

Dr. Karner Orsolya: **Álláskeresőknek nyújtott tréning utánkövetéses hatékonyságvizsgálata**

Kutatásunkban álláskeresőknek nyújtott csoportos tanácsadást vizsgáltunk abból a szempontból, hogy az indikátorváltozók mentén megjelennek-e mérhető különbségek közvetlenül a tanácsadás lezárásakor, illetve 5-8 hónappal később, és hogy végső soron mennyiben segíti a tréning a résztvevők elhelyezkedését, vagy mennyire ösztönzi őket egy képzés elkezdésére.

A munkavégzés az emberi szükségletek széles körét elégítheti ki: nem csupán materiálisakat, hanem társas és pszichológiai szükségleteket is (Bánfalvy 2003). Jahoda *funkcionális elmélete* talán máig a legnagyobb hatású pszichoszociális elméletek közé sorolható a munkanélküliség témájában. A munka a *manifeszt funkciója* mellett – nevezetesen, hogy jövedelmet és megélhetést biztosít az egyén számára – számos *látens funkcióval* is bír, amelyek a személy lélektani szükségleteit elégítik ki: a munka strukturálja az időt, családon kívüli társas kapcsolatokat biztosít, az egyéni törekvéseken túlmutató kollektív célokat határoz meg, az alkotás és hozzáértés élményét nyújtja, meghatározza a státust és identitást, valamint aktivitásra készíti. A látens funkciók egy része a munkán kívül más tevékenységekben is jelen lehet, de semmi másban nem jelenik meg ilyen nagy számban és ilyen összefüggő rendszerben (Jahoda, 1981).

A munka elvesztése kihathat az egyén érzelmeire, hangulataira, mivel a személy egyfajta tárgyvesztésnek éli azt meg (felléphet depresszió, reménytelenség, csökkenő önbecsülés), valamint kognitív funkcióira (időészlelés változása, érdeklődés szűkülése), társas kapcsolataira (társas aktivitás csökkenése, családi kapcsolatok romlása), viselkedésére (devianciák megjelenése, időkezelés változása, tevékenységi kör szűkülése, közéleti és közösségi tevékenység csökkenése), és kihat önmeghatározásra, dolgozói identitásra is.

Jelen kutatás arra kereste a választ, hogy az álláskeresőknek nyújtott csoportos tanácsadási formák, tréningek hogyan befolyásolják a résztvevők életét, elhelyezkedését. A kutatás ily módon hasznos útmutatóul szolgálhat a jövőben a szolgáltatások hatékonyságának javításában, hiszen az eredmények ismeretében célzott szakmai támogatás nyújtható a különböző jellemzőkkel rendelkező álláskeresők részére, ami egyben

költséghatékonyságot és jobb elhelyezkedési mutatókat eredményezhet.

Amundson és Borgen *hullámvasút modelljében* (Borgen, Amundson, 1992) a munkanélküliség során átélt érzések és élmények egy hullámvasút csúcsaihoz és mélységeihez hasonlíthatóak. Ezt szemlélteti az 1. ábra:



1. ábra. Amundson és Borgen hullámvasút modellje (forrás: saját szerkesztés)

Saját vizsgálatunk tárgyát speciálisan az álláskeresőknek nyújtott tréningcsoportok képezték. Ezek a csoportok pszichoedukatív hangsúlyú tanulócsoporthoz tekinthetők: a fókusz egyrészt az egyéni pszichológiai fejlődésen van (önismeret, tudatosság), másrészt azon, hogy mit kell a kliensnek, a csoporttagnak meg- és újratanulnia. Ezekben a jól strukturált csoportokban a hangsúly a gyakorlásán, az álláskereső készségek tanulásán, az önbizalom fejlesztésén van, amelyek elengedhetetlen feltételei a sikeres álláskeresésnek.

