλικα εργαζόμενο. Κάποιες πηγές λένε ότι θα συνεχίσει να αυξάνεται λόγω της παρατεταμένης οικονομικής ύφεσης και άλλοι διαφωνούν και επιβεβαιώνουν ότι οι θέσεις εργασίας παραγωγής θα αυξηθούν. Σε κάθε περίπτωση το πρόβλημα της ανεργίας είναι ένα από τα σοβαρότερα κοινωνικά προβλήματα της χώρας που οφείλει η πολιτεία και η κοινωνία να το διαχειριστεί με περισσότερη υπευθυνότητα και σωστό προγραμματισμό, έτσι ώστε να ανοίξει δρόμους σε κάθε εργαζόμενο-άνεργο και να τον βοηθήσει να το αντιμετωπίσει ως πρόκληση για την εξέλιξη του εαυτού του και των δυνατοτήτων του.

Βιβλιογραφικές αναφορές

- Abramovitz, M. (1990). Unemployment: A women's view. *Journal of International and Comparative Social Welfare*, 6:1-2, 38-58.
- Amundson, N.E. (1993). Mattering: A foundation for employment counseling and training. *Journal of Employment Counseling*, 30, 146-152 .
- Amundson, N.E., & Borgen, W.A. (1982). The dynamics of unemployment: job loss and job search. *The Personnel and Guidance Journal*, 60,562-564.
- Amundson, N.E., & Borgen, W.A. (1987). Coping with unemployment: What helps and what hinders. *Journal of Employment Counseling*, 97-106.
- Borgen, W.A., & Amundson, N. E. (1987). The dynamics of unemployment. *Journal of Counseling and Development*, 66, 180-184.
- Borgen, W.A., Amundson, N.E., McVicar, J. (2002). The experience of unemployment for fishery workers in newfoundland: what helps and hinders. *Journal of Employment Counseling*, 39, 117-126.
- Βάβουρας, Σ. Ι.(2005). *Οικονομική πολιτική*. Αθήνα: Παπαζήση.
- Βοσνιάδου, Σ. (2001). *Εισαγωγή στην ψυχολογία*. Τόμος Α'. Αθήνα: Gutenberg.
- Cohen, L. & Manior, L. (1994). *Μεθοδολογία εκπαιδευτικής έρευνας*. Αθήνα: Μεταίχμιο
- Δεδουσόπουλος, Α. (2000). *Πολιτική οικονομία της αγοράς εργασίας*. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Δημητρόπουλος, Ε. Γ. (1994). *Εισαγωγή στη μεθοδολογία της επιστημονικής έρευνας*. Αθήνα : Έλλην.
- Δημητρόπουλος, Ε. Γ. (2001). *Εισαγωγή στη μεθοδολογία επιστημονικής έρευνας. Ένα συστημικό δυναμικό μοντέλο*. Αθήνα : Έλλην.
- Δημητρόπουλος, Ε. Γ. (2002). *Αναζητώντας εργασία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Filliozat, I. (2001). *Η νοημοσύνη της καρδιάς*. Αθήνα: Ενάλιος

Fineman, S. (1983). Counselling the unemployed-Help and helplessness. *British Journal of Guidance and Counselling*, 11:1,1-9.

Ζαφειρόπουλος, Κ. (2005). *Πώς γίνεται μια επιστημονική εργασία; Επιστημονική έρευνα και συγγραφή εργασιών*. Αθήνα: Κριτική ΑΕ.

Geldard, K. & Geldard, D. (2004). *Η Συμβουλευτική ψυχολογία στα παιδιά. Θεωρία-Εφαρμογές*. Αθήνα: Ελληνικά γράμματα.

Ιωσηφίδης, Θ. (2008). *Ποιοτικές μέθοδοι έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες*. Αθήνα: Κριτική ΑΕ.

Jones, L.P. (1989). A typology of adaptations to unemployment. *Journal of Employment Counseling*, 26, 50-59.

Καλούρη – Αντωνοπούλου, Ρ. (1999). *Γενική ψυχολογία*. Αθήνα: Έλλην.

Καρακιουλάφη, Χ. (2013). Το βίωμα της ανεργίας και η αντίληψη της εργασίας. Η περίπτωση των καλλιτεχνικών επαγγελματιών. Στο: Μ.Σπυριδάκη (Επιμ.), *Ανεργία και εργασιακή ανασφάλεια. Όψεις ενός εμμένοντος κινδύνου* (σελ.121-150). Αθήνα: Αλεξάνδρεια.

Κούτρας, Σ. Κ. (2005). *Πειστικός λόγος*. Τόμος Α΄. Αθήνα: Σαββάλας.

McLeod, J. (2003). *Εισαγωγή στη συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο

Peregoy, J. J. & Schliebner, C. T. (1990). Long-term unemployment: Effects and counseling interventions. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 13, 193-204.

Schliebner, C.T. & Peregoy, J. J. (1994). Unemployment effects on the family and the child: Interventions for counselors. *Journal of Counseling & Development*, 72, 368-372.

Steinweg, D. A. (1990). Implications of current research for counseling the unemployed. *Journal of Employment Counseling*, 27, 37-41.

Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research. Grounded theory procedures and techniques*. Newbury Park:Sage

Σαραφίδου, Γ. (2011). *Συνάρθρωση ποσοτικών & ποιοτικών προσεγγίσεων. Η εμπειρική έρευνα*. Αθήνα : Gutenberg.

Σπυριδάκης, Μ. (2013). Εργασιακή ανασφάλεια. Ιστορικές διαδρομές και κοινωνικές διαστάσεις. Στο: Μ. Σπυριδάκη (Επιμ.), *Ανεργία και εργασιακή ανασφάλεια. Όψεις ενός εμμένοντος κινδύνου* (σελ11-55). Αθήνα: Αλεξάνδρεια.

