

# TÖBBDIMENZIÓS MÓDSZERTAN A MENTÁLIS PROBLÉMÁVAL KÜZDŐ NEET FIATALOK ELHELYEZKEDÉSÉNEK ELŐSEGÍTÉSÉRE



## L.I.K.E. projekt

„Life investment as the key to employment”  
/„A foglalkoztatás kulcsa a jövőbe történő“/

A NEET fiatalok  
integrációját  
szolgáló módszer

# TARTALOM

- 1. BEVEZETÉS**
  - 2. EGYÉNI FELMÉRÉS**
    - 2.1. Bevezetés
    - 2.2. Az egyedi szükségletek felmérése és kiértékelése
    - 2.3. A személyre szabott felmérés elősegítése
    - 2.4. Hatékony és célzott eszközök alkalmazása
  - 3. HATÉKONYABB TANÁCSADÁS A FOGLALKOZTATÁS, AZ OKTATÁS, A KÉPZÉS ÉS A PÁLYAORIENTÁCIÓ SORÁN**
    - 3.1. Pszichogram - személyes pszichológiai munkakörülmények és a szakmai előmenetel
    - 3.2. Szociogram - szervezeti-igazgatási és vezetői munkakörülmények és a szakmai előmenetel
    - 3.3. Diagnózis és a szakmai érdeklődéssel kapcsolatos tanácsadás
  - 4. A NEET-FIATALOK MUNKAERŐPIACI INTEGRÁLÁSÁNAK MÓDSZEREI A „HIDDEN LIKES” IFJÚSÁGI HÁZAKBAN**
    - 4.1. Bevezetés
    - 4.2. Azonosítás
    - 4.3. Profilkészítés
    - 4.4. Pályaorientáció
    - 4.5. Bevonás
    - 4.6. Tervezés
    - 4.7. Mozgósítás
    - 4.8. Megvalósítás
    - 4.9. Következtetések
  - 5. SZOCIÁLIS ÉS GYAKORLATI KÉSZSÉGEK FEJLESZTÉSE A „HIDDEN LIKES” IFJÚSÁGI HÁZAKBAN**
    - 5.1. Bevezetés
    - 5.2. Állatterápia
    - 5.3. Művészetterápia
    - 5.4. Zeneterápia
    - 5.5. Sporttevékenységek
    - 5.6. Az egészséges életmóddal és táplálkozással kapcsolatos workshopok
    - 5.7. Következtetések
  - 6. SZEMLÉLETFORMÁLÓ KAMPÁNYOK A MUNKÁLTATÓK SZÁMÁRA**
    - 6.1. Szemléletformáló kampányok szervezése, a munkáltatók megismertetése a célcsoport sajátosságaival
    - 6.2. Kezdeményezések a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokkal szembeni társadalmi attitűdök megváltoztatására
    - 6.3. Munkáltatói képzések, valamint a családok és önkéntesek bevonása a célcsoport foglalkoztatásra való felkészítésébe
  - 7. A MEGFELELŐ MUNKAKULTÚRA ÉS LÉGMŰR KIALAKÍTÁSÁNAK MECHANIZMUSAI KISEBBSÉGI FIATALOK SZÁMÁRA**
    - 7.1. Bevezetés
    - 7.2. A munkakörnyezetben döntő szerepet játszó tényezők
    - 7.3. Következtetések
-

---

***TÖBBDIMENZIÓS MÓDSZERTAN A  
MENTÁLIS/PSZICHÉS PROBLÉMÁVAL KÜZDŐ  
NEET-FIATALOK ELHELYEZKEDÉSÉNEK  
ELŐSEGÍTÉSÉRE***

---

**BEVEZETÉS**

A következő többdimenziós program a L.I.K.E. projekt – „Life Investment is the Key to Employment” (A foglalkoztatás kulcsa a jövőbe történő befektetés) részeként került kidolgozásra. A projekt célja a célcsoport társadalmi beilleszkedésének és foglalkoztathatóságának javítása a fiatalok helyzetének tanulmányozásával, egy innovatív, szükségletalapú technológia és az egész érintett közösség – család, munkáltatók és intézmények – folyamatba történő bevonásával. A széles körű nemzetközi partnerség (Salva Vita Alapítvány – Magyarország, Association PINS – Lettország, Codici – Olaszország, HRIS – Izland és ROP – Norvégia, illetve vezető partnerként a SPOC – Bulgária) konzorciumban dolgozik, hogy közös európai megoldásokat keressen a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok társadalmi beilleszkedésére, minőségi és fenntartható foglalkoztatására. A program egy olyan vizsgálaton alapszik, amely a 15 és 29 év közötti, mentális/pszichés problémával küzdő, egyre növekvő arányú fiatalok körében vizsgálja a hagyományos foglalkoztatás eredménytelenségét, mely nem képes kielégíteni a célcsoport sajátos szükségleteit.

***A többdimenziós program feladatai***

**A cél egy olyan rendszer kidolgozása a NEET-fiatalok munkaerőpiaci és társadalmi integrációjá érdekében**, amelybe a munkanélküliséggel kapcsolatos módszerek, megközelítések és megoldások is bele kell tartozzanak.

A program a „**Jelentés a projekt kutatási fázisának megvalósításáról**” következtetésein alapul.

A rendszernek ki kell terjednie a célcsoportnak nyújtott **terápiás szolgáltatásokra, mentorálásra, oktatásra, szakmai gyakorlati lehetőségekre, illetve a foglalkoztatásra** irányuló szükségletekre. Tartalmaznia kell a munkaadók számára kifejlesztett tréningmodulokat, és **a barátok, a család és az önkéntesek** bevonására szolgáló módszereket a célcsoport munkavállalásra való felkészítéséhez és a munka világába történő átvezetéséhez.

A többdimenziós rendszert az újonnan létrehozott Hidden Likes ifjúsági házakban kell bevezetni. A tevékenységekben való részvétel eredményeként a fiatalok a várakozások szerint **szociális és gyakorlati képességek széles skálájára** fognak szert tenni, ami megkönnyíti számukra a társadalmi integrációt és a munkaerőpiacon való megjelenést is.

A módszertan az egészséges életmód népszerűsítésével és a **személyes fejlődéshez és a harmóniához** szükséges környezet létrehozásával is foglalkozik.

A megközelítések között meg kell jelenjen a megfelelő **munkakultúra és légkör** kialakításának mechanizmusa, ahol lehetőség van a visszajelzések fogadására, az érzelmi támogatásra, valamint a jó kommunikációra, a célcsoportba tartozók, a munkatársak és a vezetőség között. Tapasztalataink azt bizonyítják, hogy az **önkéntes munka és a szakmai gyakorlat** jó kezdeti lépést biztosítanak a foglalkoztatás és a munkaerőpiacon történő megjelenés irányába. Hisszük, hogy az integráció és az önállóság két lényeges alapelvek a célok eléréséhez. A mentális/pszichés problémával küzdőknek úgy kell érezniük, hogy ők is a közösség szerves részei, ugyanakkor motiváltaknak kell lenniük a személyes fejlődésre is. Ezért ebben a munkacsomagban kimondottan arra a mentorokkal, önkéntesekkel és szakemberekkel közösen végzett munkára fogunk összpontosítani, amelynek célja a célcsoport számára szükséges motiváció, pszichológiai alapok, társadalmi elkötelezettség és aktivitás megteremtése.

A Hidden Likes ifjúsági házak a mentális/pszichés problémával küzdő fiataloknak és családjuknak biztonságos környezetet nyújtó központokként fognak működni. Ez biztosítja, hogy a fiatalok motiválása, integrációja és önmegvalósítása tekintetében minden szükséges intézkedés megtörténjen. Ily módon a projekt biztosítja a célcsoport foglalkoztatási helyzetének javításához szükséges előfeltételeket és növeli a társadalomba integrált emberek számát.

A rendszer bevezetése növelni fogja a foglalkoztatási szintet a célcsoporton belül, és alapot teremt a tájékozottabb, szociálisan érzékenyebb társadalom kialakításához (**szemléletformáló kampányok**).

A 15 és 29 év közötti mentális/pszichés problémával küzdő/roma származású fiatal felnőttek, munkába állásuk előtt támogatást kapnak a potenciális munkáltatókkal való kommunikációhoz és szakmai képességeik fejlesztéséhez. **Karrierjük építésének első évében** továbbra is a programban maradnak, és a szakemberektől megkapják a szükséges mentorálást és támogatást.

## EGYÉNI FELMÉRÉS

Biztosítsuk az egyéniszükséglet-felmérés pontosságát, valamint a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok képességeinek vizsgálatára szolgáló, személyre szabott intézkedési terv kialakítását és végrehajtását. A megfelelő támogatási módszereket az egyéni sajátosságok figyelembevételével kell meghatározni. Alkalmazzunk hatékony és célzott eszközöket a kiválasztott intézkedési terv megvalósítása során (pl. mentorálás és támogatás) a foglalkoztatás első évében.

## BEVEZETÉS

Sokan kérnek orvosi segítséget szorongás és félelem miatt, vagy mert úgy érzik, hogy szívrohamuk van.

2000 háziorvos, pszichológus és szociális munkás részesül olyan képzésben, amelynek segítségével megszerezhetik a depresszió, a szorongás és az öngyilkossági hajlamra utaló viselkedés tüneteinek korai felismeréséhez szükséges tudást, képességet és érzékenységet. Az öngyilkosságot megkísérlők 70%-a kereste fel a tettét megelőző két hétben különféle okból a háziorvosát. A helyes diagnózis felállításának elmaradása sok esetben végzetesnek bizonyult. Az öngyilkosság leggyakoribb okai a családban vagy a baráti társaságban jelentkező problémák, a különválás, egy szeretett személy elvesztése. Ezek magukkal vonják a munkahely elvesztését és az anyagi problémákat is. A felmérés szerint az öngyilkosságot megkísérlők életkora egyre alacsonyabb. Alig 10 évvel ezelőtt a teljes reményvesztettség inkább az 50 feletti korosztályt jellemezte. Most az átlagéletkor a férfiak körében 47, a nők körében pedig 37 év. A nők gyakrabban kísérelnek meg öngyilkosságot, ezek közül tíz esetből egy végzetes kimenetelű. A legmagasabb kockázatnak kitett korcsoport a 18 és 30 év

közöttieké, és leginkább kiszolgáltatottak a munkanélküli és a hátrányos helyzetű személyek, valamint a szenvedélybetegségben szenvedő fiatalok és a magányos idős emberek.

**A SPOC Egyesület** (SPOC – Sustainability of progressive and open communication<sup>1</sup>) **jelentése a L.I.K.E. projekt kutatási fázisának megvalósításáról** – A „Life investment as the key of employment” („A foglalkoztatás kulcsa a jövőbe történő befektetés”) a 15 és 29 év közötti mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok arányát, valamint a hagyományos foglalkoztatási módszerek sikertelenségét vizsgálja. A projekt célja a célcsoport társadalmi beilleszkedésének és foglalkoztathatóságának növelése egy innovatív módszertan segítségével, amelyet úgy állítottak össze, hogy alkalmazkodjon a sajátos szükségleteikhez, és a folyamatba bevonja a teljes közösséget, a családot, a munkaadókat és az intézményeket is.

Az adatok elemzése azt mutatja, hogy a csoport adaptációs képtelenségének legfőbb oka az aktív életmód, a társadalmi környezetbe való beilleszkedés és a személyes fejlődés iránti motiváció hiánya. A motiváció hiányának kiváltó okai nagyon összetettek; leginkább az ambíció nélküli és gazdasági helyzetébe beletörődő, az aktivitást mégcsak nem is tervező fiatal felnőtt személyiségprofiljából erednek. Az ebbe a csoportba tartozó emberek általában a szüleikkel élnek, ami szintén hatással van a szocializációjukra. A világuk többé-kevésbé a családjukra és a (valószínűleg velük azonos helyzetben lévő) barátaikra korlátozódik. Az álmaik és az érdeklődési körük aránylag szűk horizonton mozog. Az információ forrásaik nem terjednek túl a közvetlen környezetükön, ennélfogva a jövőre vonatkozó terveik és érdeklődésük is korlátozott.

Ennek a helyzetnek összetett okai vannak, de a többnyire valamilyen **szorongással vagy enyhe depresszióval** kapcsolatos pszichológiai zavarhoz köthetők. Nehéz megmondani, hogy a zavarok az életmódból adódnak, vagy inkább annak következményei. A fent említett felmérés nem talált bizonyítékot a megbélyegzésre vagy az önmegbélyegzésre. Emiatt feltételezhető, hogy a szorongás vagy a depressziós zavarok jelei az ilyen személyek társadalmi sikertelenségének másodlagos eredményei, amelyek így a kudarcot erősítik és a változásra való kilátásokat csökkentik, így ördögi kört hoznak létre.

Ezt alátámasztja az a tény is, hogy a korábban nem foglalkoztatott válaszadók körében tízből egy szenved **étkezési zavaroktól**. Az ilyen problémák azok körében a leggyakoribbak (17%), akik 1-5

---

<sup>1</sup> Egyesület a Folyamatos és Nyílt Kommunikáció Fenntartásáért

évig voltak munkanélküliek. A legfeljebb egy évig munka nélkül lévők körében ez az arány 13%, az 5 évnél hosszabb ideig munka nélkül lévők körében pedig 15%, ami arra utal, hogy a munkanélküliség okozta stressz súlyosbítja az étkezési zavarokat a fiatalok körében.

A munka nélkül töltött időszak hosszabbodásával **a pszichoaktív anyagok és az alkohol túlzott használatának valószínűsége** is nő. Ha a legfeljebb 1 évig munkanélküli fiatalok közül minden tizedik fogyaszt tudatmódosító szert, az 1-től 5 évig munkanélküliek között már minden ötödik.

Az olyan munkanélküli fiatalok körében, akik legfeljebb egy éve nem vesznek részt oktatásban vagy képzésben, az **internet- és közösségi oldal függőséget** minden tizedik tartja személyes problémájának.

A fiatalkori passzivitás pszichológiai gátat képez az aktív munkakeresés útjában. Ehhez hozzájárul a társadalmi megítéléshez való hozzászokás is, amelyet a szorongás mértéke és a munkanélküli időszak hossza közötti fordított arányosság illusztrál. A szorongás aránya az 1 évnél rövidebb ideje munkanélküliek körében a legmagasabb, 38%, míg az 1 és 5 év közötti munkanélküliek körében 28%, illetve az 5 évnél régebb óta munkanélküliek körében 25%. Összehasonlításképpen: azoknak, akik soha nem álltak munkaviszonyban, 23%-a szenved szorongásos zavaroktól.

A korábban nem foglalkoztatott, vagy 1 évnél rövidebb ideje nem foglalkoztatott válaszadók közül minden ötödik számolt be **félelemről**, mint személyes problémáról. Az 1 és 5 év közötti munkanélküliek 22%-a tapasztal a félelmet, az 5 évnél régebben munkanélküliek körében ez az arány 5%-ra esik.

Egy másik hipotézis szerint, ha mentális zavar vagy más egészségügyi probléma van jelen, az a csoport többségének társadalmi megítélésével nem áll összefüggésben.

Ennek a csoportnak fontos tulajdonsága az egocentrizmus és a passzív várakozás arra, hogy kihúzzák őket a letargikus állapotból, amelyben az életüket élik. Törekvéseik a saját szükségleteik, és nem túl ambiciózus célkitűzéseik kielégítésére korlátozódnak.

A fentiekből következik, hogy a fiataloknak arra a csoportjára kell összpontosítani, akik a mentális zavarok enyhébb formáiban szenvednek. Ezek a **szorongásos zavarok, a depresszió enyhébb állapotai, a korai étkezési zavarok, továbbá a pszichoaktív anyagok használata és az alkoholfüggőség kialakulásának valószínűsége, valamint a munkába állástól való félelem a fiatalok személyiségjegyei.**

**I. Az egyéni szükségletek pontos felmérése, a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok képességeinek vizsgálatára szolgáló személyre szabott intézkedési terv meghatározásában és bevezetésében**

## EZ A FELMÉRÉS A BIOPSZICHOSZOCIÁLIS MODELLEN ALAPUL

Az első komponens az enyhébb mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok társadalmi, családi, életviteli, egészségügyi és egyéb körülményei által okozott nehézségekkel, valamint a foglalkoztathatósággal kapcsolatos információkat tartalmaz, melyek az önértékelési lapon jelennek meg.

A második komponens a mindennapi és egyéb tevékenységet gátló objektív funkcionális korlátokat sorolja fel.

A mentális/pszichés problémával küzdő munkanélküli fiatal egyedi szükségleteinek felmérése személyes megközelítésen alapul. A valós szükségletek mellett meg kell határozni a szükséges támogatás típusát is:

- Új eljárás kidolgozás az egyéni szükségletek felmérésére
- a társadalmi beilleszkedést segítő körülmények megteremtése,
- a munkavállalás és egyéb kiemelt területek támogatása.

Minden lépést a fiatal szükségleteihez kell igazítani.

Az egyéni szükségletek felmérését az alábbiakban érintettek kérésére kell elvégezni:

1. a mentális/pszichés problémával küzdő fiatal,
2. bármelyik szülője (vagy nevelője),
3. a lemorzsolódó diákok esetében az iskolai vezetés,



4. különféle intézmények – munkaadói, szociális, jóléti, vagy a fiatal elhelyezését biztosító lakhatási intézmény.

A fentiekre való tekintettel a felmérés igénylésére jogosultak köre kibővült, hogy különféle egyéni körülményekhez és személyes helyzetekhez igazodjon.

Ahhoz, hogy a felmérés teljes és kimerítő legyen, tanulmányozni kell a betegség és a tünetek közötti ok-okozati összefüggéseket; figyelmet kell fordítani az emberi szervezetre, a betegséget kiváltó ok és a betegséghez kapcsolódó állapotok és körülmények közötti összefüggésekre.

Etiológiai tényezők vizsgálata a következő kérdésekre ad választ:

1. Miért éppen ez a probléma?
2. Miért éppen most?
3. Miért nem következett be fejlődés?

Az etológiai tényezőkről kiderült, hogy hatással vannak különböző, a mentális betegségeket elősegítő, kiváltó és fenntartó állapotokra.

Az elősegítő tényezők azok, amelyek egy személy esetében növelik a valószínűségét valamely állapot kialakulásának a jövőben (öröklés, hajlam).

A kiváltó tényezők olyan események, amelyek közvetlenül előzik meg a mentális zavar kialakulását (életesemények, ideértve a veszteségeket is).

A fenntartó tényezők azok a további feltételek, amelyek a várhatónál tovább tartják fent a zavart, vagy megakadályozzák a sikeres kezelést és a társadalmi alkalmazkodást, ideértve a foglalkoztathatóságot is.

Ennek alapján az etiológiai tényezők minden csoportját az előfeltételek három típusa szerint vizsgálják: biológiai, szociális és pszichológiai. Ezt hívják a mentális betegségek szisztematikus, etiológiai megközelítésének.

A mentális zavarok enyhébb formáival élő fiatal státuszának és szükségleteinek felmérése során az összes fenti tényezőt teljeskörűen kell figyelembe venni.

### **1. Elősegítő tényezők:**

- a) Biológiai előfeltételek – genetika, méhen belüli hatások, születési trauma, fogyatékosághoz vagy agykárosodáshoz vezető sérülés.
- b) Szociális előfeltételek – családi konfliktusok, szülő elvesztése vagy válás eredményeként kisgyermekkorban elszenvedett érzelmi vagy fiziológiai nélkülözés, szakmai, családi, lakhatási vagy pénzügyi természetű, hosszan elhúzódó problémák, a támogató kapcsolatok hiánya.
- c) Pszichológiai előfeltételek – nem megfelelő szülőmodellek, például alkoholista anya (alacsony önbecsülés), bizonyos, neurózishoz vagy szorongáshoz vezető, kedvezőtlen személyiségjegyek.

### **2. Kiváltó tényezők:**

- a) Biológiai előfeltételek: közelmúltban lezajlott szomatikus betegség, sérülés, fogyatékoság.
- b) Szociális előfeltételek: közelmúltban történt ijesztő vagy veszteséggel járó életesemények (kiutasítás az iskolából, otthonról elköltöző gyermek, válás, halál).
- c) Pszichológiai előfeltételek – az önbizalom csökkenése, mely a fiatal által adott válasz egy szeretett személy elvesztésére, az iskolából, a családtól vagy egy intézményből való távozásra, a tehetetlenségre és a reménytelenségre.

### **3. Fenntartó tényezők:**

- a) Biológiai előfeltételek – testi fogyatékoság, fizikai betegségből eredő akut fájdalom, gyógyszeresedés elhanyagolása vagy annak nem kívánatos hatásai.
- b) Szociális előfeltételek – kedvezőtlen szociális életfeltételek – szegényes lakhatás, nagycsalád, diszfunkcionális család, az intim kapcsolatok hiánya és egyéb, az alkalmazkodóképességre, érettségre és konfliktusmentes függetlenségre utaló jelek hiánya, a család negatív hatása, a támogató kapcsolatok hiánya.
- c) Pszichológiai előfeltételek – a felépüléssel kapcsolatos kilátások hiánya, kifejezetten kedvezőtlen személyiségjegyek, alacsony önbecsülés, szeretet és törődés hiányában kialakuló

kielégítetlen függőség. Érdektelenség, egocentrizmus vagy passzív várakozás arra, hogy mások kihúzzák az illetőt a letargikus állapotból.

## MENTÁLIS ZAVARBAN SZENVEDŐ BETEG VIZSGÁLATA (KÓRTÖRTÉNET FELVÉTELE)

A mentális betegségben szenvedő beteg vizsgálatát sokféleképpen befolyásolja az általános orvosi modell.

1. A fiatal/páciens aktuális panaszaiából származó információ
2. Családi háttér – lehetséges kapcsolatok az öröklődési tényezőkkel.
3. Korábbi betegségek környezeti tényezői és az elmúlt események.
4. A mentális státusz felvétele. Szükség esetén további paraklinikai vizsgálatok végzése a diagnózis alapján.

A mentális/pszichés problémával küzdő beteg vizsgálatának és kórelőzménye felvételének egyik sajátossága, hogy az információ keresztülhalad egy kettős szubjektív szűrőn. Az ilyen betegek esetében a vizsgálat tárgyát mentális tapasztalatok jelentik, tehát nem vehetők objektív megfigyelés alá. Az egészségügyi szakember részéről különleges szakismeretet igényel az is, hogy a beteg mentális tapasztalataiból indirekt következtetéseket vonjon le.

Olyan szakemberre (pszichiáterre vagy klinikai pszichológusra) van szükség, aki képes felismerni, megfigyelni és pontosan rögzíteni a beteg viselkedését és tapasztalatait anélkül hogy beskatulyázná, vagy a tünetekkel azonosítaná őket. Ha a fiatal képes megbízható információt nyújtani magáról, a vizsgálat beszélgetés vagy klinikai interjú formájában zajlik. A pszichológus kérdésekkel irányítja a beszélgetést, és szóról szóra rögzíti a beteg válaszát.