A tréningcsoportok jellemzői két nagy csoportra oszthatóak:

1. *oktatási elemként* a releváns készségek és a birtokolt információ fejlesztése (készség és ismeret szint), munkavállalói orientáció
2. *pszichés elemként* a konstruktív, pozitív attitűdök fejlesztése (attitűd szint), támogatás, önbecsülés

A két elem függetlensége csak látszólagos: a pszichés elem fejlesztése nagyban segíti az egész tanulási folyamatot, annak nélkülözhetetlen eleme (Amundson és mtsai, 2013).

A vizsgálat

Vizsgálatunkban arra kerestük a választ, hogy az *álláskeresési technikák tréning* hat-e a részt vevő álláskeresőkre, és ha igen, hogyan; megjelennek-e az indikátorváltozók mentén mérhető különbségek közvetlenül a tanácsadás lezárását követően, illetve 5-8 hónappal később; és végső soron mennyiben segítik a tréningek az résztvevők elhelyezkedését, vagy mennyire ösztönzi őket egy képzés elkezdésére.

Vizsgálatunkat 2011 szeptembere és decembere között végeztük az álláskeresőknek szánt és elhelyezkedést elősegítő csoportos munkaerő-piaci programokban részt vevő álláskeresőkkel.

A tréningeket kétféle szervezetnél vizsgáltuk:

1. a munkaügyi központok megrendelésére *kiszervezett szolgáltatásként* profitorientált szervezetek által szervezett és külső helyszínen tartott tréningek esetében;
2. az *YGEN Humánerőforrás Központ* által tartott tréningeknél, amelyeket az adatfelvételkor az álláskeresők részére tartott a Budapest

Főváros Kormányhivatala Munkaügyi Központja, együttműködésben a Pályakezdő és Diplomás Álláskeresők Közvetítő Irodával (PÁDIKI).

A felsorolt szervezeteknél tartott tréningek *díjmentesek* voltak az álláskeresők részére.

Az általunk vizsgált szolgáltatás az álláskeresési kompetenciafejlesztő tréning, illetve az álláskeresési technikák oktatása (továbbiakban összefoglalóan: *álláskeresési technikák tréning*), amelyet a szolgáltató a következőképpen határoz meg: „a szolgáltatás célja az álláskeresési technikák elsajátíttatása a munkát keresővel, hogy képessé váljon az önállóbb álláskeresésre és ezzel a lehető legrövidebb időn belül el tudjon helyezkedni a munkaerőpiacon.”

Az álláskeresési technikák tréning olyan csoportos tanácsadási forma, amelynek célja, hogy az álláskeresési viselkedés direkt és hatékony fejlesztésével az álláskereső a számára legmegfelelőbb álláshoz jusson. A foglalkozások legfőbb célja, hogy a résztvevők ismereteket szerezzenek önmagukról, felfedezzék és fejlesszék a munkavállaláshoz szükséges kulcsképeességeiket (kommunikációs, kooperációs, problémamegoldó, konfliktuskezelő, tervező képességek stb.).

Az adatokat anonim módon, az előírásoknak megfelelően kóddal ellátva, az adatokat tartalmazó



2. ábra. A vizsgálat folyamata (forrás: saját szerkesztés)

nyilvántartást pedig a kérdőívektől külön tárolva dolgoztuk fel.

Az adatfelvétel kérdőívekkel történt, s az első két körben az adatok nagy részét személyesen vettük fel, míg a harmadik hullám, az utánkövetés, elektronikusan történt, e-mailben. A kérdőívek felvétele 34 különböző csoportban történt, különböző tréninghelyszíneken (Budapest különböző kerületei, Vác, Gödöllő).

A kérdőívet első körben 344-en töltötték ki, de a másodikban a kitöltés aránya csökkent, így az összes kitöltőnek csak 82%-át sikerült utolérni. A harmadik körben már drasztikusan csökkent a kitöltési hajlandóság: az összes kitöltőnek kevesebb, mint 20%-a válaszolt.