Winegardner, D., Simonetti, J. L. & Nykodym, N. (1984). Unemployment: The living death ? *Journal of Employment Counseling*, 21, 149-155.

Ελληνική Στατιστική Αρχή (2013). Δελτίο Τύπου : Έρευνα Εργατικού Δυναμικού: Σεπτέμβριος 2013.

http://www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE/BUCKET/A0101/PressReleases/A0101_SJO02_DT_MM_09_2013_01_F_GR

Προσπελάστηκε στις 11 Δεκεμβρίου 2011

Παράρτημα

Σχήμα 1: «Συναισθηματικό τρενάκι του λούνα-πάρκ» (Amundson & Borgen, 1982).

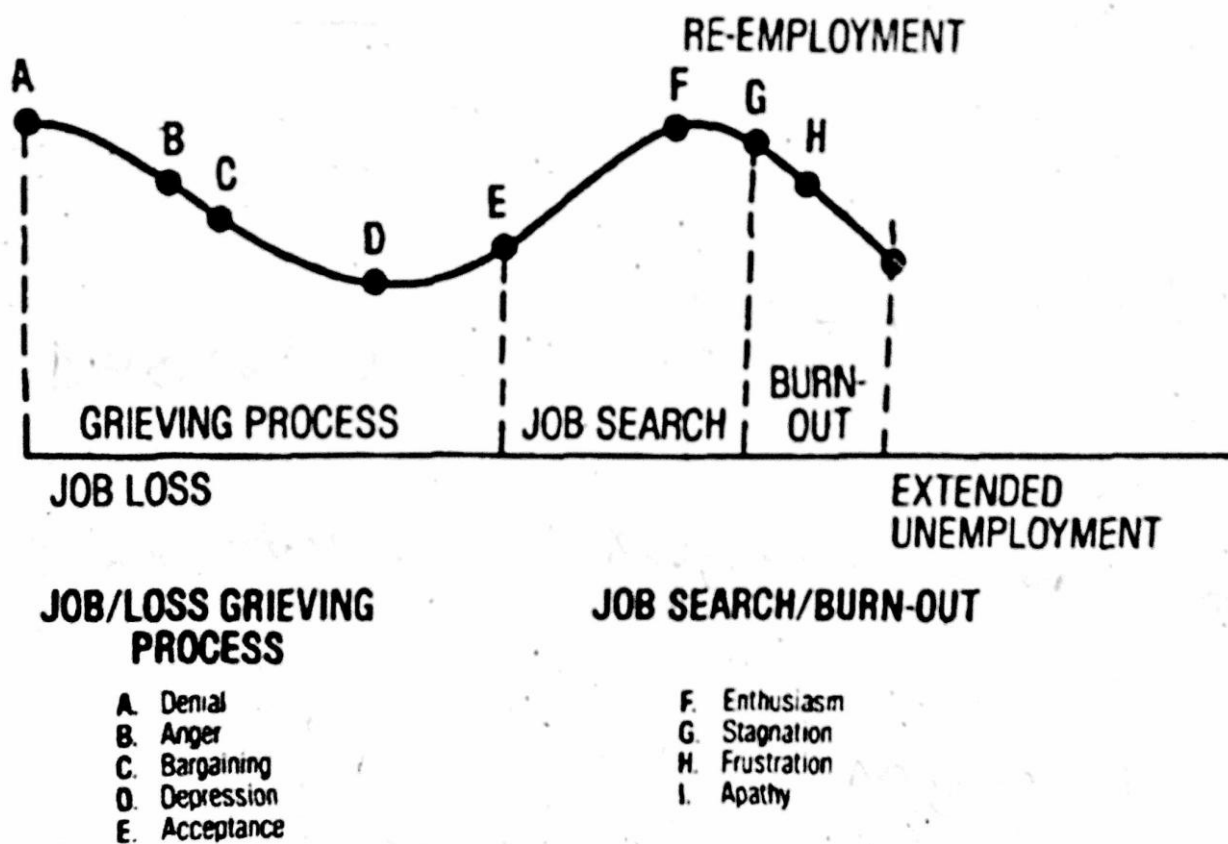


FIGURE 1

The Experience of Unemployment

Σχήμα 2: Συναισθηματικές αντιδράσεις γυναικών για την απώλεια της θέσης εργασίας τους και για την αναζήτηση εργασίας (Borgen & Amundson, 1987).