## MENTÁLIS ÁLLAPOTFELMÉRÉS ÉS ESETLEÍRÁS

A pszichológiai vagy mentális állapot vizsgálata hivatott feltárni az elme működésének zavarait, diagnosztizálni a betegséghez köthető eltéréseit, és felmérni a beteg képességét arra, hogy ezekkel megküzdjön.

A mentális állapot vizsgálata során meglehetősen szigorú szabályokat kell követni, amelyek biztosítják az elme működésének teljeskörű vizsgálatát. A vizsgálatot végző személy megfigyelése, leírása és a jelentkező pszichológiai tüneteinek megismerésére összpontosító kommunikációja segítségével állítja fel a diagnózist. A klinikai pszichológia és pszichiátria mentális állapotfelmérése a következő eljárás szerint zajlik:

### A TELJES INTERJÚ TARTALMA:

1. Információk a társas kapcsolatokról az egyes életszakaszokban, megfelelően hangsúlyozva a szexuális fejlődést.
2. Jelenlegi konfliktusok.
3. Korábbi betegségek.
4. A családon belüli kapcsolatok típusa a beteg származási és saját alapítású családjában.

A feltárás (a pszichológus és a páciens közötti beszélgetés nyíltsága) a pszichológus által jól feltett kérdéseket igényel. Az úgynevezett zárt (eldöntendő) kérdések miatt a páciens által megosztott információ formális és korlátozott lesz. A provokatív kérdések sugalmazhatják a választ (ami nem lesz őszinte), vagy sérthetik a páciens, növelhetik a szorongását, ellenállást válthatnak ki belőle és gátolhatják a kommunikációt. A beteget saját tapasztalatai végiggondolásában és legjobb tudása szerinti leírásában a nyitott kérdések támogatják.

1. A megjelenés, a motoros aktivitás, a mimika és a testbeszéd expresszivitása, a páciensek közlési hajlandósága vagy attól való elzárkózása, a pszichológusról és a környezetről alkotott attitűdjének nonverbális kifejeződései. Ezek az információk segítenek a beteg aktivitásáról és részben az érzelmi állapotáról is szóló vélemény kialakításában.
2. Beszéd – sebesség, ritmus, intonáció, megakadások, hosszú szünetek.
3. Ez után a hangulatok érzelmi háttérrel azonosító kérdések következnek. Az első beszélgetés során, a páciens tapasztalatainak verbalizálására való hajlandóságát figyelik meg.
4. A gondolatok tartalmának vizsgálata. A legfontosabb a hallucinációk feltárása, melyek szélsőségesen abnormális hiedelmek, kényszergondolatok és téveseszmék formájában nyilvánulhatnak meg. A klinikai pszichológus megpróbálja kideríteni, hogy a páciens maga milyen magyarázatot ad a saját szokatlan tapasztalataira.

5. Az érzékelések és gondolatok szintjén tapasztalható fennakadások azonosítása mind a beteg saját személyét illető (autopszichés), mind a környezetére vonatkozó (allopszichés) orientációjában.

6. A memória funkcióinak vizsgálata (fixációk, rövid és hosszú távú memória).

7. Az illető intelligenciáját egyszerű tesztekkel vizsgálják: a páciens arra kéri, hogy magyarázza el közmondások vagy elvont fogalmak átvitt értelmét. Ha erre nem képes, akkor beszélhetünk mentális betegségből eredő szellemi fogyatékoságról.

8. A mentális állapotfelmérés végén ki kell deríteni a beteg saját állapotáról alkotott véleményét, azaz azt, hogy van-e betegségtudata.

A kórtörténet és a mentális állapotfelmérés kiinduló hipotézis megalkotását teszi lehetővé a mentális betegség jellegéről, amelyet további vizsgálatokkal és klinikai tesztekkel kell igazolni és megerősíteni. Amint a megfelelő adatok rendelkezésre állnak, elkészül az esetleírás. Ez egy módszer, amely a kezeléshez és a prognózishoz szükséges minden klinikai adatot összefoglalja. Idiografikus (a személyt ábrázoló) eljárás, tehát tartalmazza a beteg sajátos személyiségjegyeit, amelyeket a kezelés szempontjából nem lehet figyelmen kívül hagyni. Noha a diagnózis nomotetikus módszer (az adott betegséget a nemzetközi kritériumoknak megfelelően sorolja be), az esetleírás megalkotásához a betegre vonatkozó minden érdemi adatra szükség van, amelyek az átfogó kezelési terv támogatásához és az elősegítő, kiváltó és fenntartó tényezők enyhítéséhez a másodlagos megelőzési és rehabilitációs intézkedések szempontjából használhatók.

#### **Az esetleírás a következő szakaszokat tartalmazza:**

1. Demográfiai adatok – név, életkor, foglalkozás, családi állapot.

2. Leírás – a mentális zavarra jellemző jelek és tünetek.

3. Differenciáldiagnózis – a tünetegyüttes jellegzetességei (a jelek és a tünetek) alapján lehetséges diagnózisok meghatározása és valószínűségi sorrendben történő felsorolása.

4. Etiológia – a szisztematikus megközelítés három csoportjában felsorolt tényezők elemzése, ezek szerepe.

Szociális megközelítés és korreláció a felmérés egyéb szakaszaival. A fentieket alapul véve elkészül az interjú vázlata.

## INTERJÚVÁZLAT

Az interjú **helye:**

**Hozzájárulás** a fiatal vagy képviselője részéről: Arra vonatkozó figyelemfelhívás, hogy az interjú teljes egészében a foglalkoztatási folyamatra fog összpontosítani. Hozzájárulás megadása.

**Személyes adatok:** név, életkor, végzettség, családi állapot, kórházi kezelések, foglalkoztatottság állapota

**Családi kórtörténet:** a családban előforduló mentális betegségekre vonatkozó információk

**Régebbi és jelenlegi körülmények:**

**Betegség előtti személyiség:** terhesség és születés, az első lépések, az első szavak, fejlődés, mozgáskészség

**Anamnézis:** a betegség megjelenése, változások a viselkedésben, tünetek

**Kezelés, kórházi ápolás.** Az interjú idején látogatott iskola vagy munkahely, súlyosbodás vagy fellángolás, terápia, pszichoszociális rehabilitáció, szociális támogatás.

**Foglalkoztatás:** részvétel az iskolai vagy szakmai életben, nehézségek és kudarcok, megterhelés; iskolai környezet, kapcsolatok a többi tanulóval vagy a munkáltatókkal, feszültségek; jelenlegi állapot

**Az oktatás vagy a munkakezdés elmulasztásának, illetve az iskola vagy a munkahely elhagyásának oka.**

**Jelenlegi kezelés:**

**Egyéb tényezők:** fiatalkorú bűnözés, rendőrségi intézkedések, elhúzódó kezelés, alacsony társadalmi státusz, munkatapasztalat.

**Szomatikus státusz:** általános állapot, látható szervek és szervezet

**Jelenlegi neurológiai státusz:** általános státusz

**Jelenlegi mentális státusz:** éberség, orientáció, ítéletalkotás, érzelmek és akaraterő vizsgálata, gondolkodási folyamat: mértéke, tartalma, pszichoticizmus, memória és intellektus – az életkorral, végzettséggel és szociális tapasztalatokkal összefüggő klinikai státuszfelmérés, hogyan hat mindezekre a betegség.

**A funkcionális károsodás típusa:** a személyiségjegyek differenciálódása, a betegség súlyossága

**A funkcionális károsodás fokozatai:**

**A társadalmi környezetbe történő beilleszkedés károsodásának fokai:**

**Mintakérdések:**

Tanul? Volt már valaha akár tartós, akár alkalmi munkaviszonya?

Kérdés: Miért hagyta ott az iskolát vagy az előző munkahelyét?

Kérdés: Szeretne továbbtanulni vagy dolgozni?

Kérdés: Milyen nagyobb kudarcok érték, milyen nehézségekkel szembesült az iskolában vagy a munkahelyen?

Kérdés: Mit az, ami segíthetne Önnek tartós munkaviszonyt találni és kedvező iskolai vagy munkahelyi környezetet kialakítani?

Kérdés: Milyennek képzeled el a munkáját? Mi az, ami érdekli?

Kérdés: Vannak ezzel kapcsolatos tervei?

Kérdés: Hogyan látja a jelenlegi helyzetét?

A felmérés VÉGKÖVETKEZTETÉSE és a támogatás iránti szükséglet.

## II. A személyre szabott felmérés elősegítése

Az enyhe mentális/pszichés problémával küzdő fiatal egyénre szabott ellátásához és az egyéni fejlesztési terv bevezetéséhez be kell tartani bizonyos, a támogatás alapjául szolgáló iránymutatásokat.

1. Transzparencia és objektivitás: magyarázat és a beleegyező nyilatkozat aláírása a programban történő részvételhez. A fiatalok integrációja és aktív részvétele, egyértelmű és transzparens eszközök és dokumentáció révén.

2. Az egyéni vágyak és célkitűzések összehangolása.
3. Személyre szabott megközelítés: az egyéni felmérés minden lépését a fiatalok szükségleteire kell szabni.
4. A személyes orientáció tiszteletben tartása: a fogyatékkal élő személy életvitele, életkörülményei és tapasztalatai.
5. Intézmények közötti kooperáció: különböző intézmények és egyének – iskolák, támogatóközpontok, pszichológusok, családtagok, egészségügyi szakemberek, felelős pszichiáterek és munkáltatók – közötti interakció.
6. Interdiszciplinaritás: az esettől függően egyéb szakemberek és szakértők meghívása.
7. Külső tényezők: a szükségletek felméréséhez az egyén közvetlen környezetének figyelembevétele, egyedi támogató intézkedések, a releváns tényezők és akadályok rögzítése.
8. Célkitűzés: megfelelő támogatás nyújtása a mentális/pszichés problémával küzdő, munkanélküli fiatal számára.

Az iránymutatás alapján a következő támogatástípusok bármelyike iránti igényt kell felmérni.

1. Anyagi támogatás a programban történő részvétel biztosításához (közlekedés, mobilitás, képzések)
2. A foglalkoztatást elősegítő szolgáltatások : a Hidden Likes ifjúsági házak a támogatás, a kommunikáció és a képzés központjai. Egyedi esetekben megkönnyíthetik a rehabilitációs szolgáltatások igénybevételét, támogatást nyújthatnak oktatás és szakképzés formájában, illetve egyéb támogatási módszerek által.
3. A fenti 1. és 2. pontban jelzett szükségletek megjelennek a felmérésben is. A végkövetkeztetés tartalmazza a különleges szolgáltatás nyújtásának feltételeit az általános feltételekben rögzített módon.
4. A fenti, 3. pontban leírt megállapítások alapján egy javaslat tartalmazza a támogatások szükségességét, amit továbbítanak az illetékes hatósághoz, szervezethez vagy szolgáltatóhoz.



### III. Hatékony és célzott eszközök alkalmazása a kiválasztott intézkedések megvalósításának ellenőrzésére; mentorálás és támogatás a foglalkoztatás első évében

Hatékonyabb és célzottabb eszközök alkalmazása csak **minden, a projektben részt vevő intézet és szervezet fokozott együttműködése és kommunikációja révén** lehetséges, a következők szerint:

1. Az alapvető egészségügyi ellátásban dolgozó szakemberek és a mentálhigiénés szakemberek közötti együttműködés – a hatékonyabb kezelés és az eset felmérése során az illető teljes fizikai és mentális betegségprofilját szem előtt tartó holisztikus megközelítés alkalmazása érdekében.

2. Az adott helyen elérhető tevékenységek beható ismerete és az azoknak nyújtott támogatás, akik közvetlenül részt vesznek a projekt célkitűzéseinek megvalósításában.

- Az iskolai személyzet támogatása az egészségesebb környezet létrehozásában, valamint az iskolák, szülők, egészségügyi ellátást nyújtó szakemberek és a közösség közötti kapcsolati háló kialakításában, a fiatalok társadalmi integrációjának elősegítése érdekében.

- Szülői, főleg kiszolgáltatott családok számára létrehozott programok támogatása, minden középiskolában mentálhigiénés tanácsadói munkakör létrehozásának támogatása a fiatalok szociális és érzelmi szükségleteinek kielégítésére, különös figyelmet fordítva a megelőzési programokra, például az önbecsülés építésére és a válságkezelésre.

- Azoknak a gyerekeknek és fiataloknak a támogatása, akik a hosszú távú intézményi gondozásból átlépnek a közösségi életbe.

- A mentális/pszichés problémák korai diagnosztizálása és kezelésük szükségességének hangsúlyozása a kiszolgáltatott csoportokban, különös figyelemmel a kiskorúakra.

- Képzési támogatás az egészségügyi szakdolgozók számára, a területen egész életen át tartó tanulás és oktatás.

3. A projektben részt vevő személyek, mediátorok és munkáltatók motiválása. A legnagyobb kihívás a fiatalok munkaerőpiaci integrációja vonatkozásában a motiváció, mivel hiszen minden újabb kudarccal gyengül.

Az ezzel kapcsolatos tevékenységeket a munkaközvetítő indítványozza. Motivációs tréningeket szervez munkanélküli fiatalok, többek között a munkaügyi hivatalokban vagy a rendőrségnél (annak fiatalkori bűnözéssel foglalkozó részlegénél) regisztráltak, illetve iskolaelhagyók számára.

Az intézkedések háromféle vetületét kell kiemelten kezelni:

- Informálás: a rendelkezésre álló lehetőségekről szóló tájékoztatás, tekintettel arra, hogy a tétlenség gyakran inkább a tájékozatlanság, mint az akarat hiányának következménye (különösen az etnikai kisebbségekhez tartozó fiatalok körében).
- Motiváció: azokra irányul, akiknél a legnagyobb a tartós ifjúsági munkanélküliség vagy az oktatásból való kilépés kockázata, azaz a legkevésbé aktív fiatalokra
- A roma közösség bevonása: az erőfeszítéseknek ezen a téren elsősorban a szülőkre kell összpontosítaniuk (a korai házasságkötés megakadályozása és az iskolából korán lemorzsolódó lányok számának csökkentése céljából), másrészt általában a fiatalokra, az oktatáshoz való hozzáállásuk megváltoztatása és a továbbtanulás révén megnyíló lehetőségek megmutatása céljából (főleg a roma közösségen belüli jó példákon keresztül).

4. Különös figyelem a munkáltatók felé, és azokra, akik a projekt megvalósításában közvetlenül vesznek részt. A változások monitorozása, valamint az iskolaelhagyók vagy a projektbe felvett munkanélküli fiatalok különleges szükségleteinek figyelembevétele:

- kollégáktól érkező segítség munkavállalási segítségnyújtás céljából (a kiválasztás/kinevezés során vagy a munkahelyen),
- rugalmas munkamegállapodások (többek között rövid munkaidőre vonatkozó megállapodások),
- módosított képzés és ellenőrzés,
- változások a munkahelyi felelősségvállalás kapcsán,
- a munkahelyen történő fizikai jelenlét körülményeinek vizsgálata (például egy csendesebb munkahelyen).

Az elemzésnek valamennyi érdekelt fél érdekeit figyelembe kell vennie: egyértelmű összpontosítás az iskolaelhagyókra és a munkanélküli ifjúságra, családjaik támogatására; a projektcsapatok szaktudása és érzékenysége; annak a ténynek a rögzítése, hogy a projekt szolgáltatásait igénybe vevők legtöbbször ez az egyetlen kapcsolata a helyi közösséggel, ezért a szolgáltatás a társadalmi integrációjukhoz is hozzájárul.

5. Amennyiben lehetséges, az első évben a következő mutatókat kell figyelemmel kísélni:
- azoknak a száma, akik igénybe vették a közvetítési szolgáltatásokat,
  - azoknak a száma, akik dolgozni kezdtek,
  - azoknak a száma, akik szakképzésre vagy továbbképzésre iratkoztak be,
  - azoknak a száma, akiket a képzés elvégzése után alkalmaztak,
  - azoknak a száma, akik egy évvel a finanszírozás befejezése után még mindig alkalmazásban voltak.

A foglalkoztatással, oktatással, képzéssel és pályaválasztással kapcsolatos **hatékonyabb tanácsadás és pályorientáció** az újonnan kialakított Hidden Likes ifjúsági házakban történik. Emellett elérhetőek lesznek terápiás szolgáltatások, tanácsadás és workshopok, a **depresszió, szorongás, öngyilkossági hajlam, étkezési zavarok, szervenélybetegségek stb. kezelésére.**

## HATÉKONYABB TANÁCSADÁS A FOGLALKOZTATÁS, AZ OKTATÁS, A KÉPZÉS ÉS A PÁLYAORIENTÁCIÓ SORÁN

### BEVEZETÉS

A L.I.K.E. – „Life Investment is the Key to Employment” projekt kutatási fázisának megvalósításáról szóló jelentés a 15–29 év közötti, mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok egyre nagyobb csoportját veszi górcső alá, illetve a foglalkoztatás terén a hagyományos módszerek eredménytelenségét vizsgálja e célcsoport különleges szükségleteinek kielégítése tekintetében. A projekt célja a célcsoport társadalmi beilleszkedésének és foglalkoztathatóságának javítása a fiatalok státuszának tanulmányozása és egy olyan innovatív módszertan kidolgozása által, amely megfelel a szükségleteiknek, továbbá a folyamatba minden érdekelt felet bevon.

A L.I.K.E. projektet az Association „Sustainability For Progressive And Open Communication” (SPOC) nevű konzorcium hajtja végre, illetve Izland, Liechtenstein és Norvégia finanszírozza az Európai Gazdasági Térségen (EGT) és a Norway Grants Fund for Youth Employment (Fiatalok Foglalkoztatását Támogató Norvég Finanszírozási Mechanizmuson) keresztül.

A konzorcium széles körű, nemzetközi szintű partnersége európai megoldásokat keres a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok társadalmi integrációjára és fenntartható foglalkoztatására. A nemzetközi kutatás adatokat szolgáltat a célcsoport, a 15–29 év közötti, mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok, különösen a roma fiatalok integrációjának egy innovatív, többdimenziós megközelítésének megtervezéséhez. A Hidden Likes ifjúsági házak – támogatásra, kommunikációra és képzésre szolgáló központok – létrejöttével a projekt Európa-szerte képes szinergiát kialakítani az egészségesebb életvitel és a fenntartható foglalkoztathatóság között a célcsoportot illetően.

Az innovatív Hidden Likes ifjúsági házak programjának célja a fiatalok önbecsülésének és önbizalmának építése és munkaerőpiaci integrációjuk támogatása, különös hangsúlyt helyezve a roma populációra. A házak olyan helyszínek, ahol a célcsoport tagjai, a családjaik és a folyamatban részt vevő különböző szakemberek találkoznak, és együtt dolgoznak a kitűzött célért. A Bulgáriában, Lettországon és Magyarországon kiépítendő Hidden Likes ifjúsági házak támogatást jelentenek szakmai gyakorlat vagy foglalkoztatás keresése terén, illetve a munkáltatók képzése, szakmai hálózat létrehozása és mentorálás útján, a foglalkoztatás első évében.

A projekt kutatási fázisa kulcsfontosságú megállapításokat tett a célcsoport foglalkoztatási helyzete és gazdasági státusza kapcsán. A csoport legnagyobb része – 33,5%-a, azaz kb. egyharmada – sohasem dolgozott. Hasonló hányaduk – 31,7%-uk – 1–5 év közötti munkatapasztalattal rendelkezik. 22,5%-uk háta mögött egy évnyi foglalkoztatás áll, 12,4%-uk pedig legalább 5 évet dolgozott. A csoport nagy része nehéznek találja a pályakezdést vagy a pályaválasztást. Keveseknek sikerült 5 évnél hosszabb ideig a munkaerőpiacon maradni. A célcsoport legtöbb tagja sohasem dolgozott, őket követik azok, akik legfeljebb 1 évig dolgoztak. Mindez azt jelzi, hogy a karrier kezdetén komoly akadályt jelent a célcsoport számára a munkalehetőségek keresése, majd a talált állás megtartása. A jelen tanulmányban ezeket az akadályokat ismertetjük és elemezzük.

Gazdasági helyzetük vonatkozásában a kutatás megállapította, hogy a legnagyobb arányban azok a válaszadók vannak (35%), akik nem tanulnak és nem is dolgoznak, de van egy kevés pénzüik, illetve azt a választ adták, hogy „sem kevés, sem sok pénzüik” nincs – utóbbiak a csoport kb. 70%-át teszik ki. Körülbelül egynegyedük (26%-uk) azt felelte, hogy egyáltalán nincs pénze, és csak 4%-uk felelte azt, hogy sok pénze van.

A résztvevők érdeklődési körére vonatkozóan a tanulmány eredményei azt mutatják, hogy a „munka” az a terület, amely a leginkább érdekli őket. A válaszadók több mint 2/3-a (68,9%-a) úgy képzei el,

hogy 5 éven belül képes lesz elhelyezkedni, és csak 22,3%-uk tervezi, hogy tanulni fog. A közvélemény-kutatásban részt vevő fiatalok legnagyobb százalékának, majdnem 3/4-ének (73,1%-ának) segítségre van szüksége az álláskereséshez.

Az eredmények azt a benyomást keltik, hogy a válaszadók, akik valamiféle mentális zavar, depresszió vagy szorongás jelét mutatták, e kategóriák jelentős részét, kb. 30%-át teszik ki az erre vonatkozó válaszok. Ha az étkezési zavarokat és a szenvedélybetegségeket is ideszámítjuk, kiderül, hogy az oktatásban nem részesülő, illetve nem foglalkoztatott fiatalok egy jelentős részének van mentális/pszichés problémája.

Ezt megerősíti az a tény, hogy azok közül a válaszadók közül, akiknek korábban nem volt munkaviszonya, minden tizediknek étkezési zavara van. Az ilyen problémák azoknál a leggyakoribbak (17%), akik 1–5 éve munkanélküliek. A maximum 1 éve munkanélküliek aránya 13%, a több mint 5 héten át munka nélkül lévők aránya 15%, ami azt sugallja, hogy a munkanélküliséggel járó stressz a fiataloknál étkezési zavarok kialakulásához vezet.

Minél hosszabb ideig maradnak munka nélkül, annál nagyobb a valószínűsége annak, hogy pszichoaktív anyagok vagy alkohol használatához fordulnak. Azok közül a fiatalok közül, akik 1 éven át voltak munkanélküliek, minden tizedikre igaz ez, azok között pedig, akik 1–5 éves munkatapasztalattal rendelkeznek, ez a probléma már minden ötödik embert érinti.

A munka vagy a társadalmi környezet hiánya bezárja az illetőt egy virtuális valóságba. Minden tizedik egy évig munkanélküli NEET-fiatal tisztában van azzal, hogy internet- és közösségioldal-függősége személyes probléma.

Azok között, akik 1–5 éve munkanélküliek, a szenvedélybetegek aránya megduplázódik, így a válaszadóknak már 23%-a számolt be függőségről. Ez az arány azok között, akik korábban soha nem dolgoztak (13%), illetve azok között, akik több mint öt évig voltak munkanélküliek (15%), majdnem megegyezik.

