

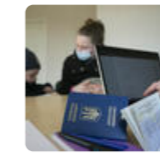
Стартовали толоки под эгидой Дня полезных дел «Сделаем!»
ЭСТОНИЯ - 11.04 12:19



Как местные самоуправления справляются с приемом беженцев
ЭСТОНИЯ - 11.04 12:44



В среду пройдет презентация эскизного проекта улицы Ластекоду
ТАЛЛИНН - 11.04 12:57

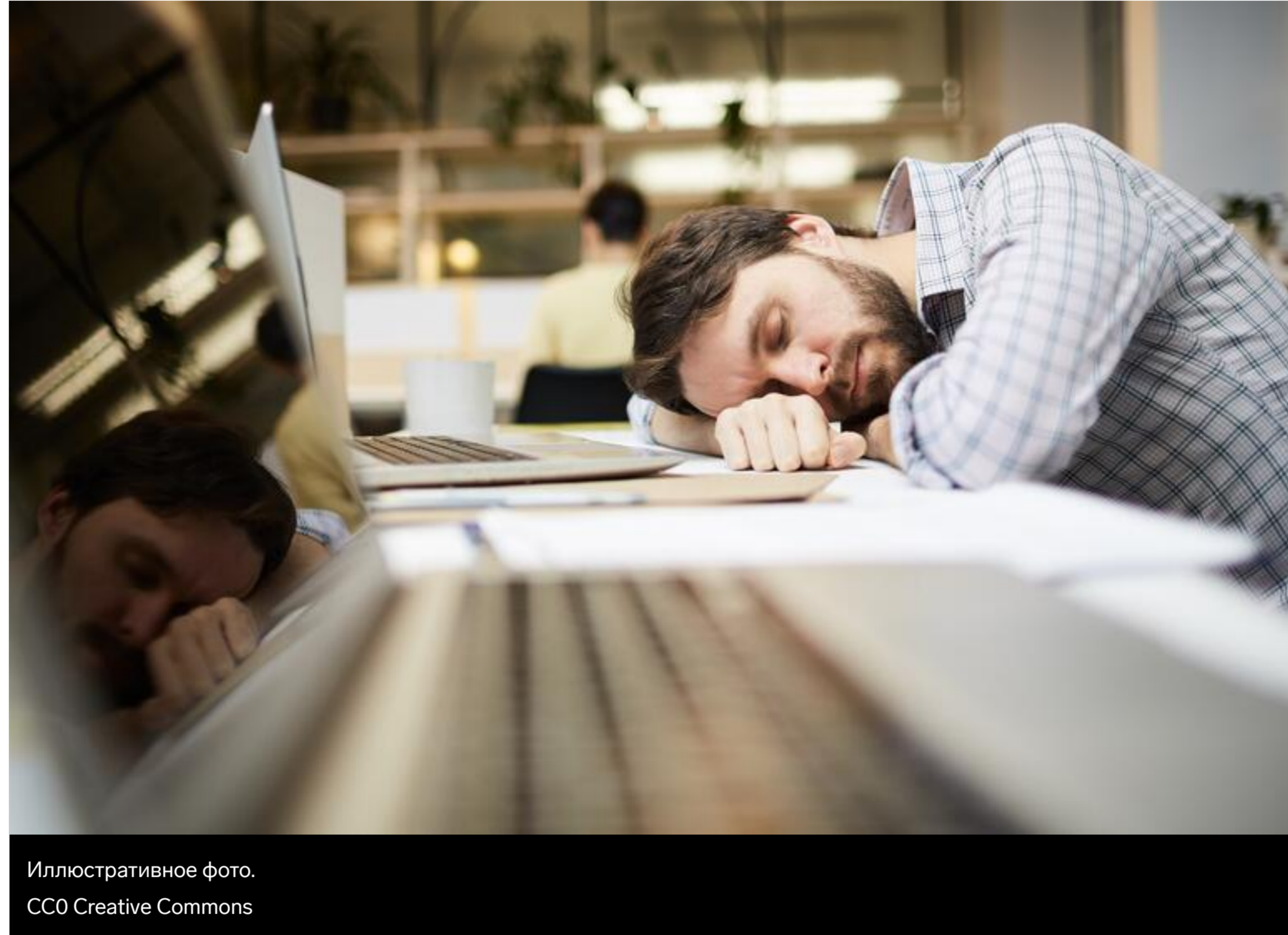


Веры уже не осталось: как сложилась судьба выселенных беженцев
ПО УМОЛЧАНИЮ - 11.04 11:53