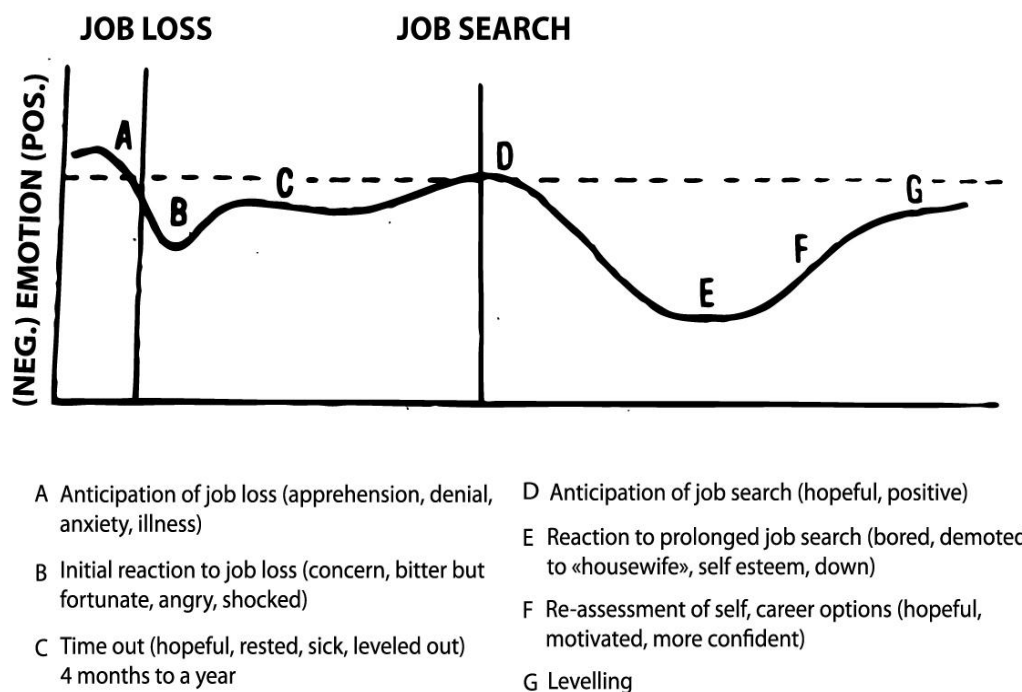


FIGURE 2

Οδηγός συνέντευξης – Ερωτηματολόγιο:

1. Αναφερθείτε αναλυτικά στην εργασιακή σας πορεία (από ποια ηλικία ξεκινήσατε να εργάζεστε, υπήρχε σταθερό αντικείμενο απασχόλησης ή όχι, εμφανίζεστε για πρώτη φορά στην αγορά εργασίας).
2. Ποιοι είναι οι λόγοι που σας οδήγησαν στην ανεργία(τελευταία εργασία, χρονικό διάστημα ανεργίας);
3. Περιγράψτε μας συναισθήματα που βιώνετε τώρα που είστε άνεργος.
4. Επιρρίψατε καθόλου ευθύνες στον εαυτό σας για την κατάσταση που είστε τώρα;
5. Εντοπίσατε αλλαγές στη συμπεριφορά σας τώρα που είστε άνεργος/η απέναντι στην οικογένειά σας ή στο ευρύτερο φιλικό σας περιβάλλον;
6. Στην καθημερινότητα σας πώς αντιμετωπίζετε την έλλειψη εργασίας (δραστηριότητες με τις οποίες ασχολείστε και σας ικανοποιούν);
7. Νιώσατε την ανάγκη να εξωτερικεύσετε τα συναισθήματά σας και, εάν ναι, σε ποιους;
8. Βρήκατε ψυχολογική στήριξη από αυτά τα πρόσωπα;
9. Αναζητήσατε οργανωμένες δομές συμβουλευτικής υποστήριξης ανέργων;
10. Πιστεύετε πως οι άνεργοι χρειάζονται συμβουλευτική υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό;

Ανοχή κωδικοποίηση

| Συνταξιακός ορίσμος | Διάρκεια ανεργίας | Συνολικό διάστημα ανεργίας | Εργασιακή εμπειρία σε αντικείμενο απασχόλησης | Αίτια Ανεργίας | Αίτια συνεχιζόμενης ανεργίας | Συνγκείμενο | Προβληματισμοί για τη μη εύρεση εργασίας | Αρνητικά Συνασθήματα & Συμπεριφορά | Κοινωνική ζωή κατά τη διάρκεια της ανεργίας | Συνασθηματική αντιμετώπιση | Κορίφωση απογοήτευσης | Απόψεις για συμβουλευτική υποστήριξη | Διεξόδοι | Συμβολισμός ανεργίας |
|---------------------|--|----------------------------|---|--|---|-------------|---|--|---|--|---|--------------------------------------|--|---|
| Σ.1 | 3 έτη | 23 έτη | Όχι | Μη προσωπική ευθύνη- "κακή συνεργασία" | "Ο μεγάλος αριθμός των ανέργων" | Μεγάλο ρόλο | Έντονοι, είμαι σύγχυσι, είμαι σίγουρη ότι θα μου το φέρει η ζωή, γιατί ενώ έχω αλλάξει άρα θα αλλάξει και η ζωή απέναντί μου" | Απόγνωση Αβεβαιότητα Ανοσφάλεια Οδύνη Άγχος Απώλεια αυτοπεποίθησης Απώλεια αυτοεκτίμησης Θυμός, Οργή Κατάθλιψη | Οικονομικά προβλήματα απομόνωση και από οικογένεια και από φίλους | Δύσκολη, χρειάζεται μεγάλο συνασθηματικό απόθεμα, θρησκευτικό-πνευματικός πατέρας-ιερέας | Αρχίζει η πάλι και η διαμάχη με τον εαυτό σου | Όχι αρνητική ιδιαίτερα επιφυλακτική | Χρόνος για άδληση διατροφή, κοινωνικές επαφές, εθελοντισμός | Του να, φαύλος κύκλος, ελεύθερη πτώση στο πουθενά |
| Σ.2 | 10 μήνες (εκατάδε υπικός σε διαθεσιμότητα) | 14 έτη | Ναι | Μη προσωπική ευθύνη | Προσωπική ευθύνη : επέδουσε σε έναν μόνο επαγγελματικό χώρο | Μεγάλο ρόλο | Παράτηρη, διάθεση να είσαι με αυτούς που είναι στην ίδια θέση με σενα | Παράτηρη, διάθεση να είσαι με αυτούς που είναι στην ίδια θέση με σενα | Δεν υπάρχει ανατροφοδότηση η το σύνολο των απολυμένων έχει διασπαστεί | Υποστήριξη από συναδέλφους και οικογένεια | Υποστήριξη από φίλους | Όχι αρνητική | Διαμαρτυρίες, δουλειές μέσα στο σπίτι, κοινωνικές επαφές | Καμία αναφορά |
| Σ.3 | 10 μήνες | 0 | 0 | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Έντονοι, τα κριτήρια εύρεσης εργασίας όμως συνεχίζουν να υπάρχουν | Άγχος, στεναχώρια, "ενοχή απέναντι στους γονείς μας γιατί οικονομικά στηρίζομαστε σε αυτούς" | Καμία ιδιαίτερη αλλαγή | Υποστήριξη από φίλους | "Δεν είμαστε οικονομικά ανεξάρτητοι, δεν μπορούμε να ασκήσουμε το επάγγελμα που σπουδάσαμε" | Δεν αρνητική | Δωρεάν σεμινάρια, επαφή με εργοδότες για αποστολή βιογραφικών, έξοδοι | Καμία αναφορά |
| Σ.4 | 8 μήνες | 0 | 0 | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Έντονοι, τα κριτήρια εύρεσης εργασίας όμως συνεχίζουν να υπάρχουν | Άγχος, κόπωση, ενοχή απέναντι στους γονείς, νεύρα και έσπασματα οργής κυρίως προς τη μητέρα | Όχι ιδιαίτερη αλλαγή | Συζήτηση με φίλους συμβουλευτές από οικογένεια | "Ψυχοφόρα κατάσταση, δεν έχεις κάτι να περμένεις για την επόμενη μέρα, περνά τα χρόνια μας χωρίς να κάνουμε τίποτα δεν υπάρχει ανταμοιβή των κόπων και των προσπαθειών μας" | Όχι αρνητική | Αποστολή βιογραφικών απόκτηση πτυχίων στις ξένες γλώσσες | Καμία αναφορά |
| Σ.5 | 4 έτη | 6 έτη | Μη σταθερή | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Δεν απτελεί προτεραιότητα η εύρεση εργασίας αυτή τη χρονική περίοδο | Στρες, στεναχώρια, νεύρα μέσα στην οικογένεια πλήρη μοναξιά | Απομόνωση, παραμέληση εξωτερικής εμφάνισης | Συζήτηση με οικεία άτομα : σύζυγος, συγγενείς, φίλοι | Ενθουσιασμός αρχικά και μετά απογοήτευση, σκαμπανεβάσματα | Όχι αρνητική | Εγγραφή σε χροετικό σύλλογο, περισσότερη ενασχόληση με το παιδί, γυμναστήριο | Καμία αναφορά |