Ugyanakkor a tanulmány feltárta a társadalmi státusz megszokásának jelenségét is, amit a szorongás és a munkanélküliség közötti kapcsolat illusztrál. A szorongás a legnagyobb arányban (38%) azokra jellemző, akik egy éve munkanélküliek, őket követik az 1–5 éve munka nélküli lévők 28%-kal, végül a több mint 5 éve nem dolgozók következnek 25%-kal. Összehasonlításképpen, a szorongók aránya abban a csoportban, akik még soha nem dolgoztak, 23%.

Minden ötödik, 1–5 éve munkanélküli válaszadónál megjelenik a félelem, mint személyes probléma. Az 1–5 éve munkanélküliek 22%-a tapasztal félelmet, a több mint 5 éve munkanélküliek csoportjában ez az arány már csak 5%.

Amint korábban már említettük, a nem dolgozó és nem tanuló fiatalok hasonló mentális/pszichés problémával küzdenek, amelyet a foglalkoztatásukkor kétségtelenül fontos figyelembe venni. Másrészt sok tanulmány megerősíti, hogy a foglalkoztatás javítja a mentális egészséget és gyógyulást hoz.

Kihívásnak érezzük, hogy a sikeres foglalkoztatás érdekében segítsük azokat a szakembereket és munkáltatókat, akiknek korlátozott ismeretei vannak a mentális zavarokról, akik nincsenek bizalommal a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok iránt, illetve nem rendelkeznek ismeretekkel, képességekkel és erőforrásokkal ahhoz, hogy hatékonyan támogassák ezeket a fiatalokat. Kutatások szerint a mentális/pszichés problémával küzdők képesek jelentős mértékben hozzájárulni a munkahelyükön zajló szakmai munkához.

Az e projekt keretében kidolgozott módszertan értékes erőforrás lesz a célcsoport fiataljainak támogatásában a karriertervezés során, illetve abban, hogy munkavállalási lehetőségeiket teljes mértékben kihasználják.

Anyagunkat minden, a foglalkoztatás területén dolgozó szociális munkásnak, munkaügyi tanácsadónak szánjuk, valamint azoknak, akik a mentális egészség területén dolgoznak.

A módszertan a foglalkoztatásból vagy oktatásból kiesett fiatalok foglalkoztathatóságát támogató, meglévő, illetve kialakulóban lévő helyes gyakorlatokra épít.



## ERŐFORRÁSOK KIDOLGOZÁSA A KÖVETKEZŐ CÉLOKRA:

- Munkanélküli és iskolázatlan fiatalokat célzó munkahelyi mentorálási és coaching know-how/modellek, jobb megküzdés, észlelés és útmutatás.
- Megfelelő családi, mentori és munkáltatói támogatás, ami növelheti a foglalkoztatás sikerét.
- Potenciális megoldások keresése a megbélyegzés és a diszkrimináció jelenségeinek megszüntetésére.
- Partneri viszony kialakítása a különböző szervezetek közötti együttműködés céljából, valamint támogatási szolgáltatások nyújtása foglalkoztatásból vagy oktatásból kimaradt fiatalok számára.
- A mentális betegség megértése a kezelés és a gyógyulás érdekében. • A mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok foglalkoztatását támogató bevált gyakorlatok azonosítása.
- A munkáltatók bevonása és támogatása.

### Célok:

1. Azon meggyőződések megváltoztatása, amelyek korlátozzák a mentális problémával küzdő fiatalok előtt álló lehetőségeket.
2. A felépülésorientált, illetve a fiatalok gazdasági integrációját támogató gyakorlatokkal kapcsolatos szemléletformálás.
3. Az ismeretek bővítése a munkaügyi hivatalokban történő jobb ügyfélkiszolgálás érdekében.

## **A felépülés nem egy formalitás, program vagy eszköz**

A felépülésorientált biopszichoszociális gyakorlat alapvetően változtatja meg azt, ahogy a mentális/pszichés problémával küzdő emberekről gondolkodunk, illetve ahogyan megbecsült partnerekként, illetve a tudásanyag társalkotóiként tekintünk rájuk. A személyes felépülés megkönnyítésének kulcsa a társadalmi és gazdasági integráció javítása, és annak lehetősége, hogy állampolgárként az illető teljes jogú résztvevője legyenek a folyamatnak. Noha a szakemberek segíthetnek a személyes felépülésben, a folyamatot magát az egyénnek kell végigcsinálnia. A szolgáltatások célja, hogy segítsen az embereknek kézbe venni az életüket, célokat kitűzni maguk elé és azokat elérni, tiszteletben tartani az emberi jogaikat, megőrizni a társadalmi és gazdasági integrációjukat. A felépülésorientált gyakorlatok elismerik a család, a barátok és a közösség támogatásának fontosságát, valamint azt, hogy meg kell érteni egymást és szövetségesként kell hozzáállni a másikhöz. Sarkalatos pont azoknak a strukturális egyenlőtlenségeknek és akadályoknak az azonosítása, amelyek korlátozzák az egyéni lehetőségeket, illetve azokat a módoknak a megtalálása, ahogyan közösen befogadóbb közösségeket tudunk építeni. Ezért a szakemberek közösen, szisztematikusan dolgoztak egyéb szolgáltatókkal azért, hogy javítsák a szolgáltatásokhoz való hozzáférést és olyan partneri viszonyokat alakítsanak ki, amelyek kibővítik a lehetőségeket, továbbá megbélyegzés- és diszkriminációmentes befogadó közösségeket alakítanak ki. Minden változással járó felépülés fontos kiindulópontja a lehetőségek kihasználásának útjában álló hozzáállás, illetve akadályok kezelése, beleértve a foglalkoztatási tanácsadási szolgáltatásokat is.

## **A mentális betegség nem az egyetlen oka a fogyatékoságnak**

- Az emberek olyan kihívásokkal és akadályokkal is szembetalálják magukat, beleértve a megbélyegzést és a diszkriminatív politikákat, amelyek nincsenek összefüggésben a betegségükkel vagy annak súlyosságával
- Alacsony önbizalom és internalizált megbélyegzés
- Pesszimizmus a felépülést illetően
- Korlátozott fókusz a foglalkoztatással kapcsolatos kérdéseken a mentálhigiénés szolgáltatások terén
- Elégtelen befektetések a foglalkoztatási tanácsadási szolgáltatásokba



- A jövedelemtámogatási és a foglalkoztatást hátráltató fogyatékossgal élő személyeket támogató programok
- A munkáltatók attitűdje – alacsony produktivitástól való félelem, a megküzdési képesség hiánya, a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokhoz való igazodás költsége – hosszabb vagy gyakoribb betegállomány
- A támogatott foglalkoztatás nem hatékony modelljeinek alkalmazása

### **A foglalkoztatás lehetséges**

A mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok megfelelő támogatás mellett a diagnózisuktól vagy a probléma fennállásának időtartamától függetlenül sikeresen helyezkedhetnek el, illetve térhetnek vissza az oktatás-képzés világába, akkor is, ha tüneteik vannak.

Meg kell említeni, hogy néhányuk számára fontos lehet, hogy mely területen szeretnének segítséget kapni. A változás sikeréhez elengedhetetlen az elmozdulás attól, hogy a mentális betegségben szenvedő fiatalokat a közösség többi tagja valahogy „más”-nak lássa. Sokan anélkül léphetnek be a munka világába, hogy hosszú távú speciális pszichológiai és pszichiátriai ellátást igényelnének, de egy támogató jellegű karriertanácsadás nagyon hasznos lehet számunkra.

A hosszú távú foglalkoztatás karrier-tanácsadás útján történő javítása segíthet a NEET-fiataloknak az alábbiakban:

- karriercélokat kitűzni, felismerni a készségeiket és erősségeiket,
- azonosítani azokat a tényezőket, amelyek miatt az elvégzett munka „jó” lesz,
- a piaci trendek alapján felismerni a munkavállalás lehetőségeit,
- a munkakeresésük részeként karriertervezésbe fogni,
- azonosítani az oktatási, képzési és foglalkoztatási lehetőségeket és hozzáférni ezekhez,
- elsajátítani gyakorlati munkakeresési, önéletrajzírási, illetve az állásinterjú során szükséges készségeket,
- fejleszteni a kommunikációs és asszertív készségeiket.

A pályaorientációs tanácsadás szintén segíthet az embereknek megismerni a jogaikat is, feltérképezni egy-egy munka előnyeit és hátrányait, felismerni a további, például az elszállásolás iránti szükségleteket, és adott esetben újratárgyalni a feltételeket a munkáltatóval.

Hisszük, hogy korlátozott azoknak a mentális/pszichés problémával küzdő fiataloknak a száma, akiknek speciális szakmai rehabilitációs szolgáltatásokra van szükségük. A fiatalok támogatása az oktatás, képzés és foglalkoztatás terén, rendkívül hatékony eszköznek bizonyul abban, hogy ezek a fiatalok sikeresen és hosszú távon megtalálják helyüket a munkaerőpiacon.

A társadalmi és gazdasági integrációt – többek között a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok számára nyújtott – karrier-tanácsadási szolgáltatások is mélyítik azáltal, hogy elősegítik e fiatalok hozzáférését a közpénzből finanszírozott programokhoz. Előfordulhat, hogy néhányaknak ezek közül a fiatalok közül szükségük van mentálhigiénés szolgáltatásokra, illetve szívesen igénybe vennének ilyeneket vagy csak fontolgatják az igénybevételüket. Ezekben az esetekben a munkaügyi tanácsadók segítségükre lehetnek azzal, hogy partneri viszonyokat alakítanak ki mentálhigiénés ellátást nyújtó központokkal és intézményekkel mentálhigiénés segítségnyújtás céljából, illetve olyan készségekre tesznek szert, amellyel az ügyfeleiket hatékonyan tudják e partnerekhez irányítani.

### **A fiatalokról való gondoskodás kihat a hozzátartozók foglalkoztatására is**

A mentális betegséggel élő fiatalról való gondoskodás a családban hátrányosan érinti az őt gondozó személy fizikai és mentális egészségét, illetve általános jóllétét. A folyamatos gondoskodás jelentette időigény, stressz és aggodás negatívan befolyásolja a produktivitást és akadályozhatja a szeretett személy megjelenését a munkaerőpiacon, ami súlyos gazdasági nehézségekhez vezethet. A gondozók szintén megtapasztalhatják azt a „stigmát”, ami a felnőtt gyermekeik iránti elkötelezettségüket kíséri, aminek eredményeként sokszor elrejtik „fájdalmaikat” a munkáltatók és a kollégák előtt.

A mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok családtagjait is lehet segíteni a foglalkoztatásukra vonatkozó terveik vonatkozásában. A munkáltatók rugalmas munkahelyi szabályzatok kidolgozásával, illetve a munkahelyi egészségvédelem és biztonság pszichológiai gyakorlatának bevezetésével segíthetik a fiatalokat gondozó családtagokat. Munkavállalóik mentális egészségre vonatkozó információkhoz és képzési programokhoz való hozzáférését is javíthatják, hogy gyarapítsák

ismereteiket és készségeiket a mentális/pszichés problémával küzdő emberekkel együtt történő munkavégzés terén.

### **Melyek azok a tényezők, amelyek segítik a munka világába történő sikeres visszatérést és a foglalkoztatottság fenntartását?**

- Aktív támogatás és időpont-egyeztetések
- A kezdetek lépésről lépésre történő megtervezése
- A betegállomány idején, illetve a visszatérés után pozitív kapcsolat fenntartása a munkahelyen (a felettesekkel, kollégákkal)
- A személyzet képzésének biztosítása a betegállomány alatt és után
- Az eset kezelése a felépülés és a klinikai ellátás koordinálására érdekében
- A pszichológiai tanácsadáshoz történő hozzáférés a munkába való visszatérés megkönnyítésére

### **A munkába történő sikeres visszatérés, illetve a foglalkoztatás fenntartásának akadályai a következők:**

- A munkahelyi kapcsolatok felbomlása
- Megbélyegzés és a diszkriminációtól való félelem
- A szükséges időben érkező kommunikáció és segítségnyújtás elmaradása
- Nyomás és/vagy a támogatás hiánya a munkahelyen kívül
- A házi orvosok és a mentálhigiénés szakemberek konzultációjának elmaradása, illetve a foglalkoztatási szakemberekhez történő irányítás elmaradása
- Önbizalom hiánya
- A munkahelyi szokások elhagyása
- Visszatérés ugyanazokba a feszültséget jelentő helyzetekbe, amelyek a fiatal kezdeti mentális/pszichés problémáját okozták

Minden fiatal számára elengedhetetlen, hogy profi, független pályaorientációs tanácsadáshoz férjen hozzá – különösen igaz ez a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokra, figyelembe véve az olyan tényezőket, mint az oktatási lehetőségek egyre szélesebb köre, a magas munkanélküliségi ráta, illetve az, hogy hány évesen jelentek meg a munkaerőpiacon.

Hisszük, hogy van létjogosultsága az innovációnak és az új megközelítéseknek, és meggyőződésünk, hogy minden fiatalnak hozzáférést kell biztosítani a minőségi pályorientációs szolgáltatásokhoz. A fiataloknak támogatásra van szükségük a pályorientáció során, de jelenleg túl kevés olyan szolgáltatás érhető el, ami kifejezetten az ő speciális igényeikre szabott. Az állami intézmények és szervezetek egységes programot kínálnak a fiatal munkanélküliek támogatására, ugyanakkor ezek nem megfelelőek azok számára, akik soha nem dolgoztak vagy nem tanultak sokáig, illetve mentális zavaraik vannak.

A független pályorientáció soha nem volt annyira fontos a fiatalok számára, mint most. Túl kevés szociális területen dolgozó szakember rendelkezik megfelelő készségekkel, motivációval vagy kapacitással ahhoz, hogy sikeresen végezze a munkáját, főleg a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalok esetében. Utóbbi csoport többet igényel annál a szolgáltatásnál, mint amit a jelen körülmények között kap.

### **1. Hatékonyabb tanácsadás a foglalkoztatás, az oktatás, a képzés és a pályorientáció során**

A pályorientáció vagy karriertanácsadás háromféle tanácsadói szolgáltatást tartalmaz: karrierrel kapcsolatos képzés, karrierrel kapcsolatos tájékoztatás és karrier tervezés.

A karrier-tanácsadás különböző ágazatokban érhető el, és a lehető legjobb eredmények elérése érdekében mindhárom szolgáltatástípust nemcsak egymással, hanem egyéb információs és tanácsadási szolgáltatásokkal is integrálni kell.

Az integrált karriertanácsadás jobb lehetőségeket kínál a karrier megtervezéséhez szükséges készségek és ismeretek megszerzésére. Alapja a megfelelő pályorientáció, amely minden korcsoport számára elérhető.

A munkaügyi tanácsadó alapvető szolgáltatásai bevezetik az ügyfelet a karriertervezés folyamatába, illetve támogatják annak során. Ezek a szolgáltatások a következők:

- Segítség az ügyfeleknek a karrierinformációk, köztük az elektronikus és egyéb források (információs rendszerek, weboldalak, könyvtárak és más média) felkutatásában, szükség esetén orientálás.
- Karrierinformáció: karrierinformáció nyújtása egyének és csoportok számára.

- Együttműködési hálózatok létrehozása és az információáramlás koordinálása (beleértve az iskolákat, vállalatokat, központokat).
- Karriertanácsadás: diagnózis és tanácsadás a szakmai érdeklődésről és a szakmai alkalmasságról.
- Álláskeresési tanácsadás..
- Tanácsadás álláspályázat benyújtásakor.
- Tanácsadás családoknak és szülőknek.
- A karrierrel kapcsolatos szolgáltatások típusai célcsoportonként:
  - pályaorientáció és tanácsadás munkanélküliek számára
  - pályaorientáció és tanácsadás fiatalok számára
  - pályaorientáció és tanácsadás felnőttek számára
  - pályaorientáció és tanácsadás sajátos szükségletekkel bíró emberek számára

Ez utóbbi típusú tanácsadás a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokat és családjukat célozza.

A karriertanácsadás főbb részei a következők:

- az ügyfél szükségleteinek és karriercéljainak meghatározása
- az ügyfél képzettségének és potenciáljának (végzettség, szakmai tapasztalat, érdeklődési kör, képességek, készségek, értékek, személyes tulajdonságok, mentális/pszichés problémák jelenléte stb.) felmérése
- segítség karrierterv és cselekvési terv elkészítésében, programok kidolgozása önálló karriermenedzsment vagy fejlesztés céljára
- az ügyfél tájékoztatása a lehetséges szakmákról, állásokról és képzésekről, valamint a vonatkozó információforrások megadása
- az ügyfél támogatása a karrierrel kapcsolatos készségek elsajátításának folyamatában
- az ügyfél segítése az aktív álláskeresésben, állások felkutatásában, ideértve az átképzést is
- módszertani anyagok kidolgozása karriertanácsadáshoz, karrierrel kapcsolatos képzéshez és oktatáshoz
- szükség esetén konzultáció más szakemberekkel (pszichológusokkal, pszichiáterekkel stb.)
- az eredmények és a teljes konzultációs folyamat rögzítése, az ügyfelek visszajelzésének felvétele és rögzítése

- részvétel az oktatási és munkaerő-piaci szakpolitikák, valamint az azokhoz kapcsolódó képzési programok kidolgozásában
- részvétel a karrierfejlesztés nemzetközi, nemzeti és regionális programjainak kidolgozásában és végrehajtásában
- karrierrel kapcsolatos szolgáltatások elemzése, kutatás (ideértve a szolgáltatások minőségének elemzését), minőségi előírások kidolgozása
- képzési programok összeállítása, képzések szervezése
- módszertani anyagok összeállítása és kidolgozása
- munkaügyi tanácsadók mentorálása
- munkaügyi tanácsadók további támogatása (ha a szükséges képzés és tapasztalat rendelkezésre áll)

A mentális/pszichés problémával küzdő személyeknek szóló, karrierrel kapcsolatos információknak tartalmazniuk kell a következőket:

### **I. A pszichogram vagy személyes pszichológiai munkakörülmények és a szakmai előmenetel vizsgálata (ügyfelekkel és kollégákkal fenntartott kapcsolatok)**

1. Pszichológiai munkakörülmények – az ügyféllel való kapcsolattartás típusa: személyes vagy részmunkaidős szolgáltatás, ügyfelek csoportjával vagy egy-egy ügyféllel való kapcsolat; kollégákkal való kapcsolat típusa: külön szobában vagy másokkal egy helyen történő munkavégzés; csapatmunka vagy egyéni munka.
2. A munka pszichológiai összetevői (a szakma pszichológiai követelményei) – percepciók, ötletek, emlékezet és gondolkodás, figyelem, képzelet, megfigyelés, temperamentum, érzelmek, extroverzió, egyéni mentális jellemzők, nyelvfejlődés.
3. Bonyolultság, nehézség és a szakmai kockázat mértéke mentális szempontból.
4. Foglalkozási ártalom pszichológiai szempontból.
5. Szakmai rehabilitáció pszichológiai szempontból.
6. Pszichológiai korlátok és ellenjavallatok – abszolút és relatív; előnyei és korlátai nem és életkor szerint.
7. Megfelelő munkahely kiválasztása a mentális/pszichés problémával küzdő fiatal számára.

## **II. Szociogram, szervezeti-igazgatási és vezetői munkakörülmények, illetve szakmai előmenetel vizsgálata**

1. Szervezeti-igazgatási és vezetői munkakörülmények a szakmában – a döntéshozatal függetlenségének foka; beosztotti vagy vezetői pozíciók – felelősségvállalás mások szakmai tevékenységéért; csapatmunka vagy egyéni munka; a kritikus vészhelyzetek kezelésének szükségessége; anyagi, technikai vagy pénzügyi forrásokért történő felelősségvállalás mértéke.
2. A munka közösségi vetülete (a szakma közösségi követelményei) – általános közösségi összetevők és követelmények: csapatmunka, konfliktuskezelés, alkalmazkodóképesség – sztereotipizálás, kölcsönös segítségnyújtás; a szervezeti, akarati és üzleti minőségre vonatkozó követelmények.
3. Komplexitás, nehézség és a szakmai kockázat mértéke kapcsolati szempontból.
4. Foglalkozási ártalmak kapcsolati szempontból.
5. Szakmai rehabilitáció kapcsolati szempontból.
6. Kapcsolatokra vonatkozó ellenjavallatok – relatív és abszolút; előnyök és korlátok nem és életkor szerint.

## **III. Diagnózis és a szakmai érdeklődéssel kapcsolatos tanácsadás**

A szakmai érdeklődés megállapításának szintjei ebben a korban a következők lehetnek:

1. Az egyén társadalmi és szakmai orientációjának típusa.
2. A tudás különböző területein, meghatározott tevékenységekben, készségekben és teljesítményekben megnyilvánuló kognitív érdeklődés, a „motivált készségek és képességek gyakorlása” révén. Ily módon szintetikus diagnosztizálható a szakmai képességek és érdeklődés közötti megfelelés, a személyes tapasztalatok alapján.
3. Egy bizonyos szakma vagy munkakör iránti érdeklődés – prioritás a szakmai érdeklődés felismerésében.

A mentális/pszichés problémával küzdő fiataloknál a karrier-tanácsadás során használható egyik eszköz a közösségi és szakmai orientációs teszt. Holland hat személyiség-típusa egy másik hasznos leíró teszt a fiatalok felmérésével kapcsolatban. Ez meghatározza az organikus személyiség- vagy környezettípust, amely az „ökológiai” adaptív döntések meghozatalának alapja.