A vizsgált változók két nagyobb csoportba sorolhatóak: a kemény (hard outcomes) és a puha mutatók (soft outcomes) kategóriába. A kemény mutatók (pl. tényleges elhelyezkedés, képzésen való részvétel) jellemzően jól mérhetőek és láthatóak, könnyen számszerűsíthetőek, míg a puha mutatók szubjektívebbek, kvalitatív jellegűek és sokszor nehezen számszerűsíthetőek (Hughes, Gration 2009). A szakpolitikai szereplők sok esetben a kemény mutatókra koncentrálnak, de Sachdev és munkatársai (2006) rámutatnak arra, hogy a puha mutatók – melyek jellemzően pszichológiai változók – sok esetben a kemény mutatók előfutárai lehetnek, és ezekre, mint a jövőbe történő beruházásra kell tekinteni. A puha mutatók kapcsán Hughes és Gration (2009) azt írja, hogy a jellemzően pszichológiai változók – mint például az önbizalom, a motiváció – azért fontosak, mert a hosszabb távú, keményebb kimenetekhez vezető szükséges és köztes lépcsőként működnek.

A vizsgálatban egy komplex tesztbatteriaát töltötték ki a résztvevők, melynek néhány részletét közöljük a továbbiakban.

Kifejlesztettünk egy új mérőeszközt, a 70 ítemes *Álláskeresőknek nyújtott tanácsadás-impakt kérdőívet*, amelyben a tanácsadás/tréning hatására végbement változásokkal kapcsolatos kijelentéseket kell egy hét-fokú skálán jelölni.

A kérdőívet a szakirodalomban leírt indikátorváltozók alapján állítottuk össze, és pszichometriai vizsgálata során megbízható mérőeszköznek bizonyult. Átfogó

módon igyekszik megragadni azokat az egyéni szintű változókat, amelyek mentén releváns fejlődés várható egy álláskeresési kompetenciafejlesztő tréning után. Célja, hogy a (csoportos vagy egyéni) tanácsadáson részt vett álláskeresőnél az átélt változásokról, a szolgáltatás hatásáról és annak mintázatáról képet kapjunk. A kérdőív kifejezetten a változásokra kérdez rá.

A kérdőív következő dimenziókban mér (1. táblázat):

A tanácsadás folyamata (process)	kapcsolat a tanácsadóval, érzelmi támogatás
	probléma újrakeretezés, szempontváltás
A tanácsadás kimenete (outcome)	ismeret/tudás szint (knowledge)
	készség, képesség szint (skills)
	tervezés
	motiváció, energia
	viselkedés
	társas kapcsolatok
	szubjektív jóllét, önértékelés, közérzet
	célok
	énhatékonyság
	időstrukturálás
Elégedettség	optimizmus
	bizalom és nyitottság
	hangulat, elégedettség
	értő figyelem

1. táblázat. Álláskeresőknek nyújtott tanácsadás-impakt kérdőív (azonnali hatások) dimenziói (forrás: saját szerkesztés)

Jelen tanulmányban három olyan jellemzőre koncentrálnak, amelyek a vizsgálat során különösen jelentősnek bizonyultak: a depresszióra, az önértékelésre és az énhatékonyságra (a hit, hogy képesek vagyunk cselekvéseinkkel, tetteinkkel elérni a kitűzött célt). Könnyen belátható, hogy ezek a pszichológiai jellemzők



3. ábra. Önértékelés pontszám csoportátlagok a három adatfelvételkor (forrás: saját szerkesztés)



4. ábra. Énhatékonyság pontszám csoportátlagok a három adatfelvételkor (forrás: saját szerkesztés)