ΠΙΝΑΚΑΣ 2.Α

Ανοιχτή κωδικοποίηση

| Συνέντευξη ταξινομούμενος | Διάρκεια ανενέργιας | Συνολικό διάστημα εργασίας | Εργασιακή εμπειρία σε συγκεκριμένο αντικείμενο απασχόλησης | Αίτια Ανενέργιας | Αίτια συνεχιζόμενης ανενέργιας | Συγκεκριμένο για τη μη εύρεση εργασίας | Αρνητικά Συναίσθηματα & Συμπεριφορά | Κοινωνική ζωή κατά τη διάρκεια της ανενέργιας | Συναίσθηματική αντιμετώπιση | Κορύφοση απογοήτευσης | Απόψεις για συμβουλευτική υποστήριξη | Διέξοδοι | Συμβολισμός ανενέργιας |
|------------------------------|------------------------|----------------------------------|--|---------------------|---|--|--|--|--|---|--|---|--|
| Σ.6 | 10 μήνες | 0 | 0 | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Εννοιοι, οποιαδήποτε δουλειά, επηρεάζει, ρίχνουμε ευθύνες σε όλους | Οικονομικά προβλήματα, περιμένω το χαρτζιλί από τους γονείς, μένω σπίτι, δεν κάνω κάτι που με ευχαριστεί | Συζήτηση με γονείς, κυρίως με τη μητέρα, συζήτηση με φίλους | "Δεν βρίσκεις ουσία στη ζωή γιατί λείπει η δουλειά" | Όχι αρνητική | Αποστολή βιογραφικών τηλεφωνική επικοινωνία με εργοδότες | Αγώνας |
| Σ.7 | 8 μήνες | 0 | 0 | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Εννοιοι, οποιαδήποτε δουλειά που θα δώσει ένα εισόδημα | Δεν έχεις όρεξη να κάνεις πράγματα, μένω σπίτι | Συζήτηση με φίλους | "Δεν βρίσκεις ουσία στη ζωή γιατί λείπει η δουλειά" | Όχι αρνητική | Αποστολή βιογραφικών συνεντεύξεις, σπίτι | Καμία αναφορά |
| Σ.8 | 12 μήνες | 5 μήνες | Όχι | Μη προσωπική ευθύνη | Μη προσωπική ευθύνη | Μεγάλο ρόλο | Εννοιοι, επάγγελμα συναφές με το αντικείμενό μου | Καμία ιδιαίτερη αλλαγή προσαρμόσασα να διαχτεύσω αλλού την ενέργειά μου | Αλληλοστήριξη με ανθρώπους που είναι στην ίδια κατάσταση οικογένεια | Δεν εντοπίστηκε | Δεν χρειάζεται | Εθελοντικός διάβασμα μεταπτυχιακό σεμινάρια | Λαβύρινθος |
| Σ.9 | 3 έτη | 4 έτη | Ναι | Μη προσωπική ευθύνη | Παροδική ενιοχή | Μεγάλο ρόλο | Εννοιοι | Ανασφάλεια, νεύρα και επιθετικότητα απέναντι σε τρίτους, νιώθει "άχρηστη" στεναχώρια, απόγνωση | Υποστήριξη από το σύζυγο και το φιλικό περιβάλλον, δύναμη από το παιδί | Άρνηση | Όχι αρνητική | "Δουλειές στο σπίτι βοήθησε στη δουλειά του συζύγου, ασχολούμαι πολύ με το internet, ασχολούμαι περισσότερο με εμένα και εξωτερικά και εσωτερικά" | Βυθός ή πόρτα αναλόγως με τα συνασθήματα που νιώθεις |
| Σ.10 | 2 έτη | 20 έτη | Όχι | Μη προσωπική ευθύνη | "Η κρίση" | Μεγάλο ρόλο | Εφθουχασμός | Καμία ιδιαίτερη αλλαγή | Από τους γονείς του και τη σύζυγο | Δεν εντοπίστηκε | Όχι αρνητικός | "Μαύρη εργασία" | Καμία αναφορά |
| Σ.11 | 2 έτη | 13 έτη | Αλλαγή εργοδότην αλλά σταθερό αντικείμενο απασχόλησης. | Μη προσωπική ευθύνη | Αρχικά προβληματισμοί για προσωπική ευθύνη οι οποίοι όμως στη συνέχεια εξαφανιστούν | Μεγάλο ρόλο | Εννοιοι, "Δεν μπορώ να κοιμηθώ τα βράδια" | Απομόνωση από το φιλικό περιβάλλον | Ιερέας | Δεν εντοπίστηκε | Όχι αρνητικός | Διάβασμα, περιπάτοι με το σκύλο | Λαβία ύδρα |