A hat személyiség-típus irányultság szerint a következő:

## Gyakorlati-technikai

- szeret állatokkal, szerszámokkal vagy gépekkel dolgozni; általában kerüli a társas tevékenységeket, például a tanítást, a gyógyítást és mások tájékoztatását
- ügyesen bánik a szerszámokkal, gépekkel, képességei megmutatkoznak a növényekkel és állatokkal való munkavégzés terén, jó készsége van a műszaki rajzok készítéséhez
- értéket tulajdonít azoknak a praktikus dolgoknak, például növényeknek, állatoknak, szerszámoknak, berendezéseknek vagy gépeknek, amelyeket láthat, megérinthet és felhasználhat
- praktikusnak, realistának és műszaki beállítottságúnak gondolja magát

## Intellektuális-kutató

- szeret tanulni, matematikai vagy természettudományos problémákat megoldani; általában kerüli azt, hogy embereket kelljen vezetnie, bárkit meggyőznie vagy bárkinek bármit eladnia
- képes megérteni és megoldani a természettudományos és matematikai problémákat
- nagyra tartja a tudományt
- precíznek, tudományosnak és intellektuálisnak gondolja magát

## Művészi-nyelvi

- szívesen űz kreatív tevékenységeket, például művészeti tevékenységeket (színhátszás, kézművesség, tánc, zene vagy kreatív írás); általában kerüli a rendkívül összehangolt vagy ismétlődő tevékenységeket
- jó művészi képességekkel rendelkezik a kreatív írás, dráma, kézművesség, zene vagy művészet terén
- nagyra tartja a kreatív művészeteket, például a drámát, a zenét, a művészeteket vagy a kreatív írók munkáit
- kifejezőnek, eredetinek és függetlennek gondolja magát



## Szociális

- szívesen segít az embereknek, például tanít, betegeket ápol vagy elsősegélyt vagy információt nyújt; általában kerüli a gépek, eszközök használatát vagy az állatokkal való munkavégzést egy cél elérése érdekében
- erőssége a tanítás, tanácsadás, ápolás vagy információszolgáltatás
- nagyra tartja az embereknek adott segítséget és a társadalmi problémák megoldását
- segítőkésznek, barátságosnak és megbízhatónak gondolja magát

## Szervezői-vállalkozói

- szereti vezetni és meggyőzni az embereket, szeret eladni dolgokat és ötleteket; általában kerüli azokat a tevékenységeket, amelyek gondos megfigyelést és tudományos, elemző gondolkodást igényelnek
- vezetői készségekkel rendelkezik, szeret eladni dolgokat vagy ötleteket
- nagyra tartja a politikában, a vezetés terén vagy az üzleti életben elért sikereket
- energikusnak, ambiciózusnak és társaságkedvelőnek gondolja magát

## Konvencionális-hagyománykövető

- szívesen dolgozik számokkal, nyilvántartásokkal vagy gépekkel meghatározott szabályok szerint; általában kerüli a kétértelmű, strukturálatlan tevékenységeket
- erőssége a nyilvántartásokkal és számokkal végzett szisztematikus, fegyelmezett munka
- nagyra tartja az üzleti sikereket
- fegyelmezettnek gondolja magát, és képes a kitűzött terv betartására

A sikeres karrier-tanácsadáshoz elengedhetetlen a személyes tapasztalatokon alapuló, a szakmai képességek és érdekek közötti összhang átfogó diagnózisa.

A komplex diagnosztika magában foglal gyakorlatokat a készségek és képességek felmérésére (Jurman, R. és P. Arnold: Exercises for motivated skills and abilities; Bernard Haldane Associates Job

& Career Building, New York, 1980, 58–61. o.) olyan egyedi elemekkel, mint a példaértékű eredmények, legjelentősebb eredmények, szintetizált készségek csoportjai területenként stb.

A fenti gyakorlatok segítenek tisztázni az egyén prioritásait és erősségeit, összepárosítani ezeket a helyzettel, azonosítani a lehetséges problémákat és nehézségeket, végül felismerni az egyén és a környezet hiányosságait a kockázat mérlegelése érdekében.



A karriertanácsadás következő szakasza megállapítja a fiatalok érdeklődési köreit egy adott szakmában vagy munkakörön belül. Az érdeklődési körök listáját az Amerikai Egyesült Államok Munkaügyi Minisztériuma dolgozta ki. A lista fő célja, hogy segítséget nyújtson az interjú során, ha további információra van szükség az interjúalanyra vonatkozóan.

**Az érdeklődési körök felmérésével kapcsolatos ellenőrzőlista eredményeinek értelmezése feltárja a konzultáció elsődleges érdeklődési területeit. Ezek a következők lehetnek:**

- A. A művészetek területén végzett munka
- B. A zene területén végzett munka
- C. Az irodalom területén végzett munka
- D. Szórakoztatás
- E. Irodai munka és kereskedelem: műszaki munka
- F. Irodai munka és kereskedelem: számítógépes munka
- G. Nyilvántartás-vezetés és általános irodai munka
- H. Kapcsolattartás az emberekkel
- I. A szolgáltatóiparban végzett munka: közszolgálat
- J. A szolgáltatóiparban végzett munka: főzés
- K. Gyermekgondozás
- L. Személyi szolgáltatás
- M. Mezőgazdaság
- N. Haditengerészet
- O. Erdőgazdálkodás
- P. Mérnöki munka: műszaki munka
- Q. Gépészet terén végzett munka

- S. Munkavégzés az energiagazdálkodás területén
- T. Építőipari mesterségek: építkezési és ácsmunkák
- U. Általános alkotómunka
- V. Gépgyártás és gépekkel végzett munka
- W. Grafikus munka
- X. Fémmegmunkálás és egyéb feldolgozóipari munkavégzés

A karriertanácsadás utolsó szakasza a konzultáció lezárása és távlati célok kijelölése, ami a következő fő összetevőket és egyedi lépéseket tartalmazza:

### **I. Az ügyfél eredményeinek értékelése**

Az ügyfél viselkedésének leírása a konzultáció végén. Az ügyfél a folyamat elején, illetve végén tapasztalt viselkedésének összehasonlítása. A folyamat végén tanúsított viselkedés összehasonlítása a célokkal. Annak meghatározása, hogy a cél megvalósult-e. Annak meghatározása, hogy szükség van-e további konzultációra vagy útmutatásra.

**II. A konzultációs folyamat véglegesítése. A lezárási folyamat magyarázata. A későbbi kapcsolattartás szükségességének és ennek módjának megbeszélése.**

# A NEET-FIATALOK MUNKAERŐPIACI INTEGRÁLÁSÁNAK MÓDSZEREI A „HIDDEN LIKES” IFJÚSÁGI HÁZAKBAN

## BEVEZETÉS

A megfelelő módszerek azonosítása a projekt kutatási fázisában készült jelentés következtetésein alapult. Ez alapján a 15 és 29 év közötti fiatalok sérülékeny és kiszolgáltatott csoportot képeznek a munkaerőpiacon. A válaszadók fele a napi szükségleteit tekintve a túlélésért küzd. A szegénységük közvetlenül összefügg a szüleik szegénységével – ez az úgynevezett generációkon átívelő szegénység vagy generációról generációra öröklődő szegénység, amelynek okai a szülők munkanélkülisége, bevételeik hiánya, megfelelő képzettség hiánya vagy betegség.

A L.I.K.E. projekt keretében végzett szociológiai tanulmány a fiatalok durva kirekesztését egyfajta folyamatként írja le, melynek sorána fiatalok a társadalom perifériájára szorulnak, illetve a szegénység vagy az alapvető kompetenciák, valamint a tanulási lehetőségek hiánya megakadályozza őket abban, hogy teljes mértékben részt vegyenek benne, vagy diszkrimináció eredményeként nincs lehetőségük részt venni a társadalmi életben. Ezáltal távol kerülnek a foglalkoztatástól, a jövedelemszerzési és oktatási lehetőségektől, továbbá nem férnek hozzá a közösségi hálózatokhoz és tevékenységekhez sem. E fiataloknak nincs hozzáférésük a döntéshozó szervezetekhez, ami azt az érzést kelti bennük, hogy nem képesek irányítani a saját életüket.

A generációk közötti egyenlőtlenségek halmozódásának megállítása érdekében **személyes felelősségvállalásra és támogató környezetre** van szükségük – a gyereknevelés, a szociális juttatások és családi ellátások nyújtása, a szociális szolgáltatások, a foglalkoztatás támogatása és a szakmai érvényesülés terén.

A Hidden Likes ifjúsági házak abban segítik a fiatalokat, hogy rátaláljanak a saját szakmai életútjukra egy olyan időszakban, amikor minden zavarosnak tűnik, amikor bizonytalanok érzik magukat. Az elgondolás alapja egy olyan vízió, amely szerint minden generációnak a maga módján kell rátalálnia a saját útjára.

A **NEET fiatalok munkaerőpiaci integrálásának** alábbiakban javasolt **módszere** egy sor intézkedést tartalmaz, amelyek ösztönzik őket a saját útjuk – munka, tanulás vagy szakmai gyakorlat, önkéntes munka, gyakornokság vagy továbbtanulás – megtalálásában.

Ezek a módszerek és intézkedések, valamint az azonosítás, az aktiválás és a motiváció speciális eszközei és megközelítései egy ALGORITMUSként írhatók le – 7 egymást követő és egymáshoz logikusan kapcsolódó lépés sorozataként:

## **AZONOSÍTÁS – PROFILKÉSZÍTÉS – ORIENTÁLÁS – ELKÖTELEZETTSÉG – TERVEZÉS – MOZGÓSÍTÁS – MEGVALÓSÍTÁS**

A hétlépéses módszertan proaktív és egyénre szabott, alapja a coaching-/mentorálás jellegű megközelítés, ami lehetővé teszi, hogy a NEET fiatalok gyakorolhassák a munkához való jogukat.

Ez a módszertan egy racionális döntéshez vezet – egy olyan döntéshez, ami összhangban van annak a csoportnak a profiljával, ahova az adott fiatal tartozik, valamint az egyéni érdeklődésével, preferenciáival és jövőre vonatkozó vágyaival.

A módszertan összhangban van az ötlépéses modellel (attitűdök, érdekek, vágyak/elvárások, aggodalmak, előnyök).

**„Vezess, miközben követsz” mottójú coaching a kapcsolat lényege, az azonosítás, az aktiválás és a motiváció minden szakaszában, amelyen a javasolt hétlépcsős módszertan alapul**

### **LEÍRÁS**

A javasolt módszertan a következő elveken alapszik:

- **Egyéniség:** minden ember egyéniségként való elfogadása, az érdekeikkel, preferenciáikkal, gondolkodásmódjukkal és élettapasztalataikkal együtt.
- **Tisztelet:** a szolgáltatás során a személyes méltóság és az életkori sajátosságok kiemelkedő jelentőséggel bírnak.

- **Elhatározás:** egyéni érdekvédelem– a fiataloknak joguk van érdeklődésük és preferenciáik kibővítésére, döntéseik kinyilvánítására, valamint szakmai és magán életükre vonatkozó terveik meghatározására a személyes és környezeti feltételek függvényében.
- **Megalapozott döntések:** a fiatalok arra való ösztönzése, hogy teljes mértékben felismerjék képességeiket, ezáltal olyan döntéseket hozzanak, amelyek összhangban vannak a preferenciáikkal, illetve hogy tisztában legyenek ezek következményeivel.
- **Önálló élet:** a fiatalok segítése az életvitelüket és a közösségi részvételüket érintő döntések meghozatalában. A fiatalok legyenek aktív részesei a szolgáltatások megtervezésének, értékelésének és fejlesztésének.
- **Bizalmas adatkezelés:** a fiatalok által megadott információ bizalmas jellegének tiszteletben tartása. Személyes adatokhoz való hozzáférés.
- **Rugalmasság:** a változások a szolgáltatás igénybe vevőjének szükségletein múlnak. A szolgáltatások rugalmasak, megfelelnek az egyén szükségleteinek, illetve a speciális szükségletek szerint adaptálhatók.

## 1. AZONOSÍTÁS – A NEET fiatalok státuszához kapcsolódó szükségletek és kockázatok egyedi alapon történő felmérése

A fiatalok kiválasztása és az egyes esetek kockázatai azonosításának célja, hogy segítsen megérteni a „személyes történetet”, azaz azokat az okokat, amik miatt fiatalok nem foglalkoztatottak, illetve nem vesznek részt oktatásban vagy képzésben. Ez fontos a NEET-fiatalok csoportján belül minden egyes azonosított fiatal nagy vonalakban felvázolt életkörülményeinek megértésében, és ezáltal az aktivizálási és támogatási stratégia meghatározásában.

A szükségletek egyedisége és az erőforrások személyre szabása segíti az önmegismerést és az önbizalom fejlődését, és alapvető jelentőséggel bír a szakmai előremenetel szempontjából. Ez az alapja minden esetben a megfelelő támogatási intézkedések meghatározásához, illetve hozzájárul a hatékonyabb és célirányosabb foglalkoztatási eszközök kiválasztásához.

A Hidden Likes ifjúsági házakban alkalmazott többdimenziós rendszer személyközpontú. Kialakítása a fiatalok egyéni szükségleteire helyezi a hangsúlyt, az érdekes és izgalmas tevékenységekben való

részvételükön keresztül, hogy szociális és gyakorlati készségek széles körét sajátíthassák el, amelyek elősegítik a társadalmi integrációjukat, és ezt követően a munkaerőpiaci integrációjukat is.

## **2. PROFILKÉSZÍTÉS – A NEET-fiatalok egy adott csoportjához való tartozás meghatározása**

Az egyes fiatalok egyéni profiljának elkészítése lehetővé teszi annak meghatározását, hogy az egyes fiatalok a NEET-fiatalok melyik alcsoportjához tartoznak – ez előfeltétele az eszközök kiválasztásának, valamint az Ifjúsági Garancia által biztosított állásajánlatnak, képzésnek és szakmai gyakorlatnak, gyakornoki munkának vagy továbbtanulásnak.

Az egyéni profilkészítés az illető fiatal egészségi állapotán és iskolai végzettségén, családi környezetén, szakképesítésén és szakmai tapasztalatain, valamint készségein és kompetenciáin alapul.

Fontos tényeket világít meg az illető háttérében, és biztosítja a személyes jellegzetességek mélyebb megértését, illetve hozzájárul a foglalkoztatáshoz, az oktatáshoz, a képzéshez és a pályorientációhoz.

Fontos hangsúlyozni, hogy a NEET-fiatalok kilátásai eltérőek, nem lineárisak és reverzibilisek, a rájuk váró bizonytalan életpályák miatt. A legkiszolgáltatottabbak azok a fiatalok, akik iskolázatlanok, kisebbségi közösségekből származnak, hosszú ideje munkanélküli családtagokkal szegénységben, „rossz” környéken, elmaradott területeken élnek.

Javasoljuk, hogy egyénileg közelítsék meg őket, először képzéssel, majd munkával, támogató környezet biztosításával. A fiatalok jóllétének javításához az oktatási, munkaügyi, egészségügyi és szociális szakpolitikák kombinációjára, szinergiájára van szükség.

## **3. ORIENTÁLÁS – A vágyak és preferenciák meghatározása a jövőbeli fejlődés érdekében**

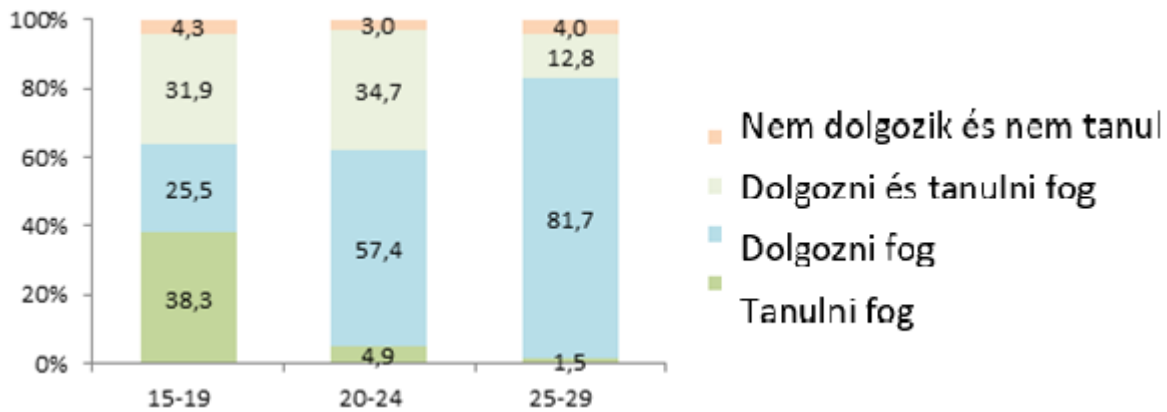
Ez egyfajta személyes „szűrés” – az érdeklődési körök, preferenciák, attitűdök, jövőt illető vágyak felmérése minden egyes fiatal esetében. Az ilyen „szűrés” célja, hogy kiegészítse az egyedi profil jellemzőit és indokolja a konkrét támogatás és intézkedések kiválasztását. A tanulmány eredményei azt mutatják, hogy a válaszadók három korcsoportjában jelentős eltérések vannak.

Az életkor előrehaladtával bizonyos illúziók, azaz az „5 éven belüli” foglalkoztatás reménye megerősödik, minden egymást követő korcsoportban több mint 20 százalékponttal nő. Azok aránya,



akik „tanulnak és dolgoznak”, az első és a második korcsoportban közel ugyanakkora: a válaszadók körülbelül harmada – a 24–29 évesek között viszont csak 13%.

### Jövőkép öt év múlva



Közepes jelentőségű korreláció van az életkor, illetve aközött, hogy 5 éven belül az illető hogyan képzei el a jövőjét. Amíg a 15–19 évesek korcsoportjában 38% az aránya, akik feltételezik, hogy tanulni fognak, 26% azoké, akik dolgozni fognak, és 32% azoké, akik tanulni és dolgozni fognak, a 20–24 évesek korcsoportjában már csak 5% gondolja azt, hogy 5 év múlva tanulni fog, 57%-uk dolgozni fog, és 35%-uk véli úgy, hogy egyidejűleg fog tanulni és dolgozni.

Az eredmények szerint ötéves időtávlat tekintetében a mintában a „legidősebb” munkanélküli fiatalok várják a leglelkesebben azt, hogy dolgozhassanak. A 25–29 éves korcsoportba tartozók 2%-a gondolja azt, hogy csak tanulni fog, 82%-a azt, hogy dolgozni fog, 13%-a pedig azt, hogy tanulni és dolgozni fog. Ez azt jelenti, hogy ők azok, akik a leginkább nyitottak egy állásajánlatra, míg a legfiatalabbak a legnyitottabbak a tanulási lehetőségekre.

## 4. BEVONÁS – a NEET-fiatal aktiválása

- *Pszichológiai támogatás* – A fiatalok kaphatnak pszichológiai támogatást – az egyéni vagy csoportos tanácsadás csökkenti a stresszt, segít leküzdeni a kezdeti nehézségeket, felismerni az illető előtt álló akadályokat és legyőzni azokat.
- *Pályaválasztási tanácsadás* – segít a fiataloknak a leendő karrierjükre és szakmájukra/specializációjukra vonatkozóan döntést hozni; dönteni abban, hogy milyen

szakképesítést szerezzenek meg először, milyen karriert válasszanak és hogyan képezzék tovább magukat. A pályaválasztási tanácsadás és pályorientáció útján a fiatalok arról is kaphatnak információkat, hogy hogyan szerezzék meg az áhított specializációt és/vagy szakképesítést.

A fiatalokat lehet afelé irányítani, hogy az álláskeresési (önéletrajz- és kísérőlevél-írásra, állásinterjúra való felkészülésre, illetve viselkedés- és karriertervezésre stb. vonatkozó) készségeik javítása céljából vegyenek részt munkaerőpiaci aktív viselkedést elősegítő motivációs képzéseken.

- *Tájékoztató és tanácsadás* – a szakma- vagy specializációválasztást, nemzeti és regionális képzési és munkaügyi programokat, szakmák/szakmacsoportok bemutatását, oktatási intézmények bemutatását illetően, többek között munkaügyi hivatalok munkaügyi központjai által leendő diákoknak rendezett pályorientációs rendezvényeken történő részvétel. Ilyenkor tanácsot kérhetnek az alkalmazotti, munkanélküli vagy inaktív státuszra vonatkozó jogszabályi rendelkezések, valamint a vonatkozó jogok és kötelezettségek vonatkozásában.

- *Motiváció aktív fellépésre a munkaerőpiacon*, többek között önéletrajz- és kísérőlevél-írás, állásinterjúra való felkészülés, illetve viselkedés- és karriertervezés stb. a munkaügyi hivatalok által szervezett álláskeresési műhelyek alkalmával; folyamatos oktatás és képzés a szakképesítés megszerzése és/vagy a munkaerőpiacon keresett kulcsfontosságú kompetenciák elsajátítása érdekében.

A 15–18 éves fiataloknak tett színvonalas ajánlatnak mindenekelőtt a tanulás folytatására és a továbbképzésbe való integrációra kell vonatkoznia. A NEET-fiatalok idősebb csoportjai a későbbi foglalkoztatás érdekében bevonhatók a továbbképzésbe. A 19–24 év közötti fiatalok korcsoportjának tagjainak kapcsolatfelvételi lehetőségeket lehet adni munkáltatókhoz, illetve munkavállalói szervezetekhez és nem kormányzati szervezetekhez **szakmai gyakorlat, házon belüli képzés, munkahelyi képzés vagy önkéntes munka** céljából. A 25–29 éves korcsoportba tartozó fiatalokhoz hasonlóan az intézmények és szervezetek nekik is ajánlhatnak kurzusokat a munkaerőpiacon keresett készségek – számítógépes ismeretek, humán készségek – fejlesztésére, illetve önkéntes munkára.

A **kARRIER-TANÁCSADÁS A SZÜLŐK SZÁMÁRA** is ajánlott, a támogató környezet kialakítása és a szorongás csökkentése céljából.

## **5. TERVEZÉS – A NEET-fiatalok aktiválási módjainak megvitatása az együttműködő intézmények és szervezetek között**

A két fő alcsoportba tartozó fiatalok – a munkanélküliek és a gazdaságilag inaktív NEET-fiatalok – minden profilja az alapjellemzők, azaz a képzettség, a szakképesítés és a szakmai tapasztalat különböző kombinációit képviseli, amelyek jellemzőek a két alcsoportra.

Ezek a profilok nem merítenek ki minden lehetséges kombinációt, illetve egy személy többféle profilok jellemzőit is egyesítheti. Ezekben az esetekben az aktiválás módszerei kombinálhatók.

Az **önkéntes munka és a szakmai gyakorlat** kiváló első lépcsőfok a foglalkoztatás és a munkaerőpiacon történő aktív megjelenés irányába. Az integráció és a függetlenség két lényeges alapelvek a célok eléréséhez. A mentális/pszichés problémával küzdőknek úgy kell érezniük, hogy a közösség fontos tagjai, ugyanakkor indíttatást kell érezniük a személyes fejlődésre is. Ezért a mentorokat, önkénteseket és szakembereket be kell vonni a szükséges motiváció, a pszichológiai alapok, a célcsoport közösségi szerepvállalásának és aktivitásának megteremtésébe.