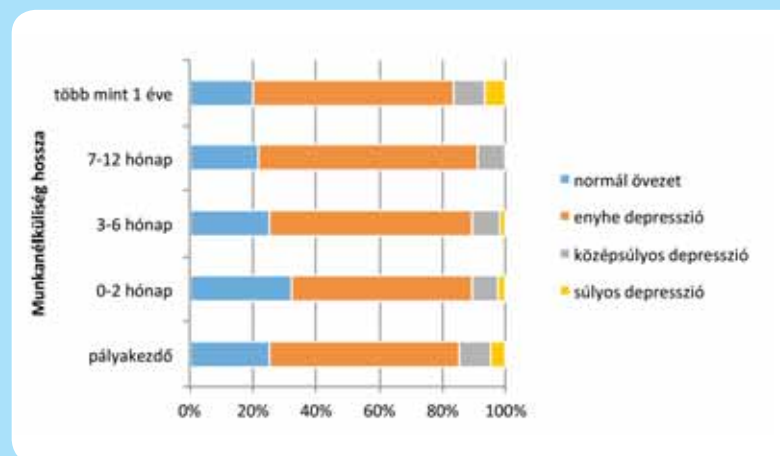


5. ábra. Depresszió pontszám csoportátlagok a három adatfelvételkor (forrás: saját szerkesztés)

milyen nagymértékben befolyásolják az álláskeresés sikerességét, illetve azt, hogy az álláskereső kifejt-e egyáltalán erőfeszítést és aktívan keres-e. E három változót validált tesztekkel mértük, amelyeket három eltérő időpontban töltöttek ki a résztvevők.

A változás jól látszik: az önértékelés és az énhatékonyság a második körben magasabb, a harmadik körben az első és a második adatfelvétel értékei közé esnek. A depresszió pontszámai a tréning lezárásakor csökken, az utánkövetés időszakára viszont a depresszió szintje a belépéskori értéknél magasabb szinten áll be.

Vizsgáltuk, hogy a depresszió mértéke és a munkanélküliség időtartama összefüggést mutat-e. A 6. ábráról leolvasható, hogy bár a normál övezet gyakoribb a 0–2 hónapja munkanélküliek között, mégis előfordul-



6. ábra. A munkanélküliség időtartama és a depresszió kérdőívén elért eredmények eloszlása (forrás: saját szerkesztés)

nak súlyos depressziósok is közöttük, továbbá, hogy a tartós munkanélküliek között a súlyos depresszió látványosan gyakoribb. A normál övezetbe tartozók aránya a munkanélküliség hosszával párhuzamosan csökken, míg az enyhe depressziósok aránya kis ütemben nő, és a közepsúlyos depresszióval küzdők aránya nagyjából állandó.

Összegzés

A főbb eredmények közé tartozik a tréning pozitív hatásának kimutatása a depresszióra, az énhatékonyságra és az önértékelésre a résztvevők túlnyomó többségénél. Feltételeztük, hogy a tréning lezárásakor javul a résztvevők általános pszichés

állapota (önértékelés, általános énhatékonyság növekedése, depresszió csökkenése) a tréning kezdetekor kapott értékekhez képest. Feltételeztük továbbá, hogy az utánkövetés időszakában ez az érték valamelyest visszaesik, az önértékelés, az énhatékonyság és a depresszió esetében, illetve az alapértékhez képest egy némileg magasabb szinten áll be. Az elvárt mintázat egyértelműen kirajzolódott az első két változó esetében, míg a depresszió némileg eltérően viselkedett az elvárthoz képest: az eredeti értékhez képest magasabb depresszió volt mérhető az utánkövetés szakaszában, tehát hosszabb távon romlott az értéke.

A 2. és a 3. körben kitöltött tanácsadás-impakt kérdőív skáláin elért eredményeket is összevetettük, és igazolni tudtuk ott is a visszaesést hat kognitív vagy érzelmi-hangulati dimenzió (ismeret/tudás, készségek, tervezés, motiváció, közérzet, célok), az utánkövetés időszakára. Egy dimenzió esetében volt növekedés: a viselkedés kapcsán (ez a dimenzió tartalmaz olyan itemeket, amelyek konkrétan az elhelyezkedésre, a keresési aktivitásra, egy új képzés elkezdésére kérdeznek rá), ott ugyanis szignifikáns növekedés mutatkozott hosszú távú változásként. Nem kell hangsúlyozni ennek jelentőségét: igaz ugyan, hogy idővel enyhülnek a tréning hatásai, amik érzelmi-kognitív téren jelentkeztek azonnali jelleggel, ugyanakkor pont a viselkedés – ami valódi kemény mutató, mivel a megvalósult akciókat tartalmazza – szignifikáns növekedést mutat hosszú távon is.