Συνέντευξη της Σ.1 :

Ερώτηση: Θέλετε να μου πείτε πού μένετε;

Απάντηση: Ναι, μένω στη Μαρτίου.

Ερώτηση: Σε ποια ηλικιακή ομάδα ανήκετε;

Απάντηση: Ανήκω στην, 44 χρόνων, 45-54, στην τέταρτη ομάδα.

Ερώτηση: Ποιο είναι το μορφωτικό σας επίπεδο; Τι σπουδές δηλαδή έχετε κάνει;

Απάντηση: Έχω τελειώσει το Λύκειο.

Ερώτηση: Ποια είναι η εργασιακή σας πορεία με λίγα λόγια; Από ποια ηλικία δουλεύετε, με τι έχετε ασχοληθεί;

Απάντηση: Δουλεύω από πάρα πολύ μικρή ηλικία, κατευθείαν μετά το Λύκειο. Η πορεία μου η εργασιακή έχει πολλές εναλλαγές. Έχω πιάσει όλους τους κλάδους, έχω πιάσει τα καφέ, έχω δουλέψει σε καφέ, έχω δουλέψει σε εμπορικό κέντρο, το οποίο πουλούσε jeans-ρούχα και στη συνέχεια ασχολήθηκα με δικά μου καταστήματα, με καταστήματα εστίασης.

Ερώτηση: Δηλαδή οι εργασίες σας ήταν διαφορετικές, δεν ήσασταν πολλά χρόνια σε ένα χώρο μόνο.

Απάντηση: Όχι.

Ερώτηση: Τώρα είστε άνεργη;

Απάντηση: Τώρα είμαι άνεργη, εδώ και τρία χρόνια.

Ερώτηση: Πώς φτάσατε σε αυτή τη κατάσταση;

Απάντηση: Πώς έφτασα σε αυτή τη κατάσταση, από μια ατυχία, από μια κακή συνεργασία μάλλον, έφτασα στην κατάσταση αυτή, στη κατάσταση της ανεργίας.

Ερώτηση: Μετά από τόσα χρόνια δουλειάς, από μικρή ηλικία όπως μου είπατε, ποια ήταν τα συναισθήματά σας; Τι βιώσατε;

Απάντηση: Τα συναισθήματα είναι απερίγραπτα, γιατί τη μια στιγμή νιώθεις αυτοπεποίθηση, σιγουριά, νιώθεις ότι είσαι αυτόνομος, ότι μπορείς να καταφέρεις τα

πάντα έχεις εν πάση περιπτώση ένα σταθερό πρόγραμμα, ξέρεις ότι θα ξυπνήσω το πρωί, θα πάω στη δουλίτσα μου, θα πάρω κάποια χρήματα, θα πάρω αυτά τα πράγματα, κανονίζεις το πρόγραμμα σου, νιώθεις σίγουρος ότι μπορείς να ανταπεξέλθεις στην καθημερινότητα. Τη στιγμή που μπαίνεις σε αυτόν τον κύκλο, το φαύλο κύκλο της ανεργίας, εκεί αλλάζουν όλα τα συναισθήματα. Εκεί αισθάνεσαι ότι, νιώθεις ότι έχεις κάνει μια ελεύθερη πτώση στο πουθενά, μια απόγνωση σε πιάνει, «*Τι θα κάνω τώρα;*», «*Πώς θα ανταπεξέλθω σε όλες αυτές τις υποχρεώσεις;*». Είναι πολύ οδυνηρά τα συναισθήματα και πραγματικά πιστεύω πως θέλει πολύ μεγάλη δύναμη ψυχής για να ξεπεράσεις κάποιες καταστάσεις.