A módszerek többek között a következők lehetnek: **tematikus csoportszemináriumok és konzultációk az önismeret és a karriermenedzsment-készségek – az önbizalom és az önreprezentáció, valamint az álláskeresési készségek – fejlesztésére; személyes képzési vagy mobilitási terv kidolgozása; a szakmai előmenetelre és a személyes helyzetekre (szakmai kiegészítés, karrier és a magánélet egyensúlya, gyereknevelés stb.) vonatkozó egyéni tanácsadás.**

**A karrier-tanácsadással kapcsolatos szolgáltatásoknak a Global Career Development Facilitator program előírásait kell követniük.**

## **6. A partner intézmények és szervezetek MOZGÓSÍTÁSA**

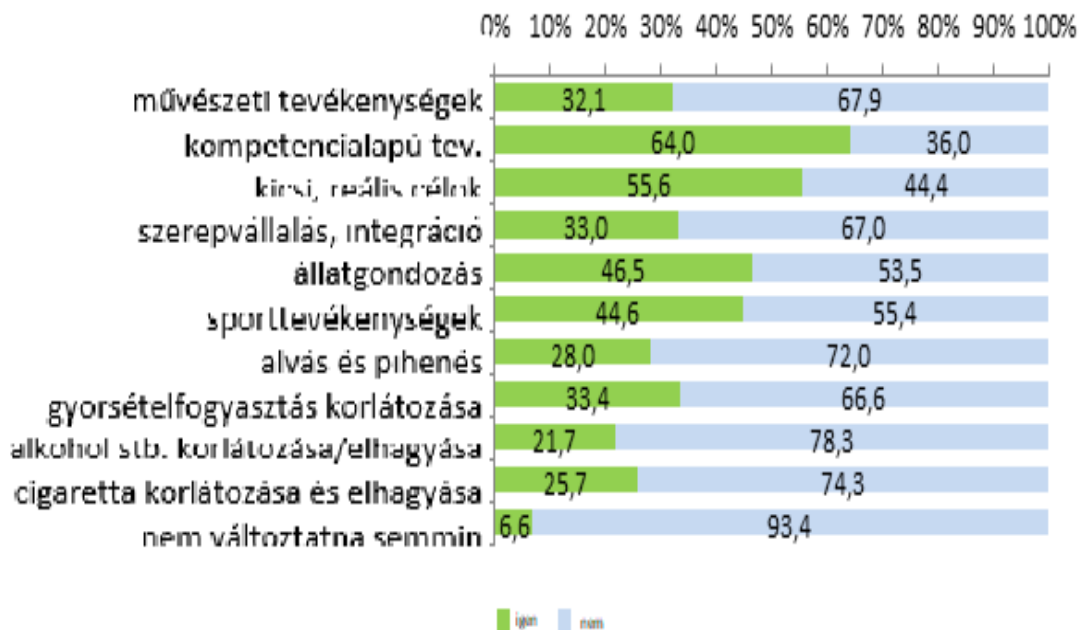
Az érdekelt felek bevonásának és mozgósításának e módszere arra irányul, hogy azonosítsa azokat a partner intézményeket és szervezeteket, amelyekkel a NEET-fiatalok érdekében közös fellépéseket és

kezdeményezéseket lehet tervezni és végrehajtani. Munkáltatói, munkaügyi és ifjúsági mediátor kontaktszemélyek jöhetnek itt szóba.

Azok közül a tevékenységek közül, amelyek javíthatnak az életükön és az egészségi állapotukon, a fiatalokat leginkább azok érdeklik, amelyekben kompetensnek érzik magukat. 64%-uk részt venne ilyen tevékenységekben. A kompetenciára összpontosítani annyit tesz, hogy a jövőbeli projektmunkának figyelembe kell vennie a kompetenciaalapú szemléletet.

A fiatal válaszadók tanulmányi eredménye és az általuk megadott érdeklődési körök alapján a lépések és tevékenységek következő fontossági sorrendje állítható fel: apró, reális célok kitűzése – 56%, állatgondozás – 47%, sport – 45%, egészségtelen ételek és üdítők fogyasztásának csökkentése – 33%, a társadalombeli szerep és részvétel elfogadása – 33%, részvétel kreatív tevékenységekben – 32%.

**Milyen lépéseket tenne annak érdekében, hogy jobbá tegye az életét és javítsa az egészségi állapotát?**



Tízből kilenc fiatal munkanélküli hajlandó lépéseket tenni és megváltoztatni az életét... Azok közül a tevékenységek közül, amelyek javíthatnak az életükön és az egészségi állapotukon, a fiatalokat leginkább azok érdeklik, amelyekben kompetensnek érzik magukat. 64%-uk részt venne ilyen tevékenységekben. Itt a **munkaterápia** módszere ajánlható a magabiztosság és a különböző készségek fejlesztése érdekében.

A kompetenciamérés hasznos eszköz a készségek és kompetenciák felmérésére. Hozzájárulhat az önbizalomhoz, illetve ahhoz, hogy az illető tisztában legyen a saját erősségeivel. Ez a szempont az önbecsülésük javítása érdekében különösen fontos a hátrányos helyzetű csoportoknál, például azoknál, akik hosszú ideje munkanélküliek. A kompetenciamodellekkel a készségek széles skálája azonosítható: általános, szakmai, személyes és a különböző munkakörökhöz igazított horizontális kompetenciák.

A munkaerő nemzeti kompetenciamérő rendszere, a MyCompetence (MC), amelyet az MLSP és a BIA dolgozott ki, használható kompetenciák felmérésre.

Az MC, amely holisztikus rendszerként integrálja az ágazati kompetenciamodelleket az önértékelés eszközeivel és az online kurzusokkal, 370 kompetenciamodellt foglal magában 25 gazdasági szektorbeli kulcsfontosságú munkakör tekintetében. Mindegyik kompetenciamodell a megszerezni áhított állás, a feladatok, felelősségi körök és képesítések, valamint a humán készségek és kompetenciák részletes leírását tartalmazza.

A rendszert a Bolgár Kereskedelmi Kamara (Bulgarian Chamber of Commerce, BIA) dolgozta ki két nemzeti kereskedelmi szakszervezettel együttműködésben. Az MC végrehajtását támogatja a National Competence Assessment Partnership Network, amely magában foglalja a bolgár érdekelt feleket (munkáltatókat, HR-menedzsereket, munkaközvetítő irodákat, valamint az oktatásokat és képzéseket nyújtó szolgáltatókat és a területen dolgozó szakembereket).

## **7. MEGVALÓSÍTÁS – Konkrét állásajánlat, továbbtanulás, tanulószereződéses gyakorlat vagy szakmai gyakorlat**

Az azonosítás, aktiválás és motiváció többdimenziós módszertanába integrált, következetes és célzott intézkedések előfeltételei annak, hogy minden 15 és 29 év közötti fiatalnak megfelelő munkát, továbbképzést, illetve tanulószereződéses vagy szakmai gyakorlatot kínáljanak.

Az elhelyezkedés után kezdeti támogatásra van szükség a stabil foglalkoztatás és az önmegvalósítás biztosításához. Ezt követően azonban fokozatosan csökkenteni kell az ellenőrzést, ideértve az oktatásbeli, szakmai és személyes önmegvalósítással kapcsolatos belső és külső konfliktusok megoldásához nyújtott segítséget.

## KÖVETKEZTETÉS

A NEET-fiatalok munkaerőpiacra történő integrálásának hétlépéses módszertana (**AZONOSÍTÁS – PROFILKÉSZÍTÉS – ORIENTÁLÁS – BEVONÁS – TERVEZÉS – MOZGÓSÍTÁS – MEGVALÓSÍTÁS**) feltárja a lehetőségeket és segít megszerezni az alapvető kompetenciákat, továbbá a személyes és szakmai készségeket. Ez „ablakot nyit” a fiatalok előtt a munka, a bevételek és az oktatás által kínált lehetőségek irányába, javítja a szociális és a közösségi hálózatokhoz és tevékenységekhez való hozzáférést, a mozgósításuk révén lehetővé teszi, hogy kihasználják a saját lehetőségeiket, továbbá a család és a munkáltatók jelentette biztonságos, támogató környezetet alakít ki. Ily módon a NEET-fiatalok át tudják venni az irányítást azok felett az életüket befolyásoló döntések felett.

**Szemléletformáló kampányok szervezése a munkáltatók körében** a célcsoport sajátosságaihoz és a téma népszerűsítéséhez kapcsolódóan. **A munkaadók tájékoztatása**, illetve a családtagok és önkéntesek **bevonása** a célcsoport felkészítésébe és a munkaviszonyra való átállásba.

## SZOCIÁLIS ÉS GYAKORLATI KÉSZSÉGEK

Az újonnan megnyílt helyi központokban, a Hidden Likes ifjúsági házakban megvalósítandó többdimenziós program számos tevékenységet kínál, amelyek célja a munkanélküli fiatalok szociális kapcsolatok terén szerzett készségeinek fejlesztése, az elszigeteltség és a közöny leküzdése, képességeik azonosítása és támogatása, döntő lépésként a munkaerőpiaci integráció felé.

A workshopok kialakításával egyrészt tiszteletben tartják a NEET-fiatalok a felmérés során beazonosított preferenciáit és megkerülik azt az ellenállást, amely visszatartotta őket a munkavállalástól vagy a tanulástól, másrészt pedig a támogató környezet felé való fokozatos átmenettel megszakítják a féltékenység–munkanélküliség–társadalmi kirekesztés ördögi körét.

A fiatalok személyes fejlődésének és harmóniájának fontos mutatói a sikeres interakció egy kortárs csoportban, a saját érzelmeik felismerése és kifejezése, a többiekkel szembeni érvényesítő (asszertív) magatartás, a munkával kapcsolatos tevékenységek képessége, a tehetség kibontakoztatása és az érdeklődés a művészetek iránt, az egészséges életvitel a sport, az egészséges táplálkozási szokások

kialakítása és a káros anyagok kerülése révén. Ezért különösen megfelelő a fenti területekre kiterjedő csoportos tevékenységekben való részvétel és a résztvevők képességeinek fejlesztése.

A program e részében a kulcsfontosságú tevékenységek az állatterápia, a művészet, a sport, az egészségesebb életvitelre vonatkozó képzések.

## I. Állatterápia

Az állatterápia olyan nem konvencionális terápiák összessége, amelyek az állatok közelségét használják mentális zavarokban vagy szomatikus betegségben szenvedő emberek esetén a stressz csökkentésére, pozitív érzelmek kiváltására, a koncentráció és a felelősségérzet fejlesztésére, a magány leküzdésére stb. A módszer leggyakrabban alkalmazott állatfajai a lovak (hippoterápia), a kutyák (kutyaterápia), valamint a nyulak, a macskák és a delfinek. 1792-ben az általa Yorkban alapított menedékhelyen William Tuke azt javasolta a betegeknek, hogy lépjenek kapcsolatba az állatokkal – kiderült, hogy így jobban tudnak koncentrálni és felelősségteljesebbek lesznek. Kevesebb agressziót és kevesebb rohamot figyeltek meg. „A főorvos beszámolója szerint a bentlakók önbizalma javult, amikor náluknál kiszolgáltatottabb lényeket gondoztak.”

Az Egyesült Államokban a módszert háziállat-terápiának nevezik, és először Boris Levinson gyermekpszichiáter javasolta, aki autista gyermekekkel foglalkozva észrevette, hogy kutyája jelenléte a szobában megerősíti a kapcsolatot a fiatal betegekkel és elősegíti a fejlődésüket.

A kutyákat bevonó programok kihasználják azok tulajdonságait: „A kutya társasági állat, csodálatos tájékozódási érzékkel rendelkezik a körülötte lévő emberek körében, szeretete őszinte, kötődése erős, ahogy a hűsége is”.

Amikor a terápia játék formájában történik, észrevétlenül hat, kellemes időtöltést biztosít és megtöri az ellenállást. A pszichén kívül a kutyával való játék a testre is pozitív hatással van: fejleszti a koordinációt és a motorikus képességeket. Miután megszerezte az állat felett az irányítást, a NEET-fiatal önbizalma nő, és élvezzi a szokatlan helyzetet: egy másik élőlény irányítását és gondozását.

## II. Művészetterápia

A művészetterápia olyan módszerek összessége, amelyek a művészi alkotás folyamatának terápiás alkalmazásán alapulnak. A művészet a kommunikáció helyreállítását, az önkifejezés ösztönzését és a kreatív folyamatok megerősítését szolgálja az emberben.

A művészetterápia mind a kezet, mind az elmét lefoglalja. Az esztétikai élvezet mellett, amely aktiválja az agy örömközpontját, megszabadíthat minket a mentális zavarok bizonyos tüneteitől. Ennek háttérében álló mechanizmus magyarázatát a pszichoanalízis kínálja. Freud a „megtérés” kifejezéssel a pusztán mentális izgalom testbe való áthelyezésére utal, márpedig a szorongásos rendellenességek egyik megnyilvánulási területe a test (a másik kettő a gondolat és a viselkedés). A pszichoanalízis szerint a libidó összefonódik a mentális tünetek más típusaival. Ennek a csomónak a kibogozása és a libidó átfordítása például a kreativitásba (más néven „szublimáció”) a tünetek megszüntetéséhez vezethet. Freud szerint „kultúránk számos eredménye” a szublimációnak köszönhető. Bár a magasztos művészet a legkülönlegesebb és legtehetségesebb művészeknek való, az egésznek a gyökere a mentális izgalom kifejezése a festészet, a kézművesség, a tánc stb. révén mindenki számára elérhető, aki képes legyőzni a spontaneitástól és a korlátozások hiányától való félelmét egy festmény, mozaik, agyagfigura, kollázs vagy vers létrehozása során.

A „művészetterápia” és „művészeti pszichoterápia” kifejezéseket először Adrian Hill használta Európában 1938-ban a tuberkulózisban szenvedő betegekkel végzett munkájának leírására, az Egyesült Államokban pedig Margaret Naumburg az 1940-es években. A művészetterápia bulgáriai bevezetésében vezető szerepet játszott Dr. Alexander Marinov, aki 1952 és 1993 között dolgozott Byala város elmeógyógyintézetében.

A művészetterápia a pszichoanalízishez hasonlóan képes „rátekinteni” és rávilágítani az egyén számára fontos összes témára: az önmagunkról alkotott képre, a családra, a múltra, a traumatizáló eseményekre, a megküzdés módjaira, a jövőre – sőt néha még hatékonyabb is ebben.

A művészetterápia érdekes eleme lehet a csend használata, amelyet Shipkovensky bolgár pszichológus „gyógyításnak” nevez. A kreatív folyamatban való elmélyülés lehetővé teszi a személy számára, hogy ideiglenesen abbahagyja a panaszkodást, csendben pihenjen és megtapasztalja annak örömét, hogy valami szépet alkot.

E célra különböző művészeti formák használhatók: agyag- vagy gyurmaszobrászat, rajz, kollázs, fényképezés, mozaik, installáció, bábozás, színház, pantomim, videó, filmkészítés, rajzfilm. Különleges helyet foglal el a zeneterápia, amely magában foglalhatja az éneklést, a táncot, a zenehallgatást, a különféle hangszereken való játékot. A kreatív írás hatalmas lehetőségeket nyit meg – bár itt a kifejezés legfőbb eszközei a szavak, a képzeletbeli karakterekre vetítés lehetősége megkerüli az elutasított érzelmek vagy gondolatok cenzúráját. Ez a folyamat nemcsak az elfeledett



események és intenzív élmények kifejeződéséhez vezet, hanem a szellemi tartalmak újragondolásához és átalakításához is. Összeköti belső világunkat a valósággal.

A művészetterápia különösen előnyös lehet azok számára, akiknek nehezükre esik beszélni, rendezni és strukturálni a gondolataikat, szavakkal kifejezni az érzelmeiket és észleléseiket. A művészetten keresztül történő kitárulkozás észrevétlenül és a beszélgetés feszültsége nélkül valósul meg. Lehetővé teszi a logika és a józan ész törvényeinek figyelmen kívül hagyását, amit ilyen keretek között biztonságosan meg lehet valósítani.

A művészetterápia résztvevője szimbolikusan kifejezheti emlékeit, tapasztalatait, sőt mentális traumáit is. Vághat és szakíthat papírt, ami „felébreszti a játékosságot és a gyermeki szabadságot a rombolásra”. A rajzolás visszavezet a gyermekkorba, amikor kíváncsiabbak és motiváltabbak, találékonyabbak és fürkészőbbek voltunk. Egy műalkotás létrehozása serkenti a valós projektek felépítésének és megvalósításának képességét is. Arra készítt, hogy cselekedjünk, aktívak legyünk, teljesítsük vágyainkat. Az alkotói folyamat és annak eredménye, az „alkotás” érzése elégedettséggel tölt el.

A művészetterápia a játék előnyeit is kínálja: felfedezésre hív, felszabadít bennünket a felelősség terhe alól, megtöri a kereteket, mindemellett szórakoztató is.

A művészetterápia áll a legközelebb a művészet révén történő primitív kifejezési formákhoz, amelyek a legspontánabbak. Az esztétikai kritériumok nem annyira fontosak, „az önkifejezés őszintesége és teljessége a fontos, és nem a végtermék vagy az, hogy a közönség mit gondol róla”. Ez a módszer „abban különbözik a pszichoterápia egyéb formáitól, hogy ez egy a kliens, a terapeuta, illetve a létrehozott kép vagy termék közötti háromoldalú folyamat”. „Használja a test általános tapasztalatait, és nemcsak az értelem tapasztalatait”, hanem rendkívüli lehetőség az érzelmi intelligencia fejlesztésére, amelyet az utóbbi időben méltán hangsúlyoztak.

A művészetterápia csoportos gyakorlása empátiára, mások érzéseinek megértésére és tiszteletére, más nézőpont felvételére tanít. Esélyt ad arra, hogy mások elismerése és értékelése, a kortársak csoportjába tartozás elégedettséggel töltsse el művelőjét. A negatív érzelmek – harag, irigység, gyűlölet – elfogadható és rombolásmentes módon kifejezhetők.

Apátia vagy anhedonia esetén az elveszett érzések előbb visszatérhetnek egy rajzban vagy egy kreatív folyamatban, később pedig az ember gondolataiban és hangulatában.

Az elfelejtett vagy traumatikus mentális tartalom felszínre hozatala mellett a művészet révén fel lehet fedezni az illető rejtett képességeit, tehetségét és személyes fejlődésének lehetőségét.

### III. Zeneterápia

A Bulgarian Association for Music Therapy (Bolgár Zeneterápiás Egyesület) szerint a zeneterápia „pszichoterápiás megközelítés, ahol a zene és a zenélés a test, az elme és az érzelmek közötti célirányos közvetítésre szolgál a megtapasztalás és a ráeszmélés folyamatában a pozitívizálás, a gyógyulás és az egyén fejlődése céljából”.

A kórház zeneterapeutája a páciens tüneteinek megfelelően megtervezi az ének, a játék és a különféle ritmikus mozgásokkal járó gyakorlatok moduljait. Kétféle zeneterápiát alkalmaz: aktív és pihentető zeneterápiát. Az előbbi javítja a koncentrációt, a koordinációt, a finommotorikát, és magában foglalja a pszichodráma-technikákat, amelyek lehetővé teszik az egyén számára, hogy „a hangok révén kiélje az érzelmei egy részét”.

A pihentető zeneterápia „kényelmes helyzetben speciális zenei összeállítások hallgatását jelenti, amelyet harmonizálnak a szívveréssel, a légzéssel és az agyhullámokkal”.

Az érzelmek zene általi kifejezésének egyik előnye, hogy nem kell megtapasztalni a másik ember reakciójának negatívumait, amelyek azok szóbeli kifejezésekor bekövetkezhetnek. A harag és az agresszió ütőhangszerekkel történő kifejezése például megszabadít az ezen érzelmek jelentette nyomástól anélkül, hogy másokat bántana.

Egy másik interjúban ugyanaz a szakértő így nyilatkozott: „Kiderült, hogy nagyon kevés tevékenység képes olyan erőteljes agytevékenységet kiváltani, mint a zene. A zeneterápia azonban nem azért értékes, mert megpróbálunk zenészeket nevelni ezekből az emberekből, hanem azért, mert a mindennapi feladatok során is ugyanazok az agyterületek aktívak. Néha nincs más mód ennek az elérésére, és a zene ehhez rendkívül hatékony eszköznek bizonyul.”

Azt is kiderítették, hogy a zene hallgatása önmagában is olyan erőteljes agytevékenységet jelent, hogy a „passzív” zeneterápia kifejezés használata már nem indokolt.

A pszichológiában régóta ismert, hogy egy hobbi elősegíti az ember gyógyulását. A zene és a művészetek a legélvezetesebb, leginspirálóbb és leghasznosabb hobbik közé tartozhatnak, és pontosan ez az, amit a művészetterápia vagy a zeneterápia során felfedezhetünk.

A zeneterápia a pszichoszociális rehabilitáció fontos eleme. Világos céljai vannak, amelyek a program részét képezik:

1. A különféle érzelmek átélésének és megnevezésének elősegítése.
2. Az intézmény és a csoport számára történő pozitív transzfer kialakításának és fenntartásának ösztönzése.

3. Alkalom az emlékek, tapasztalatok, fantáziák megosztására.
4. Képességek és szokások kialakítása a megbeszéltek betartása érdekében, összpontosítás, tolerancia és érdeklődés mutatása a többi résztvevő iránt.
5. A betegek önbecsülésének és aktivitásának ösztönzése.
6. Toleráns környezet a betegek számára, ahol könnyebben létezhetnek.

Ezeket a célokat a következők révén éri el: zenehallgatás, szabad asszociációk, a zeneművek hatására megosztott emlékek és tapasztalatok, a zene érzelmi állapotokra gyakorolt hatásáról és a résztvevők életében betöltött jelentéséről szóló beszélgetések, érzelmi állapotok kifejezése a hangszerek és mozdulatok segítségével, zeneművek előadása, szövegek fordítása, versmondás, tánc, egyenlő részvételi lehetőségek minden beteg számára.

A program eredményeként javul a saját érzelmi állapotok felismerésének és verbalizálásának képessége, megvizsgálhatók azok befolyásolásának módjai, a kommunikációs készségek tovább javulnak, mások tapasztalatait egyre inkább tiszteletben tartják, fokozódik az érdeklődés különféle időtöltések és a szabadidő hasznos eltöltése iránt, gyarapodnak a zenei ismeretek.

#### **IV. Sporttevékenységek**

Az embert arra tervezték, hogy sokkal többet mozogjon és használhassa a kezét, mint amennyit a modern életmód megkövetel. A testmozgás hiánya már fiatalabb korban is jelentős egészségügyi kockázattá vált a mai városiak számára. Amikor a terápiában a sport kerül szóba, a betegek általában elismerik, hogy amikor sportoltak, sokkal jobban érezték magukat, de válság idején „nem tudják rávenni magukat erre”. Sok más okra is felhívják a figyelmet, amelyek a szervezéshez kapcsolódnak: időhiány, kellemetlenség, a társaság hiánya, vagy akár az, hogy nincs elegendő pénz a sporttevékenység megfizetéséhez.

A motoros aktivitás előnyeit számos orvosi területen elismerik. A diabetes mellitus kezelésében például ez az egyik fő terápia.

- Szabadtéri sporttevékenységek
- Jóga és relaxáció

A jóga ősi indiai testgyakorlat, amelynek célja a belső harmónia, az egészség és a hosszú élettartam elérése. Öt eleme van: testgyakorlatok, légzés (mély, lassú és ritmikus), relaxáció, étrend és pozitív gondolkodás/meditáció. Bulgáriában nagyon népszerű sport, nem is annyira a vallási vonatkozásai

miatt. Erősségei a megnövekedett rugalmasság, az egyik gyakorlatról a másikra történő fokozatos haladás, az egyébként passzív izmok használata, az egyensúly megteremtésére szolgáló gyakorlatok. A jóga mindenkinek jó, életkortól, fizikai állapottól és testsúlytól függetlenül.

Közel két éven át, az Alexandrovska Kórház Pszichiátriai Klinikáján a pszichoszociális rehabilitáció részeként egy jóga program állt rendelkezésre. A betegek élénken érdeklődtek iránta, közülük sokan mind a testmozgás, mind a relaxációs és légzési gyakorlatok pozitív hatásairól számoltak be.