Главная / Эстония / Кризис как возможность: понять, что нужно именно вам

ЭСТОНИЯ 23.03 09:38 / 0 комментарии

Кризис как возможность: понять, что нужно именно вам



Иллюстративное фото. CC0 Creative Commons

Стремительное развитие технологий влечет за собой исчезновение ряда профессий. Отныне никто не может быть уверен, что его образование или рабочее место гарантируют стабильность на годы. Такое положение не может не оказывать психологического давления на работников, вне зависимости от специализации и социального статуса.

Роман Кузнецов

stolitsa@tallinnlv.ee

В психологии существует понятие нормативных кризисов развития, это условные этапы человеческой жизни. Наиболее известные из них, пожалуй, подростковый период и кризис среднего возраста. Если в недалеком прошлом это развитие представлялось логичным и последовательным: опыт социализации в детстве, ответственность за первый серьезный выбор в юношестве, образование и начало карьеры в молодости, затем брак и родительство, — то сегодня приходится говорить о более частых кризисах, зачастую накладывающихся друг на друга. И не все способны справиться с ними самостоятельно.

«Прошлые поколения сталкивались именно с кризисами развития, на которые, конечно же, оказывали влияние происходящие события, но при этом их жизненному укладу сопутствовала некая стабильность — выбранная профессия, четкие гендерно-социальные роли, относительно предсказуемое будущее. Сейчас же мы видим иную реальность — быстрое развитие технологий приводит к постоянному появлению новых профессий и уходу старых, глобализация и интеграция экономики неизбежно влияют на всех работников, быстро меняется роль и статус образования», — говорит руководитель центра социально-психологической поддержки Argument психолог Марика Юузе.

Она предлагает трезво оценить складывающуюся в экономике ситуацию. «В ближайшие 5–10 лет около 80% работников коснутся неизбежные перемены — не потому, что они плохие или кто-то виноват, такова ситуация в экономике: никто не может гарантировать себе рабочее место на долгие годы, и неважно — говорим ли мы о престижном рабочем месте или о том, где минимальная зарплата, — рассуждает Юузе. — Поэтому сегодня задача любого работающего человека — это критически оценивать себя и свои навыки, ведь рынок еще не раз будет также оценивать их, но куда в более жесткой форме».

Разумеется, оценить себя, свой опыт и потенциал непросто — тут не помогут кухонные разговоры, нужно мнение специалистов. Хорошая новость заключается в том, что наше государство создало множество работающих решений для самого разного круга работников — работающих, безработных, с частичной трудоспособностью.

«Партнеры Кассы по безработице предлагают различного рода бесплатные консультации, после которых человек может принять решение. Например, есть услуга бесплатной и **конфиденциальной психологической консультации**, — рассказывает специалист центра социально-психологической поддержки Argument. — Вам помогут понять, что в данный момент подходит именно вам. Закрывание одной двери ставит задачу найти другую, это относится как к потере работы, так и к ограничению работоспособности. Столкнувшись с проблемами со здоровьем, порой серьезными, многие полагают, что отныне рынок труда не для них. С помощью профессиональных консультантов человек начинает видеть другие возможности: поиск новой работы, работа с частичной занятостью, профессиональное переобучение».

Марика Юузе подчеркивает, что в Эстонии есть работающие механизмы, как поддерживающие работника с частичной работоспособностью, так и стимулирующие работодателей нанимать их. Узнать о **механизмах, помогающих превратить кризис в возможность**, — задача самого нуждающегося. «Настойчиво спрашивайте, узнавайте, выясняйте о возможностях получить необходимую поддержку. Человек с частичной трудоспособностью, нашедший себе подходящее рабочее место, заметно повышает качество своей жизни за счет рабочей активности», — уверена психолог.