Ερώτηση: Είπατε πριν «υποχρεώσεις», είστε παντρεμένη υπάρχουν παιδιά, υπάρχει οικογένεια; Ποια είναι η κατάσταση σας η οικογενειακή;

Απάντηση: Δεν είμαι παντρεμένη, ούτε έχω παιδιά, αλλά οι απαιτήσεις μπορεί να μην είναι οι ίδιες όσον αναφορά έναν οικογενειάρχη, αλλά οι απαιτήσεις είναι πολύ μεγάλες και σαν ελεύθερος άνθρωπος έχεις κάποιες απαιτήσεις από τη ζωή, οπότε είτε μικρές είτε μεγάλες θέλεις να ανταπεξέλθεις σε αυτές και μπαίνεις σε αυτή τη διαδικασία του άγχους ότι όταν σταματάν αυτές οι πηγές, μπαίνεις σε αυτή τη διαδικασία του άγχους και νιώθεις άσχημα συναισθήματα, στεναχωριέσαι λες: «*Πώς θα τα βγάλω πέρα;*», «*Τι θα γίνει;*».

Ερώτηση: Επιρρίψατε κάποιες ευθύνες στον εαυτό σας; Δηλαδή η ανεργία μείωσε καθόλου την αυτοπεποίθησή σας, την αυτοεκτίμησή σας, ήρθατε σε μάχη με τον εαυτό σας;

Απάντηση: Βέβαια αντιμετωπίζεις όλα αυτά τα συναισθήματα, έρχεσαι σε μεγάλη πάλη με τον εαυτό σου πραγματικά, η αυτοεκτίμηση σου κάθε μέρα, μέρα με την μέρα πέφτει. Βγαίνεις στην αγορά και λες ότι νιώθεις σήμερα μια καλή ψυχολογία και λες: «*Σήμερα θα βρω δουλειά*». Γυρνάς στο σπίτι απογοητευμένος γιατί δεν έχεις βρει δουλειά. Όταν αυτό συνεχίζεται και τη δεύτερη, τρίτη μέρα, πέμπτη μέρα, τον πρώτο μήνα, το δεύτερο μήνα, τον τρίτο, τον τέταρτο και φτάσεις το χρόνο, σαφώς και μετά έχεις να κάνεις μια άλλη πάλη, η πάλη ενάντια στον εαυτό σου: «*Μήπως κάτι δεν έκανα εγώ καλά;*» «*Γιατί είμαι σε αυτή την κατάσταση;*». Και αρχίζει η πάλη και η μάχη με τον ίδιο σου τον εαυτό. Περνάς πολλά στάδια όταν είσαι άνεργος.

Ερώτηση: Δηλαδή μπαίνοντας σε αυτή τη φάση, στο να ψάξεις κάτι καινούργιο, έχεις ένα είδος ενθουσιασμού ότι: «Θα προσπαθήσω για κάτι άλλο», «Μπορεί να έρθει κάτι καλύτερο»;

Απάντηση: Στην αρχή όταν «τρως» την πρώτη απογοήτευση ότι απολύεσαι σίγουρα νιώθεις τα συναισθήματα της απογοήτευσης, είναι φυσικό επακόλουθο αυτό. Μετά όμως λες ότι: «Θα το παλέψω, θα προσπαθήσω, δεν είμαι η μόνη, είναι πολλοί, θα προσπαθήσω να κάνω το αδύνατο δυνατό και θα βρω δουλειά». Βγαίνεις στην αγορά, έχεις αυτήν την αυτοπεποίθηση, αυτή όμως μειώνεται όσο περνάει το χρονικό διάστημα και δε βρίσκεις δουλειά, μειώνεται αυτή η αυτοπεποίθηση και έρχονται τα αντίθετα συναισθήματα, ότι τότε αρχίζει η μεγάλη πάλη, αυτό που λέγαμε πριν, «Γιατί δε βρίσκω δουλειά;», «Μήπως έπρεπε να αγωνιστώ και να προσπαθήσω περισσότερο και να αποκτήσω περισσότερα εφόδια;», «Μήπως δε χτυπάω τις σωστές πόρτες;». Περνάς πάρα πολλά στάδια και τα βάζεις με τον εαυτό σου. Τίποτα από αυτά δεν ισχύει, ισχύει ότι δυστυχώς υπάρχουν σε όλους τους κλάδους πολύ μεγάλες ουρές προσμονής, παιδιών που προσμένουν, και υπομένουν πολλά για να βρουν μια θέση εργασίας.

Ερώτηση: Εντοπίσατε κάποια αλλαγή στη συμπεριφορά σας απέναντι σε τρίτα άτομα, σε φίλους, σε οικογένεια ;

Απάντηση: Βέβαια νιώθεις αλλαγή συμπεριφοράς. Όταν δεν έχεις διάθεση, όταν πέφτει η ψυχολογία σου δεν μπορείς να αντιμετωπίσεις το ίδιο τους φίλους σου, ούτε την οικογένεια σου, κανέναν. Η χαμηλή ψυχολογία και αυτοεκτίμηση φέρνει αυτά τα αποτελέσματα: κακή διάθεση, κλείνεις περισσότερες ώρες στο σπίτι σου, δεν έχεις όρεξη, εάν θα σε βγάλουν με το ζόρι φίλοι σου, δε θα συμμετέχεις, δε θα είσαι κοινωνική γιατί εσύ θα σκέφτεσαι και θα είσαι κολλημένη στο πρόβλημα, βέβαια αλλάζουν πάρα πολλά πράγματα.