Ugyanez a klinika a relaxáció terén is sokéves tapasztalattal rendelkezik. Ez egy olyan módszersorozat, amely három fő feladatot hajt végre:

- A test minden izmának ellazítása. Előfordulhat, hogy bizonyos izmok, például a vállizmok feszültek, anélkül, hogy észrevennénk. Ha valaki úgy dönt, hogy egy kis időt szán a pihenésre, akkor tudatosan és szisztematikusan összehúzhatja, majd ellazíthatja az összes izmát.

- A légzés lelassítása. Szorongásos állapotban a légzés gyors és felületes. Ezért a szorongás leküzdésére olyan gyakorlatsort állítanak össze, amelynek során számolni kell belégzés, lélegzet-visszatartás, illetve kilégzés közben (a folyamat lelassítása érdekében). Az egyik kezét a mellkasra, a másikat a gyomorra helyezve segíthetünk abban, hogy mélyebben tudjunk lélegezni gyomorból (a gyomron levő kéz mozog, a másik viszont a helyén marad).

(Ez akkor megfelelő, ha a beteg nincs válságban; hiperventilációval járó krízis esetén a széndioxid hiánya miatt a papírsákba történő gyors és felületes légzés ajánlott).

- A gondolatok terelése a gyönyörű természeti látnivalók és a kellemes emlékek felé.

A pszichoszociális rehabilitáció vége után (az aktuális program első két hónapjában) a betegek egyéni preferenciáinak felmérése szerint a relaxáció volt a legnépszerűbb: „két hónap alatt 88 fő iratkozott be relaxációs csoportokba, zeneterápiára 66 fő”, és ennél kevesebben mentális zavarokkal kapcsolatos képzésekre.

## **V. Egészséges életmóddal és táplálkozással kapcsolatos workshopok**

A mozgáshiány melletti egyéb kockázati tényezők az egészségtelen táplálkozás, a pszichoaktív anyagok használata és az egyéb káros szokások. Világszerte már beszélnek a 2-es típusú cukorbetegség járványáról, amely az ülő életmód, a zsíros ételek és a cukor túlzott fogyasztása stb. miatt alakul ki.

Az interneten található rengeteg információ ellenére néha a mentális/pszichés problémával küzdő emberek meglepően keveset tudnak az egészséges életmódról, és szisztematikusan fogyasztanak

egészségtelen ételeket és használnak pszichoaktív anyagokat, hosszú órákat töltenek elektronikus eszközök használatával, felborítva ezzel az alvási szokásaikat, nem törődve a fizikai betegségekkel. A másik véglet az, ha az illető az egészséges táplálkozás megszállott híve lesz, amely az ortorxiának nevezett étkezési zavarhoz vezethet.

Valójában az internet rengeteg hasznos információt kínál az egészséges életmódról, ugyanakkor könnyű megbízhatatlan elméletek, félrevezető tippek, kereskedelmi publikációk és átverések áldozatává válni. Az úgynevezett alternatív gyógyászat egyre nagyobb bizalmat és népszerűséget élvez, de komoly, kritikusan fellépő szakirodalom is rendelkezésre áll.

A testneveléshez hasonlóan, a problémának is az akaraterőhöz van köze: a fiatalok elméletben pontosan tudják, mely szokások károsak vagy melyek a megfelelő ételek, de a gyakorlatban képtelenek legyőzni a saját ellenállásukat. Ebben az esetben a workshopok és képzések – különösen igaz ez az interaktív workshopokra és képzésekre – képessé tehetik a résztvevőket arra, hogy lépésről lépésre haladjanak a helyes irányba. Az, ha az illető egy azonos célokkal rendelkező csoport tagja vagy egy moderátorhoz kerül, jelentősen növeli a siker esélyét.

Az ilyen workshopokban és képzéseken nyújtott információkat gondosan kell kiválasztani, hangsúlyozva az alapelveket és elkerülve az olyan ajánlásokat, amelyeket soha nem fognak követni. Olyan vizuális segédeszközöket – rajzokat, diagramokat, videókat stb. – kell használni, amelyek a résztvevők számára könnyen érthetők és átadják az adott téma lényegét. (pl. ételpiramis 3 alábbi tippel)

Három szabály az egészséges táplálkozás megvalósításához:

- Minél alacsonyabban helyezkedik el egy termék a piramisban, annál inkább jelen lesz az étrendben, és fordítva: minél magasabban van a piramisban, annál kevesebbet lehet enni belőle.
- Minden étkezés tartalmazzon egy vagy két nyers zöldségfélét.
- Egyes termékek (például a finomított cukor) kizárása az étrendből vagy más termékek (pl. zabpehely) hozzáadása nem elegendő – az elfogyasztott ételek teljes mennyiségét és összetételét kell figyelembe venni.

## VI. Végkövetkeztetések

A fiatal NEET-fiatalok bevonása a Hidden Likes ifjúsági házak által kínált tevékenységekbe aktívvá, felelősségteljessé, empatikusabbá és magabiztosabbá teszi őket, fejleszti a kortárs csoporthoz való tartozás érzését, javítja az egészségi állapotukat, általa hasznos ismereteket és esélyt kapnak az

egészséges szokások kialakítására, csökken a szorongás, illetve a mentális/pszichés problémáik egyéb megnyilvánulásai, feltárulnak belső képességeik, illetve újakat szereznek.

## SZEMLÉLETFORMÁLÓ KAMPÁNYOK SZERVEZÉSE A MUNKÁLTATÓK SZÁMÁRA

A mentális/pszichés problémával küzdő emberek munkaerőpiaci alkalmazása a fejlett gazdaságok és érett civil társadalmak egyik jele. Ebben kulcsszerepet játszanak azok a munkaadók, akik munkahelyek teremtésében és a gazdaság élénkítésében társadalmi funkciókat is ellátnak. Ezek egymástól függő folyamatok, amelyek szimmetrikus párhuzamossága előre meghatározza a gazdasági tevékenység sikerét vagy kudarcát. Ennek a kettősségnek (az üzleti tevékenység és a mentális/pszichés problémával küzdő emberek szocializációja) a munkaadók általi megértése az üzleti siker egyik előfeltétele. Az ilyen megközelítésnek megvan a maga történelmi perspektívája, amint azt a nagy francia pozitívista, Auguste Comte művei is kifejtették. Egy olyan terv kidolgozása, amely lehetővé teszi a munkaadók számára szociálisan hátrányos helyzetű emberek alkalmazását, országos jelentőségű lenne, személyes és társadalmi haszonnal egyaránt járna. Ezért a következő kiemelések kétségtelenül arra ösztönözhetik a munkaadókat, mind az állami, mind a magánszférában, hogy mentális/pszichés problémával küzdő embereket keressenek és alkalmazzanak:

1. Ilyen emberek felvételekor a munkaadók élvezhetik a jogszabályi keretrendszer által biztosított összes kedvezményt.
2. Az ilyen embereket foglalkoztató munkáltatóknál lényegesen kevesebb a fluktuáció jelentette probléma.
3. Bizonyos tevékenységi körökben ezek az emberek olyan kompenzációs készségeket és tulajdonságokat sajátíthatnak el, amelyekből rendszerint hiány van a munkaerőpiacon.
4. Az ilyen emberek állandóan pozitívan viszonyulnak a munkához, mivel ezt társadalmi mentalitásuk részeként érzékelik – szigorúan betartják a munkavédelmi szabályokat, a technológiát, az előírásokat és a határidőket, biztosítják a minőséget, továbbá erőforrásokat és energiát takarítanak meg.
5. A hátrányos helyzetű embereknek lényegesen alacsonyabb a javadalmazási igényük. Ennek oka az, hogy azt várják a munkaadóiktól, hogy olyan juttatásokat kínáljanak, amelyek

látható társadalmi sajátosságokkal bírnak, és amelyeket néha sokkal többre becsülnek, mint a javadalmazást. A biztosított szocializációs lehetőség önmagában is felértékelődik, ami növeli a minőséget és csökkenti a gyártási folyamat költségeit.

6. A mentális zavarokkal élők munkaadói nagyobb presztízst élveznek a társadalomban, illetve bizalmat élveznek a hitelezők, a kormányzati intézmények, az állami szervezetek, különösen az ellenőrzési és felügyeleti funkciót betöltők között. Gyakran jelentős díjakban részesülnek azért, mert alkalmazták e társadalmi csoport képviselőit, különösen, ha kisebbségi vagy bevándorló közösségből származnak. Hasonló a gyakorlat Hollandiában is, ahol a legtöbb lefátyolozott nőt foglalkoztató üzletembert minden évben díjakra jelölik.

7. Ha a munkaadók megfelelnek a mentális/pszichés problémával küzdő emberek alkalmazására vonatkozó európai kritériumainak, ez növelheti esélyeiket az európai pénzügyi források megszerzésére.

A munkáltatónak ugyanakkor létre kell hoznia a különleges intézkedések rendszerét a szakmai alkalmatlanság érzésének leküzdésére és a mentális problémával küzdő munkavállaló teljes szocializációjának biztosítására. A cél az optimális teljesítmény és a munkahelyi kényelem elérése, ami mindkét fél érdeke. A következők emelhetők ki:

1. A konkrét feladatok meghatározásának megközelítése és különösen az e kategóriába tartozó emberekre vonatkozó szakmai követelmények nem térhetnek el a más munkavállalóknál alkalmazott megközelítéstől. Kivételt lehet tenni, ha a mentális/pszichés probléma megakadályozhatja az egyedileg kiválasztott feladat elvégzését.

2. Ha azonban előfordulhat, hogy a fogyatékoság akadályozza a feladat megfelelő ellátását, és a munkáltató nem tudja meghatározni, hogy annak mely részét nem lehet végrehajtani, akkor a legjobb, ha ezt a mentális fogyatékosággal élő munkavállaló dönti el. Ez a bizalom kifejezése, amely fokozza a motivációt és elősegíti a kívánt eredmény elérését.

3. Nagyon fontos az objektív teljesítményértékelés. Ha a munkavállaló a feladat 10%-át nem teljesítette, akkor a munkáltatónak a sikeresen elvégzett 90%-ra kell helyeznie a hangsúlyt.

4. Engedélyezni kell a működési szabályoktól való elfogadható eltéréseket. Például a határidő kitolása egy feladat elvégzéséhez, a szükséges technikai eszközök biztosítása, elfogadható összegű jutalmak megítélése egy adott feladat végrehajtásáért.

5. Az ilyen személlyel folytatott beszélgetéseket normál hangnemben kell folytatni, és addig kell magyarázni a dolgokat, amíg a munkáltató meg nem győződik arról, hogy a mentális/pszichés problémával küzdő munkavállaló teljes mértékben megértett mindent.
6. Az ilyen fogyatékossgal élő munkavállalóval mindig türelemmel kell bánni, ha beszélni akar, és ha túlságosan izgatott, akkor elegendő időt kell biztosítani a megnyugvásra és a ritmus felvételére.
7. A munkáltatónak sohasem szabad befejeznie az ilyen munkavállaló gondolatait vagy mondatait. Ez megalázza és emlékezteti a munkavállalót a fogyatékossgára. Semmilyen körülmények között nem szabad kijavítani őket az egyes szavak téves kiejtése miatt, különösen, ha a bolgár nem az anyanyelvük.
8. A munkáltató rövid kérdések feltevésével, egyszerű szavak használatával és eldöntendő kérdések feltevésével tudja segíteni egy ilyen munkavállalót, akinek annyit kell felelnie, hogy „igen” vagy „nem”. A szóbeli válasz helyett a fejcsóválás is használható, noha nem túl gyakran.
9. A munkáltató nem hozhat elhamarkodott döntéseket abban az esetben, ha a gyártási folyamatban egy ilyen munkavállalóval vita támad. A mentális/pszichés problémával küzdő dolgozón, illetve a munkáltatón kívül minden más felet meg kell hallgatni. Ez biztosítja a munkáltató kényelmét, és így minden bizonnyal megtalálják a vita legjobb megoldását.
10. A munkáltató számára fontos követelmény, hogy kerülje a munkahelyi diszkriminációt. Munkatársaival fennálló kapcsolataiban a szellemi fogyatékossgal élő személynek teljesen egyenlőnek és objektívnek kell lennie.
11. A munkáltatónak és más munkavállalóknak együttérzőnek és szolidárisnak kell lenniük a mentális/pszichés problémával küzdő emberek iránt; semmiképpen se sajnálják őt. Ez az elv rendkívül fontos a nem szokványos feladatok, illetve a további követelmények meghatározásakor. A szakmai kritériumok tekintetében a kompromisszumok nem megfelelőek, mivel a munkavállaló megalázónak fogja tartani ezeket. A munkáltató vagy egy kolléga nem ajánlhat fel nem kívánt segítséget. A munkáltatók, a személyzet és a mentális zavarral élő munkavállalók közötti kölcsönös bizalom előfeltétele a vállalat pozitív gazdasági eredményeinek.
12. Különösen fontos speciális megközelítés alkalmazása a kisebbségi vagy menekült közösségek mentális/pszichés problémával küzdő tagjaival szemben. A munkáltatónak és a személyzetnek tisztában kell lennie azzal, hogy ebben az esetben kettős akadály állhat fenn: a



fizikai fogyatékoság és a kisebbséghez tartozás akadály. Így a szocializáció folyamata még nehezebbé válik, és nemcsak türelmet, de komoly erőfeszítéseket is igényel az egyén eltérő etnikai vagy vallási háttéréből fakadó pszichológiai és viselkedési sajátosságainak megértése érdekében. Az egyénnel szembeni esetleges előítéletekkel foglalkozni kell. Különösen fontos a negatív érzések, például a gyanakvás, az intolerancia és főképp a gyűlöletbeszéd megszüntetése, amelyek konfliktushelyzetben ösztönösen előtörhetnek. Ezért ajánlatos, hogy azok a vállalatok, ahol e célcsoport tagjai dolgoznak, rendelkezzenek pszichológussal. Ez utóbbinak jól kell ismernie annak az etnikai vagy vallási közösségnek a sajátosságait, amelyből a kérdéses munkavállaló származik.

## **I. A mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokhoz való társadalmi viszonyulás megváltoztatására irányuló konkrét kezdeményezések:**

- Képzések szervezése a mentális/pszichés problémával küzdő személyek számára
- Klubok felállítása a lakóhelyen, ahol a fogyatékkal élők és családtagjaik is folyamatosan kommunikálhatnak
- Kreatív tevékenységek (megbeszélések, workshopok, versenyek stb.) szervezése a szabadidő eltöltésére
- Jogi és egészségügyi tanácsadás önkéntes szakemberek részéről
- Munkaterápia, amely elősegíti a háztartási és személyes higiéniai szokások elsajátítását az önálló élet érdekében
- Szocializáció – találkozók, beszélgetések és közös tevékenységek egészséges emberekkel –, önkéntesek különféle programokban
- Csoportterápia szociálpszichológussal
- Csoportos kirándulások és kulturális események látogatása a városban vagy az országban
- Jótékonyági adománygyűjtő bazárok szervezése

## **A célkitűzések teljesítése érdekében számos intézkedést lehet hozni. Ezek az alábbiak lehetnek:**

1. A szolgáltatások minőségének javítása az alkalmazottak képzettségi szintjének növelésével és a mentális/pszichés problémával küzdő emberek ellátására specializálódott szakemberek körének bővítésével.
2. A mentális zavarral élő személyek gondozásáért felelős családok támogatása átfogó intézkedések révén, ideértve a munka és a magánélet megfelelő egyensúlyát is.
3. Hatékonyabb mechanizmus létrehozása a tartós ápolás finanszírozására és az anyagi erőforrások fenntartható növekedésének elérésére a társadalomban és otthon, a meglévő gazdasági feltételekkel összhangban.
4. Hatékonyabb interakció és koordináció az egészségügyi és a szociális szolgáltatások között.
5. Az önkormányzatok és a régiók megnövekedett szerepvállalása a szociális és regionális

- Önkéntes kampányok szervezése több, különböző életkorú aktivista bevonására a fogyatékossgal élő emberek megsegítésére
- A nem kormányzati szervezetek és egyéb önkéntes szervezetek mentális zavarral élő gyermekek örökbefogadására irányuló erőfeszítéseinek támogatása
- Megfelelő sporttevékenységek biztosítása a közösség más sportklubjaival közösen

A család támogatására vonatkozó kezdeményezések:

- bölcsődék létrehozása
- otthoni gondozás és tanácsadás.

## **II. A munkáltatók képzése a célcsoport felkészítésére és a munka világába történő átvezetésére, valamint a családok és az önkéntesek e folyamatokba történő bevonása.**

### **1. Az önkéntesség útja**

A fiatalokat általában nehezebb tartósan bevonni a kampányokba és az önkéntes tevékenységekbe. Szabadabbak és függetlenebbek, de ha felkeltik a figyelmüket és az érdeklődésüket, akkor az ügy leglelkesebb szószólóivá válhatnak.

Az emberek hozzáállása a mentális/pszichés problémával küzdő emberekhez az első és legfontosabb dolog, amelyen változtatni kell. A fiataloknak meg kell érteniük, hogy ezek az emberek nem félelmetesek, veszélyesek vagy kellemetlenek, csupán megértésre és támogatásra szorulnak.

Ezt az egyetemeken és az iskolákban folytatott, mentális egészséggel és mentális/pszichés problémával kapcsolatos szemléletformáló médiakampányokkal lehet elérni.

A fiatalok bevonásának másik fontos eleme, hogy könnyű motiválni őket, és ugyanolyan könnyű a kedvüket szegni. Folyamatos ösztönzésre van szükségük, illetve olyan célra, amiért érdemes küzdeni. Ez lehet egy nyereség, a teljesítmény elismerése stb., beleértve valamiféle fizetést vagy anyagi juttatást. Naivitás lenne csak a fiatalok jó szándékára hagyatkozni. Az eredmények azok, amik számítanak. Láthatónak kell lenniük, hogy a fiatalok hasznosnak és megbecsültnek érezhessék magukat.

Az érdeklődés különösen fontos, ha a fiatalokat be akarják vonni egy ügy érdekében.

Az olyan projektekből, amelyekben társas interakció is szükséges, az önkéntesek bevonása elengedhetetlen. Sokat tanulhatnak egy ilyen projektből a képességeik fejlesztése és az önbizalom megszerzése révén. Ennek megvalósításához az egész csapatnak együtt kell dolgoznia, egészen az önkéntes felvételének pillanatától kezdve figyelemmel kísérve a fejlődést ezen a területen.

### *Mikor kell önkéntest alkalmazni?*

Fontos, hogy már a legkorábbi szakaszokba is bevonják őket, hogy teljes mértékben részt vehessenek a tervezés folyamatában.

### *Hogyan lehet megtalálni a megfelelő önkénteseket?*

Fontos, hogy az emberek tudják, kik vagyunk, mit és miért csinálunk. Önkéntesek alkalmazásakor egyértelművé kell tenni, hogy a különböző szerepek mit jelentenek. Ösztönözni kell a sokszínűséget és a különböző háttérrel rendelkező önkénteseket kell bevonni a munkába. A monitorozás itt kulcsfontosságú. Tájékoztató alkalmat lehet tartani, hogy mindenki szabadon kérdezhessen. Néhány önkéntesnek csendesebb környezetre lehet szüksége, hogy meséljen a mentális/pszichés problémáiról, illetve arról, hogy miként ment keresztül. Ezért tájékoztatást kell adni a projekt által nyújtott előnyökről és a társadalmi kapcsolatról (támogatás, képzés, megértés, szórakozás).

### *Projektmenedzsment és az önkéntesek támogatásának irányítása*

Az önkéntest az motiválja, ha bevonják őt a projekt tervezésébe és a döntéshozatalba. Nem mindegyiküknek lesz alkalma részt venni a vezetői csoportban, ezért az összes önkéntes számára külön találkozókat lehet szervezni. Ezenkívül a tapasztaltabb önkéntesek közül néhány vezetői szerepet vállalhat rendezvények vagy a médiával kapcsolatos munka megszervezésében, valamint az újak felügyeletében és segítésében.

### *Képzés és támogatás*

A projekt során a társadalmi érintkezés ezen területein az önkénteseknek meg kell határozniuk, hogy milyen képzések és támogatások a leghasznosabbak. A főbb tevékenységek többek között a következőkre terjednek ki:

- ✓ mentális egészséggel kapcsolatos ismeretek
- ✓ a mentális egészséghez kapcsolódó megbélyegzés és diszkrimináció
- ✓ kezdeti, köztes és záró foglalkozások
- ✓ a megbélyegzéssel folytatott harcok történetének megosztása, ezzel egyidejűleg az önkéntesek biztonságérzetének megteremtése
- ✓ csapatmunka
- ✓ egészség és biztonság

Noha a személyes történetek elmesélése inspiráló lehet, meg kell jegyezni, hogy ez fontos dolog a mentális/pszichés problémával küzdő emberek számára, és különösen azok számára, akiket nemcsak mentális/pszichés állapotuk, hanem szexuális irányultságuk, vallásuk stb. miatt is diszkriminációt szenvedtek el. Az önkéntesek idegesek lehetnek, és szükségük lehet támogatásra ahhoz, hogy elmondják a történeteiket. Érdemes mindezt figyelembe venni, amikor megtervezzük az emberek számát és a közösségi kapcsolatokban betöltött szerepüket.

Egyfajta jó gyakorlat az lenne, ha az esemény előtt tartanánk egy képzést, amelyet utána rövid beszélgetés követne. Néhányaknak további támogatásra lehet szüksége. Mindenki számára kell alkalmat biztosítani arra, hogy elmondja, mire van szüksége, és tájékoztatni kell őt arról, hogy a projektvezetés tisztában van az egész csapat támogatásához szükséges erőforrásokkal.

Az önkéntesek saját támogató csoportot is szervezhetnek.

## *Az önkéntesek nagy számának megtartása*

A csapatban néhány önkéntes a projekt vége után továbbviheti ugyanazt a tevékenységet. A projekt sikere elegendő számú ember hozzájárulásán múlik, akik képesek részt venni a tevékenységekben.

- ✓ Amikor az emberek élnek a továbbképzési lehetőségekkel, észszerű tartani velük a kapcsolatot, hogy jövőbeli fejlődésük minden lépcsőfoka a projekt sikertörténetének része lehessen. Ez a projekt öröksége, és ezt meg kell osztani az érdekeltekkel vagy az adományozókkal.
- ✓ Előfordulhat, hogy az önkéntesek idővel nem minden rendezvényeken tudnak részt venni. A kapcsolattartás mindegyikükkel minden jövőbeli tevékenység szempontjából fontos.
- ✓ A projektszerepek kiosztásában rugalmasnak kell lenni. Egyes önkéntesek szívesen vállalnak olyan szerepet, amikor emberekkel kell kapcsolatba lépniük, míg mások inkább a háttérben maradnának.
- ✓ Lehetőséget kell biztosítani az emberek számára, hogy kihasználják a képességeiket és az érdeklődésüknek megfelelő tevékenységet végezzenek. Tapasztalt önkéntesek felügyelhetik és irányíthatják az újabb, kevésbé magabiztos csapattagokat, és konkrét feladatköröket ruházhatnak át rájuk a különféle tevékenységeket illetően.
- ✓ A társasági események jó módszer a csapat összetartásának kiépítésére és megerősítésére.