Összességében tehát úgy tűnik, a tréning valóban nagyon jelentős hatással bír a résztvevők fontos pszichés mutatóira azonnali jelleggel, azonban ezek a kognitív és érzelmi-hangulati hatások idővel mérséklődnek. Ezzel szemben a megvalósult sikeres cselekvéses dimenzió a változás hosszú távon mutat szignifikánsan növekedést.

Feltételeztük, hogy a hosszabb ideje munkanélküliek között gyakoribb a depresszió, ami igazolódott: a hosszabb ideje állásukra több szempontból is rosszabb pszichés állapotban vannak (depresszió és reménytelenség) azokhoz képest, akik rövidebb ideje munkanélküliek. Adódott azonban váratlan eredmény is: a pályakezdők sok változó tekintetében hasonlóan

rossz mutatókkal rendelkeznek, mint a tartós munkanélküliek – mind a tréning elkezdésekor jellemző depresszió csoportátlag, mind a reménytelenség átlaguk szinte megegyezik. Az általunk feltételezett lineáris összefüggés helyett tehát egy U alakú összefüggést kaptunk. A pályakezdők rossz mentálhigiénés állapotára utaló eredmények jól értelmezhetőek a bemutatott hullámvasút modell segítségével. Ezek az eredmények a hazai szakirodalom számos adatával is párhuzamba állíthatóak: Lukács Fruzsina (2007) az egyetemisták és főiskolások pályaválasztási bizonytalanságával kapcsolatos eredményeivel, Horváth Tünde (2007) a kapunyitási pánikkal (quarterlife crisis), Lisznyai Sándor (2010) a készülődő felnőtté válás (emerging adulthood) szakaszában lévők mentálhigiénés állapotával és Kiss István (2010) az életvezetési kompetencia, az életvezetési készségek és a szerhasználat összefüggéseivel kapcsolatos eredményeivel.

Következtetések és javaslatok

Munkánk egyik kiemelt célja és missziója, hogy növelje a társadalmi hasznosságot: a termékeny interdiszciplináris kapcsolódáshoz és információáramláshoz szeretnénk hozzájárulni a kutatás, a szakpolitika, a gyakorlat és az elmélet között, hiszen ez a hatékony tanácsadás előfeltétele.

Legalapvetőbb konklúzióink az, hogy az általunk vizsgált *álláskeresési technikák* tréning nagyon jelentős változásokat indukált a résztvevőkben. Rövidtávon a fontos indikátorok mentén igen jelentős arányban szignifikánsan fejlődtek a vizsgálati személyek, elsősorban természetesen a puha változók (pszichológiai jellemzők) mentén. Idéznénk az elméleti bevezetőnkben Sachdevet és munkatársait (2006), akik rámutatnak, hogy a puha mutatók sok esetben a kemény mutatók előfutáráiként működnek, és ezekre, mint a jövőbe való beruházásra kell tekinteni, illetve Hughes és Gration megállapításait (2009b), miszerint a puha mutatók a hosszabb távú és keményebb kimenetekhez (elhelyezkedés, képzés elkezdése) vezető szükséges és köztes lépcsőként működnek. Ezek a kijelentések vizsgálatunkban is igazolódtak, hiszen akiknek sikerült az elhelyezkedés az utánkövetés időszakában, azok mind jelentősen jobb pszichés állapotban voltak.

Úgy tűnik tehát, a professzionális csoportos tanácsadásnak fontos helye van az álláskeresők támogatásában. A segítség lényege itt nem abban rejlik, hogy közvetlenül állást adnak nekik, ehelyett képessé teszik a résztvevőket arra, hogy önmaguk találják meg a számukra legmegfelelőbb állást. A passzív „segített” szerepébe helyezés helyett *kontrollt és eszközöket ad az álláskereső kezébe, s ezek segítségével önállóan, saját erőfeszítés árán érhetik el céljukat* (Tauszik, 2010).