Ερώτηση: Πιστεύετε ότι περάσετε και από φάση κατάθλιψης;

Απάντηση: Ναι, εν μέρει περνάς από ένα τούνελ κατάθλιψης, που είναι στο χέρι σου και πάλι ή να το περάσεις γρήγορα ή να το αφήσεις να είναι όλο και πιο μακρύ. Πρέπει να βρούμε δύναμη αυτό το τούνελ να το κάνουμε πολύ μικρό με πολύ λίγα χιλιόμετρα και όσο και να πέσει η ψυχολογία μας και όσο να τα βλέπουμε όλα μαύρα, να θυμόμαστε πάντα ότι μετά από μια καταιγίδα, αστραπές, βροντές, κατακλυσμούς

αυτό δεν είναι μόνιμο, πάντα περιμένουμε μια ηλιοφάνεια. Έτσι πιστεύω είναι και στη ζωή μας, αυτά τα συναισθήματα αλλάζουν και αυτό θα ήθελα να μείνει σαν μήνυμα σε όλα τα παιδιά που έχουν να παλέψουν με πολλά και βαθιά συναισθήματα και προβλήματα.

Ερώτηση: Εσείς πώς αντιμετωπίσατε την έλλειψη εργασίας, πώς γεμίσατε την καθημερινότητά σας, τι κάνατε;

Απάντηση: Εγώ, αφού έχω περάσει από όλα αυτά τα στάδια, τα «40 κύματα», είπα ότι δεν πρέπει να παγιώσει αυτή η κατάσταση, ό,τι και να είναι, πρέπει να σηκωθώ, να σταθώ στα πόδια μου, να βγω από αυτό το τούνελ της μιζέριας και της απογοήτευσης και προσπάθησα να βρω τρόπους. Στην αρχή με δυσκολία βγήκα με τις φίλες μου, την επόμενη φορά βγήκα με τους γονείς μου, συζήτησα με τους γονείς μου πώς θα το αντιμετωπίσουμε και άρχισα σιγά σιγά να ανοίγομαι και δεν ξέρω κατά πόσο θα είναι αρεστό αυτό που θα πω, βοηθήθηκα πάρα πολύ και από τον πνευματικό μου. Με στήριξε πάρα πολύ ψυχολογικά, γιατί θα έπρεπε να καταλήξω ή σε κάποιον ψυχολόγο για να ξεπεράσω όλα αυτά τα προβλήματα και βρήκα τον πιο κατάλληλο ψυχολόγο, ο οποίος είναι ο πνευματικός μου, αυτός που ασχολείται σε βάθος με την ψυχή και με στήριξε, με βοήθησε και μου έδωσε την ελπίδα να σταθώ στα πόδια μου και να ξαναβγώ δυνατή στην αγορά εργασίας.

Ερώτηση: Και τώρα πώς γεμίζετε τον ελεύθερό σας χρόνο;

Απάντηση: Τώρα γεμίζω το χρόνο μου, δίνω χρόνο στον εαυτό μου, κάτι που δεν έχω δώσει όλα αυτά τα χρόνια, στο να βρω λίγο χρόνο να αθλούμαι, να ασχολούμαι με τη διατροφή μου, λίγο περισσότερο με τους φίλους μου, την οικογένειά μου και περιστασιακά κάποιες δουλειές που μου αναθέτει ο πνευματικός μου και έτσι γεμίζω το χρόνο μου πολύ δημιουργικά και στο χώρο της εκκλησίας. Όπου δίνεται και η συνέντευξη στην Αχειροποίητο.

Ερώτηση: Δηλαδή προσφέρετε εθελοντική εργασία στην εκκλησία με όλη σας την ψυχή.

Απάντηση: Και βέβαια υπάρχουν και κάποιες ώρες που απασχολούμαι με ανταμοιβή, αλλά περισσότερο ναι, η εργασία μου είναι εθελοντική προς το παρόν.

Ερώτηση: Πιστεύετε ότι για να αντιμετωπίσετε μια τέτοια κατάσταση δύσκολη, χρειάζεται η επικοινωνία με άλλους ανθρώπους; Και εάν ναι, τελικά με ποιους; Μόνο με δικούς μας ανθρώπους, γιατί αναφέρατε πριν την οικογένεια, τους φίλους, τον πνευματικό σας πατέρα; Δεν αναζητήσατε στήριξη από κάποιο πιο εξειδικευμένο προσωπικό: ίσως κάποιο σύμβουλο στο δήμο σας;

Απάντηση: Όχι, δεν έψαξα πιο οργανωμένες δομές, εγώ ξεκίνησα από την οικογένειά μου και από τους φίλους μου. Είναι ένας πολύ κακός σύμβουλος αυτός που σου τρώει το αυτί και σου λέει να κλειστείς στο σπίτι να απομονωθείς, είναι ό,τι χειρότερο, σε αυτήν την περίπτωση. Ένα πρόβλημα μικραίνει όταν διαιρείται, όταν το μοιράζεσαι, μπορείς να το αντιμετωπίσεις καλύτερα, πρέπει να ανοιγόμαστε, να ανοιχτούμε πρώτα από όλα στην οικογένειά μας, να το μοιραστούμε με την οικογένειά μας, γιατί αυτή είναι το βασικότερο χέρι βοήθειας. Μπορεί να μην έχουν την οικονομική στήριξη που θα θέλαμε ίσως, έχουν όμως πολύ πιο σημαντική, την ψυχολογική υποστήριξη, η οποία σε δυναμώνει βαθιά και πραγματικά και μπορείς να αντιμετωπίσεις πιο δυνατά την κατάσταση. Μετά ανοίχτηκα στους φίλους μου, οι οποίοι με βοήθησαν πολύ και αυτοί στο ψυχολογικό κομμάτι, στο να περάσω καλά, στο να χαλαρώσω και μετά ο πνευματικός μου ο οποίος πραγματικά με δυνάμωσε και με ενίσχυσε και μου έβγαλε όλον αυτό το θυμό και την οργή που είχα μέσα μου και μου τον μετέτρεψε σε αγάπη στο να αντιμετωπίσω καλύτερα την κατάσταση.