## **2. Gyakorlati kampány**

A kampány céljainak sikeres teljesítésének a társadalmi marketing alapelveit kell követnie. A kampánytevékenység kidolgozásának megértéséhez részletesen meg kell vizsgálni e megközelítések tényleges értelmezését, és elemezni kell a vonatkozó elvek alkalmazását a kampány menedzselése tekintetében.

## *A társadalmimarketing-modell alkalmazása*

A társadalmi marketing azt írja le, hogy a kereskedelmi marketingtechnikák hogyan alkalmazhatók a viselkedés változásainak befolyásolására a közjó érdekében. Az irodalom ezt marketingproblémának nevezi, mivel egy másik termékről szól, amely kihatással lehet az emberekre, a közösségekre és a társadalom egészére. A kampányokat kezdetben nem a társadalmi marketing szemszögéből fogalmazták meg. A hasonló kampányokban részt vevő alkalmazottakkal készített interjúk adatai azt mutatják, hogy a marketingmegközelítések társadalmi kampányokban történő alkalmazásának korábbi tapasztalatai motiválták ennek a modellnek az alkalmazását. Ez azonban a társadalmi marketing adaptált formája, amely egyesíti a reklámüzenetet a társadalmi marketing kidolgozásra, megvalósításra és értékelésre irányuló folyamataival, illetve azzal, amit a kampány résztvevői a közösségépítés megközelítéseként írnak le, hogy elősegítsék az emberek helyi szintű bevonását.



### *Önkénteskedés (példa a motivációra)*

Kérek minden egyetemi vagy középiskolás diákot, hogy szánjon 10 percet arra, hogy elolvassa, amit írtunk. Ugyan ez a cikk arról szól, hogy egy szoftvercég hogyan határozza meg, hogy mennyibe kerülnek neki az egyes alkalmazottak, de a kritériumok ugyanazok, mint amiket én is alkalmazok az emberek kiválasztásakor.

Nem érdekel, mit vagy milyen hosszan tanult, az viszont igenis érdekel, milyen önkéntes munkával járul hozzá a közösséghez. Ha nem végez ilyen tevékenységet, annak a cikk szerint (amivel teljes mértékben egyetértek) három oka lehet:

- Először is, rossz, amit csinál, ezért nincs mivel hozzájárulnia a tevékenységhez.
- Másodsor, a pénzért csinálja, amit csinál, ami azt jelenti, hogy ebben semmi szenvedély nincs.
- Harmadszor, nincs tisztában azzal, mivel és hogyan járulhatna hozzá a munkához, ami azt jelenti, hogy sem nem kreatív, sem nem proaktív.

Ez esetben indokolja meg nekem, ha nem megfelelő munkát végez, vagy hiányzik önből a szenvedély, vagy nem kreatív és nem is proaktív, miért lenne szükségem önre? Hogyan járul hozzá az üzlethez, a fejlesztéshez, milyen jót hoz a cégemnek? És ha erre nem tud válaszolni, az sem érdekel, ha 10 éves tapasztalata vagy PhD-je van!

Az ilyen modellek hatékonyságát megerősítik más országok, például Norvégia, amelyek alulról felfelé építkező megközelítéseket alkalmaznak az ilyen típusú kampányokhoz. A kampány megszervezése előtt és alatt széles körű egyetértésre van szükség a résztvevők között abban, hogy a társadalmi marketing szemléletét a közösségépítés céljára kell alkalmazni. A különböző megközelítések közötti helyes és leghatékonyabb egyensúlyról is szó esik.

### **3. A kampány szemlélete**

#### *Viselkedésre vonatkozó célok*

A fejlesztés irányát/modelljét, valamint a megbélyegzés és a diszkrimináció kezelésének szemléletét alkalmazzák: a „problémamentes problémától” és a közvélemény figyelmének felkeltésétől kezdve a szemléletváltásig, illetve a viselkedés megváltozásáig. A menedzsment ezt az irányváltást a szemléletformálástól a magatartás konkrét változásáig tartó folyamatot nevezi meg a kampány céljaként. A kampány mindig azon a feltételezésen alapszik, hogy a szemléletváltáshoz és a viselkedés konkrét megváltoztatásához (az egész ciklus elejétől a végéig) egy generációra van szükség, noha a generációváltás folyamata nem körvonalazódik teljesen, tükrözve a változás tényleges eszközének meghatározásával kapcsolatos nehézségeket.

#### *Felhasználóorientálás*

A kampány általános hangnemét egy közösen megállapított átalakulási folyamat határozza meg.

Kezdetben három különböző „érvet” dolgoztak ki és teszteltek:

- informatív és oktatási célú
- vonzó
- drámai/vádaskodó

Írásbeli ajánlások szerint a mentálhigiénés szakemberek az első megközelítést támogatják, míg az utóbbit a mentálhigiénés szolgáltatások felhasználói részesítik előnyben. A kampánymenedzserek választják az üzenetet (pl. „Megértjük és támogatjuk Önt”), hogy az eljusson a nyilvánossághoz. A közösségekkel és a médiával való együttműködés ebben a megközelítésben központi szerepet játszik. Ily módon a kampány megtervezésekor és kidolgozásakor a szélesebb közvélemény élvezett prioritást.

#### 4. A kampány kidolgozásának szakaszai

A kampány kidolgozása több szakaszból áll, beleértve a kutatást és konzultációt, a kampány kidolgozását, az üzenetek és egyéb anyagok megfogalmazását.

##### *Előzetes tervezés*

Az előzetes tervezés szakaszában a „Sustainability for Progressive and Open Communication” egyesület (SPOC) a kampányszlogen kontextusában gyűjti a megbélyegzéssel kapcsolatos információkat és statisztikai adatokat, más kapcsolódó megközelítések/modellek példáival együtt.

Az e fázisban végzett kutatás magában foglalja a felhasználókkal, gondozókkal, szakemberekkel és célcsoportokkal folytatott konzultációkat, hogy jobban megértsék a megbélyegzés jellegét, a kiegészítendő kérdések működését és azt, hogy az érdekeltek szerint mit kell tenni a megbélyegzés megszüntetése érdekében.

Ebben a szakaszban a konzultációk kérdőívek és megbeszélések formájában zajlanak. Ezeket a konzultációs modelleket használják információk és vélemények gyűjtésére.

##### *A kampány elindítása és a kampány anyagának folyamatos terjesztése*

A kampány elindítását a projektmenedzser koordinálja, és többféle megközelítésből és beavatkozásból áll:

- Tévé- és rádióüzenetek
- Külön információs csatornák (nemzeti úthálózat, hirdetőtáblák, útjelző táblák stb.)
- Poszterek, szórólapok, szakosodott online kiadványok
- Összpontosított médiasugárzás releváns személyes történetekkel
- A helyi szervezetekkel való együttműködés a helyi kampányokkal kapcsolatos tevékenységek fejlesztése érdekében.

##### *Ellenőrzés és értékelés*

A kampány elindítását követően a vezetőség megvitatja annak hatékonyságát, dimenzióit és hatását. Szükség esetén, a maximális elérés és hatás érdekében frissítik.



## A MEGFELELŐ MUNKAKULTÚRA ÉS LÉGKÖR KIALAKÍTÁSÁNAK MECHANIZMUSAI KISEBBSÉGI FIATALOK SZÁMÁRA

Az Eurostat éves adatokat tesz közzé azokról a 15–24 év közötti fiatalokról, akik „nem foglalkoztatottak, oktatásban és képzésben nem részesülnek” (NEET). A 2018-as statisztikák szerint Bulgária a 3. helyet foglalja el 20,9%-kal (csak Olaszország és Görögország áll előttünk). Ez fontos mutató azoknak a fiataloknak a részarányára nézve, akiknek a legmagasabb iskolai végzettséget az alapfokú oktatás jelenti, akik nem dolgoznak és nem is tanulnak. Az alacsony iskolai végzettséggel rendelkezők esetében ez 58,4%. Hasonlóan, a 16–24 éves romák vonatkozásában azoknak a fiatal romáknak az aránya, akik nem dolgoznak, nem tanulnak, vagy fő tevékenységként kiegészítő képzésben részesülnek, átlagosan 63% – szemben az EU azonos korcsoportjának 12%-ával.

### BEVEZETÉS

A hatékony kommunikáció és a hatékony kapcsolatok paradigmájának megteremtése egyrészt a vezetés és a termelési egység munkaközössége, másrészt a különböző kisebbségi csoportokból származó fiatalok között rendkívül fontos a pozitív eredmény szempontjából. A feladat még nehezebbé válik, ha a célcsoport mentális/pszichés problémával küzdő emberekből áll. Valójában a kutatás tárgya két szempontból is kisebbségnek számít, azaz „kisebbségben lévő kisebbség”. Az Eurostat szerint Bulgáriában a NEET-fiatalok kategóriájába tartozó törökök és romák száma kétszer, illetve négyszer nagyobb, mint a bolgároké. A lényeg az lenne, hogy részletes következtetéseket lehessen levonni és konkrét ajánlásokat tenni a megfigyelt kisebbség kompetitív munkakörnyezetben történő alkalmazkodására. Konkrét intézkedéseket javasolnak a legalább középfokú végzettségű emberekből álló, roma és török középosztály kialakulásának és megerősítésének elősegítése érdekében, amelynek tagjai a fenntartható munkahelyek vegyes környezetében dolgoznak. A projekt szigorú kvantitatív és kvalitatív módszereket alkalmaz a többszintű beavatkozások hatásának értékelésére.

Jelen kutatás célja olyan hatékony intézkedések meghatározása, amelyek megerősítenék a kisebbségi közösségekben mentális/pszichés problémák miatt veszélyeztetett fiatalok társadalmi helyzetét és egészségi állapotát, és ezáltal garantálnák anyagi, foglalkoztatási és családi stabilitásukat.

Természetesen kiemelt szempont lenne a veszélyeztetett fiatalok mentálhigiénéjének biztosítása. Az Egészségügyi Világszervezet meghatározása szerint a mentális egészség „a jóllét olyan foka, amelyen az egyén megvalósítja képességeit, meg tud küzdeni az élet mindennapos nehézségeivel, eredménnyel és gyümölcsözően képes dolgozni, valamint hozzá tud járulni saját közösségéhez”. A mentális egészség másik meghatározása szerint „sikeres mentális működésként is definiálják, amely eredményes cselekvésekhez, másokkal fenntartott egészséges kapcsolatokhoz, valamint a változásokhoz való alkalmazkodás és a problémák leküzdésének képességéhez vezet. Ez az alapja a pozitív gondolkodásmód, a kommunikációs készségek, a tanulás, az érzelmi stabilitás és az önbecsülés kialakulásának.”

Röviden: az elemzett célcsoport a mentális/pszichés problémával küzdő, 15 és 29 év közötti kisebbségi fiatalokból áll. A szakközlemények e csoport még részletesebb bontását nyújtják a vonatkozó intézkedések átfogóbb és alaposabb végrehajtása érdekében. A szóban forgó népesség három korcsoportra oszlik:

1. 15–19 éves kor között
2. 19–23 éves kor között
3. 23–29 éves kor között

Ugyanakkor, figyelembe véve egészségi állapotuk tartósságát, ezeket a fiatalokat két alcsoportra osztják: tartós szellemi fogyatékkal és átmeneti problémákkal küzdőkre.

A kisebbségi közösségek mentális/pszichés problémával küzdő, nem foglalkoztatott, oktatásban és képzésben nem részesülő fiataljai társadalmi integrációjának és foglalkoztathatóságának kérdése mindenütt fennáll. Ezt elismerik azok az országok, ahol az emberi jogok tiszteletben tartása jogszabályok által garantált. Egy országnak számos jogszabályi rendelkezést és intézményi szintű intézkedést kell életbe léptetnie, hogy integrálja ezeket az embereket a társadalom szövetébe. Maga a célcsoport kiszolgáltatott a „dolgok értelmének krízisének”, és a munka hiánya hátrányosan befolyásolhatja az öngyilkosság kockázatát. Éppen ezért sokkal fontosabb a mentális stabilitás biztosítása a társadalmi integráció révén, mint a puszta pénzügyi támogatás, amely az intézményi szakpolitikák lényege. Közösségi szinten a mentális egészség a társadalmi kohézió, valamint a társadalmi és gazdasági jólét forrása.

A mentális egészség alapvető fontosságú az egyén életminősége és személyes fejlődése szempontjából. Az a kulturális, társadalmi, fizikai és gazdasági környezet, amelyben az ember születik, él, dolgozik és megöregszik, meghatározza a mentális egészségét és jóllétét. A mentális egészség és a mentális betegségek nem statikusak, hanem sok tényezőtől függenek és idővel változhatnak. A különböző fejlődési szakaszban különböző tényezők kölcsönhatásától függenek: szociokulturális, biológiai és pszichológiai, valamint genetikai hajlamok, öröklődés, családi környezet, az élet fontos eseményei, gyermekkori traumák, munkakörnyezet stb. A kisebbségi csoportokba tartozó fiatalok számára ezen tényezők többsége rendkívül hátrányos. Ezért fokozott körültekintésre van szükség a társadalom és az állam részéről.

A kisebbségi fiatalok alacsonyabb társadalmi és kulturális tőkéje kiszolgáltatottabbá teszi őket a gazdasági szerkezetváltás, az iparosodás és a gazdasági válságok idején. Logikus társadalmi következményként etnikai és vallási alapon történő diszkrimináció jelenik meg a munkaerőpiacon, ami az érintettek további életlehetőségeinek drámai romlását eredményezi. A mentális és szociális kockázatú fiatalok a csoportjukban a foglalkoztatás hiányára vonatkozó adatokat a többségtől teljesen eltérően értelmezik. Úgy gondolják, hogy a munkaerőpiacon állandó hátrányos megkülönböztetés áldozatai, függetlenül attól, hogy nincs megfelelő iskolai végzettségük. A kisebbségi NEET-fiatalok társadalmi kirekesztésének okainak eltérő értelmezése a konfliktusok potenciális kockázatát rejt. A kisebbségek kizárása az ország gazdasági és társadalmi életéből hosszú távon veszélyt jelent a demokratikus fejlődésre és a társadalmi kohézióra.

A célcsoportba tartozó fiatalok a legkiszolgáltatottabbak a munkaerőpiacba történő integráció szempontjából. Az okok számos objektív és szubjektív kockázati tényezőhöz kapcsolódnak. Általánosságban elmondható, hogy a magasabb életszínvonalú és kevesebb egyenlőtlenséggel rendelkező társadalmakra jellemző a magasabb szintű mentális egészség és jóllét. Az egyik magyarázat az, hogy a nélkülözés és a korlátozások rendszerint katalizátorai a negatív érzelmi és kognitív reakcióknak, amelyek rossz szociális és gazdasági körülményekhez vezetnek. A szegénység gyermekkorban valószínűleg befolyásolja a fejlődési folyamatokat és gyengébb kognitív képességekhez vezet. Serdülőknél ez a depresszió, a pszichoaktív anyagokkal való visszaélés, a bűnözés és más negatív következmények nagyobb kockázatát jelentheti. Szakértők a fiatalok körében a félelem és a viselkedési zavarok súlyosbodásáról számolnak be, és megjegyzik, hogy növekszik a pszichotróp gyógyszerek használata. Másrészt az olyan kockázati tényezők, mint az alacsony

jövedelem vagy a kisebbségi háttér nem mindig vezetnek mentális/pszichés problémákhoz, és e csoport képviselői a vártnál jobban teljesíthetnek a mentális/pszichés mutatók tekintetében. Például egy kisebbségi közösségben a mentális egészség előmozdítása után a mentális egészség javítása mellett kiderül, hogy az önbecsülést kevésbé befolyásolja a társadalmi státusz, inkább az élettapasztalat és a pozitív kapcsolatok más emberekkel.

A kisebbségi NEET-fiatalok munkába állását megakadályozó általános félelmek:

- Nem hiszik, hogy képesek helyt állni a munkahelyen
- Nem hisznek a munkáltatók korrektségében
- Attól tartanak, hogy csökkentik a szociális juttatásaikat
- Attól tartanak, hogy a munkáltatók megismerik a mentális állapotukat
- Félnek az intoleranciától és a diszkriminációtól
- Nem akarnak változtatni jelenlegi életmódjukon
- Híján vannak a fegyelemnek és a szorgalomnak
- A társadalmi kapcsolattartástól való félelem és szociális munkakörnyezetben szerzett tapasztalatok hiánya
- Félnek attól, hogy mi lesz, ha függetlenné válnak a családtól vagy egy szociális munkástól – arra számítanak, hogy a munkába állásuk után majd munkáltató fogja vállalni értük a felelősséget.

Sok tanulási zavarral küzdő ember nem kapja meg a szükséges kezelést, rehabilitációt, nincs része a szakmai és etikai követelmények szerinti társadalmi integrációban. Dolgozni kell az érintett fiatalok autonómiájának megerősítése érdekében a szolgáltatásokhoz való hozzáférésüket törvényesen garantáló jogok és olyan rendszerek révén, amelyek képessé teszik őket a saját döntéseik meghozatalára, beleértve az ellátás és a kezelés szükségességét is. Általánosságban elmondható, hogy a kisebbségi NEET-fiatalok társadalmi életből való esetleges kizárásához és végleges alkalmatlanná nyilvánításához hozzájáruló tényezők a következőképpen foglalhatók össze:

- A származási környezet (gettó) negatív hatása olyan krónikus problémákra, mint a bűnözés, az alkohol- és a kábítószer-fogyasztás, a rossz infrastruktúra és az életminőség.

- Alacsony iskolai végzettség és egészségtudatosság a családban és a közösségben: írástudatlanság vagy alapfokú képzettség, az egészségügyi ismeretek és az egészségügyi ellátás hiánya.
- A hagyományos viselkedési és mentális sztereotípiák jelenléte, amely tolerálja a gyermekek elleni felnőttkori erőszakot a családon belül és azon kívül.
- Társadalmi kirekesztés (marginalizáció), amely korlátozza a fiatalok fejlődésének és a társadalomban való alkalmazkodásának lehetőségeit.
- A foglalkoztatás marginalizálása – tartós munkanélküliség vagy alacsony foglalkoztatási ráta, főleg fizikai és szakképzetlen munkaerőre vonatkozóan.
- A társas viselkedés nem megfelelő modelljei. A rendszeres bűnözés mellett a jóléti alapok tisztességtelen kihasználása fő jövedelemforrásként különösen népszerű a gettóban. Ez a viselkedésminta népszerűvé vált a „jóléti ellátások lecsapolása” néven. Vannak olyan esetek, amikor állítólagos mentális/pszichés állapotok miatt egész életen át tartó fogyatékosági státuszt adtak, ami önmagában nem annyira egészségügyi kérdés, sokkal inkább jelez társadalmi problémát. Az Országos Statisztikai Intézet adatai szerint az ország teljes roma népességének 12,6%-a, beleértve a gyermekeket is, fogyatékkal él vagy súlyos krónikus betegségekben szenved. A romákra jellemző, hogy kiskorban fogyatékosá válnak, ami később, középkorúként krónikus lesz.
- Egyéni és családi problémák (rossz osztályzatok és iskolai teljesítmény, figyelemhiány, érzelmi labilitás, pszichotróp szerekkel való visszaélés, halál a családban, stressz stb.), amelyek negatív hatással vannak az önbecsülésre, az érzelmi ellenálló képességre, a pozitív gondolkodásra, társadalmi érettség és a napi stressz kezelésének képessége.

Nyilvánvaló, hogy mivel a célcsoport kétszeresen is kirekesztett társadalmi csoport, meg kell határozni az intézkedések kombinációit. Az eredmény egyfajta dichotóm prevenció. Az első módszertan „gyógyítja” a mentális/pszichés problémával küzdő fiatalokat, a második pedig azokat, akiknek problémái a kisebbségi háttérből adódnak. Mivel ezt a két komponenst kombinálni kell, az új módszertan rendkívül összetett és sajátos. Ezzel kapcsolatban első lépésként a mentális zavarral élő fiatalok támogatására a következők javasolhatók:

- A közösségi életbe való integráció ösztönzése; az értelmes és strukturált napi tevékenységeknek minden intézménytípus alapfilozófiájának részét kell képezniük.

- Az orvosi vagy szociális ellátáshoz való hozzáférést nem szabad korlátozni az érintett szolgáltatások széttagoltsága, a bürokrácia vagy a hosszadalmas pályázati eljárások révén.
- A tanulási zavarral küzdő embereknek nyújtott segítség során figyelembe kell venni az illető világnézetét, vallási, érzelmi és lelki szükségleteit és jellemzőit.
- A szociális tényezők fontos szerepet játszanak a mentális egészség megőrzésében. A jó munka kiemelten fontos, mivel értelmet ad az életnek és megerősíti identitástudatot. A mindennapi életet és a szakmai körülményeket azonban már nem a stabil kulturális hagyományok és a helyi szinten hozott demokratikus döntések, hanem a központosított gazdasági iránymutatások és struktúrák határozzák meg. Ezért a gazdasági és strukturális szakpolitikáknak figyelembe kell venniük az emberek mentális egészségét, valamint a tisztességes és befogadó lakóterekre és munkakörülményekre vonatkozó célkitűzéseit is.
- A helyi testületek és egyesületek fokozottabb elkötelezettsége és szerepe a lakóhelyen (városházák, önkormányzati és közösségi klubok). A társadalmi kapcsolatok egyre gyengülnek, ami a külső erőforrások, például a barátok, a család és a kollégák elvesztéséhez vezet. A munkahely és ezért a lakóhely gyakori változása, a munkanélküliség, valamint a személyes kapcsolatok csökkenése sem járul hozzá a társadalmi háló kiépítéséhez az otthon közvetlen közelében. Így még fontosabb, hogy az érintettek és egyesületeik részt vegyenek a támogató struktúrák és a helyi hálózatok kiépítésében.

Ezeknek ki kell terjedniük a következőkre:

1. A lakhatási kérdés megoldásának megtalálása: a hajléktalanság és a tanulási zavarok gyakran együtt járnak. Az érintettek számára nyújtott segítségnek mindkét problémát figyelembe kell vennie. Ebben elengedhetetlen az önkormányzatok szerepe, mivel kiemelt lakhatási programokat kell kidolgozniuk a kisebbségi NEET-fiatalok számára. Sőt ők képviselik a szülői gondozás nélküli gyermekek számára fenntartott intézményekben elhelyezett fiatalok döntő többségét.
2. Foglalkoztatás: a mentális betegségben szenvedőknél nagyobb a kockázata annak, hogy a betegségük miatt elveszítik munkájukat vagy munkaképtelenné válnak. Ebben a tekintetben a társadalmi szintű előítéletek is jelentős szerepet játszanak, munkahelyek, közös erőforrások és hozzáadott érték elvesztéséhez vezetnek.