Kutatásunk fontos eredménye, hogy a *pályakezdők* sok változó tekintetében hasonlóan rossz mutatókkal

rendelkeznek a pszichés státuszt tekintve, mint a tartós munkanélküliek. Figyelembe véve a hazai és az európai aktuális helyzetet, illetve a tendenciákat – Magyarországon 2009-től már minden negyedik munkanélküli a 25 év alatti korosztályból kerül ki, és 2012-ben a 15–24 éves korosztály munkanélküliségi rátája közel 30%-ra nőtt –, láthatjuk, hogy igen jelentős és egyre súlyosbodó problémával állunk szemben. A pályakezdőkkel tehát kiemelten szükséges foglalkozni.

A szerző



Dr. Karner Orsolya
pszichológus
ELTE PPK Tanácsadás
Pszichológiája Tanszék
egyetemi tanársegéd

A follow-up survey upon unemployment trainings' efficacy

In our research we were investigating whether the unemployment training affects the participants, and if yes, how; whether there are measurable differences among the indicator variables right after finishing the counselling and 5-8 months later; and finally, how much these trainings are helpful for the participants in finding a job, or to what extent are they incentives for beginning some kind of further education.

IRODALOMJEGYZÉK

- Amundson, N. E., Borgen, W. A., Westwood, M. J., Pollard, D. E. (2013): *Csoportos Tanácsadás*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- Bánfalvy Cs. (2003): *A munkanélküliség szociálpszichológiájáról*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Borgen, A., Amundson, N. (1992): A munkanélküliség dinamikája. In: Ritoókné Ádám Magda (szerk): *A tanácsadás pszichológiája*. Tankönyvkiadó, Budapest.
- Farkas Á. (2011): *A tartós munkanélküliség szociálpszichológiája*. SZOCIOTÉKA, Debreceni Egyetem Szociológia és Szociálpolitika Tanszéke, Debrecen.
- Horváth T. (2007): Pályakezdés előtt. A kapunyitási pánik jelenségének vizsgálata a felsőoktatásban. In: Puskás-Vajda Zs. (szerk) *A felsőoktatásban tanuló fiatalok problémái, útkeresése, pályafejlődése a 21. század kezdetén Magyarországon*. FETA könyvek 2.
- Hughes, D., Gratton, G. (2009b): *Evidence and Impact: Careers and Guidance-related Interventions*.
- Jahoda, M. (1981): Work, employment, and unemployment: Values, Theories, and Approaches in Social Research. *American Psychologist*, 36, 184-191.
- Kiss I. (2010): *Életvezetési kompetencia, életvezetési készségek és a szerhasználat*. In: Puskás-Vajda Zs., Lisznyai S. (2010) *Életrszakaszok határán: közösségi és egyéni tanulási feladatok*. FETA könyvek 5. Introduction to an online Professional Resource. Research paper. Cfbt Education Trust.
- Lisznyai S. (2010): *Készülődő felnőtté válás*. Kutatás a fiatalok mentálhigiénés állapota témakörében. In: Puskás-Vajda Zs. – Lisznyai S. (2010) *Életrszakaszok határán: közösségi és egyéni tanulási feladatok*. FETA könyvek 5.
- Lukács F. (2007): *Egyetemisták és főiskolások pályaválasztási bizonytalansága és a pályakonzultáció*. In: Puskás-Vajda Zs. (szerk) *A felsőoktatásban tanuló fiatalok problémái, útkeresése, pályafejlődése a 21. század kezdetén Magyarországon*. FETA könyvek 2.
- Sachdev, D., Harries, B., Roberts, T. (2006): *Regional and sub-regional variation in NEETs – reasons, remedies and impact*. London: Learning and Skills development Agency.
- Tauszik K. (2010): *Munkanélküliség és az új munkahelyhez vezető út: Mit adhatunk útravalóul?* ELTE PPK Egészségfejlesztő szakpszichológus képzés. Szakdolgozat.