Ερώτηση: Πώς εκτονώσατε όλη αυτή την οργή; Πώς έβγαινε όλος αυτός ο θυμός;

Απάντηση: Ο θυμός αυτός στην αρχή ,για να μην τον εκδηλώσω, έβγαινε στον ίδιο μου τον εαυτό, αυτό που σας έλεγα πριν, εκεί βγάζεις τον περισσότερο θυμό σαν εκδίκηση ότι: «Δε θα πηγαίνω πουθενά» και « Μέχρι τώρα που πήγαινα τι έκανα», «Δε σε αναγνώρισε κανείς, τώρα δεν έχεις ανάγκη κανένα, είσαι εσύ και ο εαυτός σου», αλλά είναι ο χειρότερος σύμβουλος, όπως σας είπα. Εκεί άρχισα να κλίνομαι περισσότερο στο σπίτι μου, να μην έχω διάθεση για παρέες, να μη θέλω να βλέπω την οικογένειά μου, άρχισα να συρρικνώνομαι, για αυτό είπα ότι είναι ο χειρότερος σύμβουλος αυτός που σου ψιθυρίζει στο αυτί και σου λέει: «απομονώσου, κλείσου» είναι η χειρότερη απόφαση που μπορείς να πάρεις. Για αυτό επιμένω και λέω να ανοιγόμαστε στην οικογένειά μας, στους φίλους μας, στον πνευματικό μας πρώτα από όλα, αν έχουμε, και όχι μόνοι μας.

Ερώτηση: Κάποια συμβουλευτική υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό μέσα από τοπική αυτοδιοίκηση, μέσα από δήμους πιστεύετε σε κάτι τέτοιο; Δεν το αναζητήσατε μου είπατε, πιστεύετε ότι κάτι τέτοιο θα βοηθούσε, κάτι πιο οργανωμένο από τη στιγμή που η ανεργία αυξάνεται σε ποσοστό;

Απάντηση: Δεν το αντιμετωπίζω αρνητικά αλλά δεν μπορώ να απαντήσω, γιατί δε γνωρίζω τι εννοείτε λέγοντας: «οργανωμένο»;

Ερώτηση: Οργανωμένο από κάποιο φορέα με εκπαιδευμένο προσωπικό που θα βρίσκεται στη διάθεση των ανέργων για να ακούσει και να συζητήσει τα προβλήματα των ανέργων.

Απάντηση: Πού μένει, στο επίπεδο συζήτησης ή δραστηριοτήτων;

Ερώτηση: Περισσότερο στο επίπεδο αναγνώρισης, περιγραφής και αντιμετώπισης συναισθημάτων.

Απάντηση : Δεν το παίρνω αρνητικά αλλά ποιος είναι αυτός που γνωρίζει καλύτερα τον εαυτό σου εκτός από τον ίδιο σου τον εαυτό, την οικογένειά σου και τους φίλους σου; Σαφώς και εμπιστεύομαι τέτοιες δομές, θέλω να τις εμπιστεύομαι, δεν τις γνωρίζω, αλλά θέλω να τις εμπιστεύομαι, να μην είμαι αρνητική, αλλά επιμένω στο ότι τη μεγαλύτερη δουλειά και τη δουλειά που μπορούν να κάνουν σε βάθος είναι η οικογένειά σου, οι φίλοι σου, ο ίδιος σου ο εαυτός, αυτοί που σε γνωρίζουν περισσότερο, αυτοί μπορούν να βοηθήσουν άμεσα. Τέτοιες δομές θα ασχοληθούν θεωρώ επιφανειακά.

Ερώτηση: Δηλαδή πιστεύετε πως θα ακούν το πρόβλημα σου αλλά στη ουσία δε θα νοιάζονται, αυτό εννοείται; Δε θα καταλαβαίνουν αυτό που θα νιώθεις εσύ εκείνη τη στιγμή;

Απάντηση: Θα νοιάζονται γιατί θέλουν να πετύχουν και αυτοί, για αυτό ασχολούνται με το συγκεκριμένο, αλλά πιστεύω ότι δεν μπορούν να πιάσουν βάθος, το βάθος που έχει ανάγκη η ψυχή σου και αυτό θέλει ανθρώπους που σε γνωρίζουν πραγματικά. Ένα 50% είναι οι δικοί σου άνθρωποι και το άλλο 50% είναι ο ίδιος σου ο εαυτός. Το βάθος της ψυχής το ξέρουμε μόνο εμείς και στη συνέχεια το άλλο μισό που σας είπα το ξέρουν οι δικοί σου άνθρωποι.

Ερώτηση: Πώς φαντάζεσαι τον εαυτό σου στο μέλλον; Φαντάζεσαι ότι θα έχεις βρει μια άλλη δουλειά; Θα έχεις κάνει δική σου δουλειά; Είσαι έτοιμη να σταθείς στα πόδια σου να ξαναξεκινήσεις;

Απάντηση: Έχω στείλει ένα-δύο βιογραφικά αλλά το θέμα είναι ότι από τη στιγμή που άρχισε η αντίστροφη μέτρηση, να αρχίζω δηλαδή να πιστεύω πάλι στον εαυτό μου και να νιώθω σιγά σιγά ότι ανεβαίνω, είμαι σίγουρη ότι θα μου το φέρει η ζωή, γιατί εγώ έχω αλλάξει, άρα θα αλλάξει και η ζωή απέναντι μου.

Ερώτηση: Σας ευχαριστώ πάρα πολύ.

Απάντηση: Εγώ σας ευχαριστώ, καλή συνέχεια.