Дополнительная информация об услугах Кассы по безработице для людей с пониженной трудоспособностью — [по ссылке](#).

ПОХОЖЕЕ ПО ТЕМЕ

- [Социальная реабилитация: непридуманная история, внушающая надежду](#)
- [Трудовая реабилитация — для кого и зачем?](#)
- [Само собой не решается: просите помощи, вы имеете на это право](#)

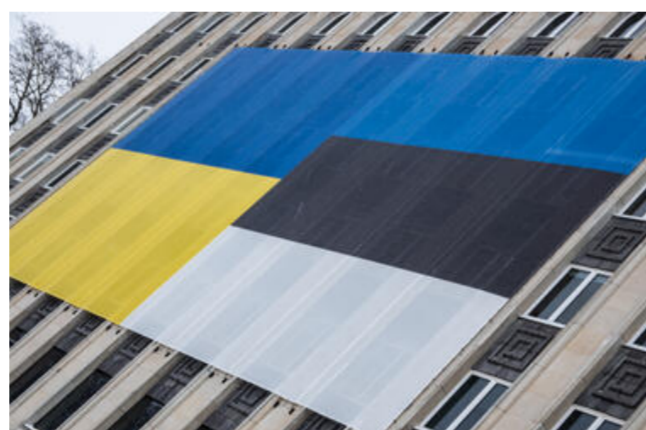


СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА РЫНОК ТРУДА ЭКСКЛЮЗИВ

СМОТРИТЕ ТАКЖЕ



Зубной врач: при травме зубов очень важна первая помощь
ЭСТОНИЯ - 11.04



Как местные самоуправления справляются с приемом беженцев
ЭСТОНИЯ - 11.04



Стартовали толоки под эгидой Дня полезных дел «Сделаем!»
ЭСТОНИЯ - 11.04



На дорогах Эстонии начали повышать допустимый уровень скорости
ЭСТОНИЯ - 11.04



Число туристов растет: из каких стран едут посмотреть Эстонию
ЭСТОНИЯ - 11.04

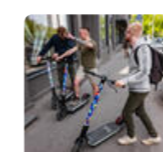


Президент выдвинул Каю Каллас кандидатом в премьеры
ЭСТОНИЯ - 10.04

ПОСЛЕДНИЕ НОВОСТИ



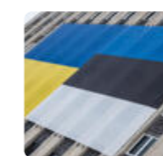
Зубной врач: при травме зубов очень важна первая помощь
ЭСТОНИЯ - 11.04 13:47



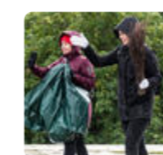
Тише едешь — дальше будешь: электросамокаты вернулись на улицы
ПО УМОЛЧАНИЮ - 11.04 13:21



В среду пройдет презентация эскизного проекта улицы Ластекоду
ТАЛЛИНН - 11.04 12:57



Как местные самоуправления справляются с приемом беженцев
ЭСТОНИЯ - 11.04 12:44



Стартовали толоки под эгидой Дня полезных дел «Сделаем!»
ЭСТОНИЯ - 11.04 12:19

ЕЩЁ

САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ



ПО УМОЛЧАНИЮ - 11.04

Местные налоги: спасет ли туристический налог Старый город



ТАЛЛИНН - 11.04

В среду пройдет презентация эскизного проекта улицы Ластекоду



ТАЛЛИНН - 11.04

В районе Ласнамяэ начнет работу совет по окружающей среде

ЕЩЁ

КОНКУРС

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

«Я помню, я помогаю»: реальная поддержка важнее красивых слов

ТЕГИ

- Тема дня
- МОЛОДЕЖЬ
- В мире
- Главные новости
- Гороскоп от Илоны Калдре
- Видеонювости Таллинна
- Европа
- Дружок
- Мнение
- По умолчанию
- Таллинн
- Эстония
- Что скажете?
- В итоге
- Рго жизнь
- Новости столицы
- «Секреты Таллинна»
- Видеоэксклюзив
- Гастрограм
- КОВ