A veszélyeztetett fiatalok rendkívül nehezen találnak stabil állást. Például a fogyatékossgal élőkre vonatkozó kvóták, amelyeket jelenleg alkalmaznak egyes EU-tagállamokban, köztük Bulgáriában,

korántsem elegendők a foglalkoztatás biztosítására. Agresszívabb szakpolitikára van szükség a jelenleg elszigetelt személyek nagy számának a segélynyújtó szolgálatokba történő szakmai integrációjához, az egész társadalom érdekében.

Alapvető fontosságú annak biztosítása, hogy a mentálisan sérült fiatalok olyan munkahelyi felelősséget vállaljanak, amely nem veszélyezteti az egészségüket, és nem okoz fizikai vagy mentális stresszt. A például Hollandiában vagy az Egyesült Királyságban végzett kutatások feltárták, hogy a hosszabb ideig tartó betegszabadságok leggyakoribb oka a mentális túlterhelés és a kiégés. A munkahelyi stressz az érzelmi sokk fő oka. A jelenséget felfedező Herbert Friedenberger amerikai pszichológus a „kiégést” a következőképpen írja le: „olyan kimerültség vagy frusztráció, amelyet egy olyan ügy, életmód vagy kapcsolat iránti elkötelezettség okoz, amely nem hozta meg a várt eredményt”. És hozzáteszi: „Egy szindróma, amelyben a munkavállalók érzelmileg kimerülnek vagy fáradtnak érzik magukat, érzelmileg elidegenednek a vásárlóktól és alábecsülik a saját teljesítményüket.” Állami pénzeszközöket kell fordítani a megelőzés, az integráció, a rövidebb munkaidőt is magukban foglaló, megfelelő ideiglenes megoldások, a munkahelyi támogatás, valamint a vezetők és a dolgozók továbbképzése terén a bevált üzleti gyakorlatok és modellek aktívabb népszerűsítésére.

## A munkakörnyezetet kritikusan befolyásoló tényezők, amelyek kerülendők a mentális/pszichés és érzelmi problémával küzdő kisebbségi fiatalok számára:

- **Szerepkonfliktus** – a munkavállaló elégedetlen a feladatkörével, a munkáltató és a munkatársak közötti ellentmondásos követelményeknek kell megfelelnie, az információ vagy a munkáltatóval folytatandó kommunikáció hiánya miatt nem egyértelműek az adott feladatkörre vonatkozó elvárások.
- **Javadalmazás** – a munkával megszerzett pénz képviseli azt a „státuszt” (a hozzájárulás értékét), amelyet az egyén a munkájához társít. A javadalmazás nem csak a munkájáért kapott fizetés. Tágabb értelemben ez a tisztelet és megbecsülés kifejezése, amelyet egy fiatal a munkahelyén kap. Ez magában foglalja a megfelelő szociális támogatást is.
- **Tisztesség** – az alkalmazottak úgy érezhetik, hogy nem részesülnek egyenlő vagy igazságos bánásmódban. A munkaterhelés, a fizetés és az előléptetés gyakran az igazságérzethez kapcsolódik. A döntéshozatali folyamat (ideértve az elbocsátásokkal kapcsolatos döntéseket is) kihat az egyenlőség és az igazságosság érzésére. Az alkalmazottak idegesnek érezhetik magukat, ha nem tájékoztatják őket a közlő változásokról, vagy ha nem kéri ki a véleményüket. Az egyenlőséggel és méltányossággal kapcsolatos pozitív tapasztalatok növelik a munkával való elégedettséget, a motivációt és a feladatok iránti elkötelezettséget.
- **Interperszonális kapcsolatok:** a munkatársakkal fennálló rossz kapcsolatok, a fizikai és érzelmi erőszak, valamint az elszigeteltség növeli a munkahelyelhagyás kockázatát a mentális/pszichés problémák aktiválása miatt. A kisebbségi csoportokba tartozó fiatalokat az érzelmi erőszak veszélye fenyegeti, amely magában foglalhatja a megalázást, a kritikát, (az egyén megjelenésével vagy személyiségével kapcsolatos) nem megfelelő megjegyzéseket, valamint a nem megfelelő vagy irreális elvárásokat, amelyek befolyásolják emberi méltóságukat.
- **Fizikai kimerültség** – a szabálytalan vagy hosszú műszak hátrányosan befolyásolhatja a napi ritmust, és fizikai vagy viselkedésbeli problémákat okozhat. A hosszú műszakok gyakran csökkentik a termelékenységet.
- **A munka és a család közötti feszültség** – ez az egyiknek a másik javára tett kötelezettségek figyelmen kívül hagyása miatt merülhet fel. A munkahelyen előfordulhat, hogy a munkavállaló nem kap elegendő támogatást családi kötelezettségei tekintetében, vagy a család nem tudja megérteni a munkával kapcsolatos felelősségét.



A vállalati kultúra innovatív formái szintén javíthatják a munka és a teljesítmény minőségét. A stressz okozta kockázat proaktív kezelésének minden megelőzési stratégia szerves részét kell képeznie a stressztényező kiküszöbölésével vagy enyhítésével.

Ahogy a munkáltatók megkövetelhetik a munkavállalótól a szükséges és elfogadható szintű rugalmasságot, ugyanúgy a munkavállaló is igényelhet rugalmasságot a családi, gondozási és személyes problémák tekintetében (a munkáltató kötelezettsége a munkavállalókra történő személyes odafigyelésre).

A munkahelyi körülmények közvetlenül összefüggnek a fiatalok mentális stabilitásával, valamint a hosszú távú munkahelymegtartás kilátásaival. A foglalkoztatás és különösen a munkahelyi környezet pozitívan képes hozzájárulni az egyén mentális egészségéhez, ugyanakkor hátrányosan befolyásolhatja a meglévő problémákat, vagy akár elindíthatja egy mentális/pszichés probléma kialakulását. A munkahelyen tapasztalt stressz első számú tényező. Önmagában a stressz nem mentális állapot, de könnyen oda vezethet.

A megfelelő munkakörnyezetet biztosító hatékony mechanizmus megléte rendkívül fontos a célcsoport teljes bevonása szempontjából. Néhány cselekvési szint azonosítható. Elsősorban a munkatársaknak kell empátiát és tiszteletet tanúsítaniuk az egészségügyi problémával küzdő kisebbségi származású fiatalok iránt. A harmonikus munkakörnyezet kialakítása, ahol mindenki megtalálja a helyét, egy kétirányú folyamat. Jó szándékot és megfelelő erőfeszítéseket igényel mind a mentális/pszichés problémával küzdő kisebbségi fiatalok, mind a vezetőség és a munkaerő részéről. Ennek eléréséhez fejlett egyéni és csoportos tudatosságra van szükség, amely az egyéntől különböző emberek iránti tolerancián és a kölcsönös szociális segítség iránti erős vágyon alapul. Ebben a folyamatban alapvető megérteni azt, hogy a hátrányos helyzetű és mentálhigiénés problémával küzdő munkatársak befogadásával a kollégák eleget tesznek társadalmi kötelességüknek. A konfliktusmentes munkafolyamat biztosítása érdekében mindkét félnek vállalnia kell a felelősségét, amely általában a következő cselekvésekben fejezhető ki:

#### ***A munkaközösség felelőssége a célcsoport fiataljaival szemben:***

- Bevezetés a munkakörnyezetbe és a munkaközösségbe
- Segítség az új ismeretek és készségek megszerzésében

- A bizalom és a megértés baráti kapcsolatainak kiépítése
- A tanács és kölcsönös támogatás nyújtása együttérző módon, a személyes méltóság aláásása nélkül
- Érzelmi támogatás – megosztás és beszélgetések munkáról, családról, barátokról stb.
- Dicséret és bátorítás a jól teljesített feladatokért
- Gondozás és segítség a munkán kívüli élet és a mindennapok jelentette problémák megoldásához

#### *A célcsoportba tartozó fiatalok felelőssége a következőképpen foglalható össze:*

- Meggyőződés a választott szakma hosszú távú gyakorlásának szükségességéről
- Vágy és kitartás az új munkával kapcsolatos ismeretek, a fegyelem és a vezetés követelményeinek való megfelelés megszerzésében
- Pozitív hozzáállás a vezetőkhöz és munkatársakhoz; pozitív együttműködési szellemben való csatlakozási hajlandóság
- Pozitív hozzáállás a munkatársakkal szemben – kölcsönös segítség, tolerancia és jóakarát
- Időszerű segítség és tanács kérése személyes vagy szakmai problémák esetén
- Rendszeres egészségmegőrző intézkedések, felelősség a saját egészségéért
- Készség az együttműködésre és mentori tevékenység a hasonló profilú új munkatársak felé

#### *A vezető/felügyelő feladatai:*

- A munkavállaló személyiségének, egészségi állapotának és szükségleteinek alapos ismerete az egészségügyi és társadalmi kockázatok szempontjából
- A fizikai és értelmi képességeikhez igazított szakképzés
- Állandó munkafeladatok és szerepek kijelölése, amelyek nem haladják meg a problémás munkavállaló képességeit
- A rugalmas munkaidő és a betegszabadság lehetőségei az egészségügyi válságok idején
- Dicséret és bátorítás a jól teljesített feladatokért
- Ad hoc szükségletalapú pénzügyi támogatás a hátrányos helyzetű munkavállaló és családja számára

- Folyamatos párbeszéd a munkavállalóval a munka és a családi problémák megismerése érdekében
- Rendszeres konzultáció biztosítása egészségügyi szakemberekkel és szociális munkásokkal
- Együttműködés az érintett állami szervek közvetítőivel vagy a nem kormányzati szervezetek képviselőivel a hatékony anyagi és erkölcsi támogatás érdekében
- Határozott beavatkozások és kulturális, faji vagy egészségügyi okokból történő szegregációból eredő konfliktusok megelőzése
- A fiatalok, a célcsoporttól eltérő vallási és kulturális különbségek tiszteletben tartása
- Pozitív munkahelyi légkör megteremtése közös társadalmi, kulturális és sportesemények révén

A célcsoportból érkező fiatalok és a menedzsment közötti visszajelzésnek elsősorban a munkahelyi és azon kívüli érzelmi problémák előfordulásának megelőzésére és kialakulására kell irányulnia, és tartalmaznia kell a beszélgetés és a támogatás különféle formáit.

A munkaközösség a társadalmilag kialakított közös identitás egyik formáját képviseli. A „közösség” kifejezést általában az embereket összekötő kapcsolatok, értékek, érdekek és identitások, valamint egy hely, mozgalom vagy kultúra iránti közös érdeklődés leírására használják. A családok, városrészek, iskolák, munkahelyek, klubok olyan közösségek, amelyek saját jellemzőkkel rendelkeznek. A mentális egészség olyan tényező, amely lehetővé teszi az ember számára, hogy kiaknázzák a lehetőségeiket nemcsak egyénként, hanem azon közösség részeként is, amelyhez tartoznak. A mentális egészséget támogató programoknak ki kell terjedniük a klinikai kezelést kiegészítő tevékenységekre és kezdeményezésekre. A közösségi mentálhigiénés programok hozzáférhetőbbek és megfelelőbbek lehetnek, ha több helyen is elérhetők (iskola, környék, klubok stb.), és a közösség minden tagja részesülhet a szolgáltatásaiból. A közösségi alapú programok célja a pszichoszociális fogyatékossgal és szükségletekkel küzdők életminőségének javítása:

- Megelőzés és állapot korai felismerése/diagnosztizálása, ezáltal az elkerülhető mentális/pszichés problémák esetszámainak csökkentése és azok okainak megelőzése
- Könnyű hozzáférés a szociális szolgáltatásokhoz és az egészségügyi ellátáshoz
- A társadalmi integráció és a biztonságos életmód javítása
- A felelős magatartás elősegítése támogatás és kölcsönös segítségnyújtás révén

- A mentális/pszichés problémával küzdő emberek szerepvállalásának erősítése a közösségük fejlődésében való aktív részvételben, különös tekintettel a pozitív mentális egészség szerepére.
- Az egészségügyi, szociális és kulturális kísérleti programok támogatása annak érdekében, hogy a hátrányos helyzetű fiatalok sikeresen beilleszkedhessenek nagyobb közösségekbe: vállalkozások, iskolák, közösségi szervezetek, egészségügyi és szociális szolgáltatások.

A megelőzés kulcsfontosságú megközelítése a társadalomban a kapcsolati hálózatok bővítése és megerősítése, amely jó hatással van a mentális jólétre és egészségre:

- Társadalmi viszonyok és elszigetelt csoportok közötti kapcsolatok javítása a társadalmi kapcsolatok és a kohézió fejlesztésére szolgáló rendszerek és szolgáltatások megváltoztatásával.
- Támogató programok képviselése olyan embereknél, akiknek hasonló problémáik voltak (társak támogatása). A mentális egészség javítását célzó közegészségügyi beavatkozások különböző kontextusokban megkövetelik az erőfeszítések átirányítását az emberek lakóhelyein kívülre, a tanulás és a munka helyeire, a közösségre, a fizikai környezetre, majd a társadalmi-gazdasági életkörülményekre.

Gyakran idézik azt a kifejezést, hogy az adott társadalom érettségi szintjét az határozza meg, hogy hogyan bánik a gyengékkel és a fogyatékosokkal élőkkel. A mentális/pszichés problémával küzdő kisebbségi fiataloknak nemcsak pénzügyi forrásokra van szükségük, hanem emberi támogatásra, védelemre és elfogadásra is. A közösség tagjainak aktív részvétele és elkötelezettsége elengedhetetlen aktív polgárokként, akik hozzájárulnak ehhez, és nem csak passzív ügyfelek és szolgáltatáshasználók. Ily módon a közösségi mentális egészségügyi megközelítések a közösségi problémákkal és hiányosságokkal kapcsolatban az erősségeikre és a jellemzőikre összpontosítanak, lehetővé téve számukra a fejlődést és a különböző kihívások kezelését.

A tolerancia és az elfogadás kiemelt fontosságú. A társadalomban még mindig hiányzik az elfogadás, különösen a kisebbségi háttérrel és mentális zavarokkal küzdők irányába. A toleranciát csak egy érett és demokratikus társadalomban lehet ápolni és fejleszteni. Ezeknek a fiataloknak az elszigeteltsége még nagyobb elutasításhoz, ezek újratermelődéséhez, sőt a velük kapcsolatos mítoszok és tévhitek

kialakulásához vezet. Az egyenlő képességek régóta fennálló feltételezése még mindig érvényes. Azokat, akik nem illenek ebbe a modellbe, egyszerűen elutasítják.

Az oktatás a gyógymód a célcsoport integrációja felé. Ugyanakkor a rendszer problémás is. A kisebbségi NEET-fiatalok megtartása érdekében folytatott harc rendkívül nehéz. Általában az iskolákban nőtt a kisebbség lemorzsolódásának aránya (az EU-ban 14,4%). Azok, akiknek sikerül az osztályban maradniuk, viselkedési problémával küzdenek, a leggyakoribb problémák a koncentrációzavar és az agresszió. Gyakoriak a többféle problémából adódó helyzetek, amelyekhez társul például mentális zavar, a fogyasztói termékek bőségével szembeni ellenállás hiánya, valamint a média-, a számítógép- stb. függőséggel és általában a lassú fejlődéssel járó problémák. Aggodalomra ad okot az antidepresszánsok, a metil-fenidát és hasonló gyógyszerek fokozott használata gyermekkorban vagy serdülőkorban.

Az egyre növekvő bizonytalanság újabb veszélyforrást jelent a veszélyeztetett fiatalok számára, amely döntő fontosságú mind az oktatás, mind a munka területén. A negativizmus és az egyéntől különböző emberekkel szembeni agresszió az egyik fő oka az iskolai lemorzsolódásnak vagy a munkaerőpiactól való elszigetelésnek. Bizonyos esetekben a helyzet kezelésére szolgáló intézkedés a speciális iskolák biztosítása a tanulók képességeihez igazított tantervekkel. Hangsúlyt kell fektetni az egyéni megközelítésre a feltételek legmegfelelőbb kombinációjának megtalálásához, amelyek nem terhelik tovább a kiszolgáltatott fiatalok pszichéjét. Számukra nem alkalmazhatók a szokásos oktatási rendszerek alapelvei, amelyek már kiskortól kezdve erős versenyen alapulnak és korlátozzák a versenybe lépni képtelenek esélyeit.

A lemorzsolódott tanulók reintegrációjának kísérlete az oktatási rendszerbe nagyon fontos pillanat a csoport szocializációjáért folytatott harcban. Ennek érdekében a következő intézkedéseket kell tenni:

- Információs kampányok szervezése a lemorzsolódók és családtagjaik motiválására az iskolába való visszatérésre.
- A lemorzsolódók elsődleges szociális támogatására szolgáló rendszer felállítása és taneszközök biztosítása.
- Egyéni tantervek kidolgozása és fejlesztése tanulási problémával küzdő tanulók számára.
- Roma származású segítő tanárok kinevezése.

- Ösztönzőrendszer kidolgozása az ismételt lemorzsolódás megelőzésére.
- Dedikált médiaprogramok létrehozása a különböző emberek társadalmi elfogadásának és a diszkriminatív sztereotípiák elutasításának elősegítésére. Ezek mind a mentális és érzelmi egyenlőtlenség, mind a kisebbségi származás tekintetében léteznek. Bizonyos állapotokkal kapcsolatos felfogások gyakran félelmeket és negatív hozzáállást váltanak ki a társadalom tagjaiban, és a társadalomba való beilleszkedéshez szükséges észszerű javaslatok elutasításához vezetnek. A gyűlöletbeszéd a civil társadalom általi konszenzusos elutasítása ellenére továbbra is tetten érhető az ellenségességen és negatív sztereotípiákon alapuló kommunikáció.



Egy új munkaközösségbe való belépés, egy új állás vagy a mindennapi sztereotípiák megváltoztatása önmagában elég kihívást jelent pszichológiai problémák kiváltásához. Ilyen esetekben érzelmi támogatásra van szükség. Először is tisztázni kell azokat a tényezőket, amelyek ilyen támogatást nyújthatnak:

1. Szakemberek: pszichológusok és pszichiáterek. Elengedhetetlen, hogy legyen olyan orvos, aki évek óta figyelemmel kíséri a kérdéses beteg esetét.
2. Barátok és család – az ember állandó támogatása egész életen át.
3. Közösségek és nem kormányzati szervezetek, alapítványok és intézmények által szervezett támogató csoportok.

vagy lehúzni őket.

Ami a foglalkoztatást illeti, ki kell tudniuk beszélni azokat a kérdéseket, amelyek a következőkhöz kapcsolódnak:

A célcsoport érzelmi támogatása szintén döntő fontosságú. A kisebbségi háttér és a szellemi fogyatékoság miatt hátrányos helyzetű fiatalok általában érzékenyebbek és kiszolgáltatottabbak, könnyen befolyásolják őket a történetek és hajlamosabbak az agresszióra. Ha nem kapják meg a megfelelő időben a figyelmet és támogatást, bezárkózhatnak és megbántódást érezhetnek, ami idővel dühvé válhat önmaguk és a világ iránt. A következmények rendkívül pusztítóak lehetnek. Azok a fiatalok, akik soha nem dolgoztak és komoly életproblémáik vannak, különösen ki vannak téve a stresszoroknak.

Az első három csoporttal ellentétben, amelyek szorosabb kapcsolatban állnak egymással és speciális gondozást nyújthatnak a célcsoport fiataljainak, a munkaközösségnek teljesen más feladatai vannak. Ezért igazi kihívás és további elkötelezettség a munkáltató és munkatársai számára, hogy egy kritikus pillanatban részt vegyenek az érzelmi támogatásban. Ugyanakkor az ilyen érzelmi támogatás és kölcsönös segítségnyújtás elengedhetetlen a kedvező munkahelyi légkör biztosításához. A depressziós fiataloknak lehetőséget kell adni arra, hogy szabadon beszélhessenek a nehézségeikről, veszteségeikről, traumatikus tapasztalataikról és érzelmeikről, életük változásáról, a kudarcot valló gyereknevelésről, illetve bármiről, ami izgatja vagy aggasztja őket, segíti felemelni

- kritikus stresszhelyzetek a munkahelyen
- az adaptációs időszak problémái
- nehézségek a képzési időszakban
- hibázás
- téves állítások
- tisztességtelen teljesítményértékelés
- etnikai, faji vagy egészségi állapot miatt észlelt egyenlőtlenségből fakadó sérelmek

A munkáltató vagy munkatársak megfelelő lépései a kibeszélt/megosztott probléma megoldása érdekében a következők lehetnek:

- további professzionális pszichológiai/pszichiátriai segítségnyújtás
- önkéntes részvétel és kölcsönös segítségnyújtás a munkán kívül
- az anyagi erőforrások célzott elosztása
- ajánlás és segítségnyújtás az intézmények előtt (szociális és helyi) stb.

Az érzelmi és anyagi támogatás, valamint a munkaadó és a munkatársak közötti kölcsönös segítségnyújtás kötelező, ha a fiatal szociális intézményből származik, és a saját családjától nem kap támogatást. Az ilyen gondoskodás ösztönzése érdekében fontolóra kell venni azoknak a munkaadóknak a jogszabályi támogatását és segítségét, akik szociálisan és mentálisan hátrányos helyzetű fiatalokat vesznek fel a cégükbe.

## **Végekövetkeztetések**

I. Megfelelően mérlegelve a pszichés komplexitást, a társadalmi mobilitás sajátosságait és azt a tényt, hogy a kutatás célja elszigetelt, a következő intézkedések ajánlhatók csoporton belül és/vagy egyéni szinten a kisebbségi háttérű fiatalok sikeres munkába állásának megkönnyítése, a stabil és biztonságos foglalkoztatás, valamint a hatékony munkakörnyezet megteremtése érdekében:

1. Törekedni kell a társadalmilag rendkívül konzervatív, „tisztá” környezet elhagyására, amely nemcsak a kisebbségi fiatalokra, hanem az egész kisebbségi közösségre is jellemző. Az egyénnek tisztában kell lennie azzal, hogy küzdenie kell a zárt közösség minden retrográd szokása, ösztöne és összetevője ellen, elkülönítve őket a sikeres szakmai és társadalmi környezettől.



2. El kell fogadni azt az elképzelést, hogy csak oktatás vagy képzés révén érhetőek el pozitív szakmai és magatartásbeli változások, és csak így valósulhat meg a kívánt társadalmi átalakulás.

3. A tanulószerveződéses gyakorlati képzést és a bizonyított hatékonyságú szakképzési programokat ennek megfelelően kell kiválasztani és kiigazítani annak biztosítása érdekében, hogy befogadóak legyenek, kapcsolódjanak a foglalkoztatási lehetőségekhez és utat kínáljanak a fejlődéshez.

4. Világosan meg kell érteni, hogy egy kisebbségi háttérű fiatal csak „vegyes” társadalmi környezetben boldogulhat. Ezért dönteniük kell a számukra megfelelő szakmai társadalmi sejt objektív paramétereiről és szubjektív dimenzióiról. Kiemelt fontosságú a kapcsolatok aktiválása az adott kisebbségen kívüli közösségekkel, a család és az érintett oktatási intézmény erőteljes ösztönzésével.

II. Az intézkedések második csoportja a munkaközösség (többség) közösségi és pszichológiai magatartására vonatkozik abban a termelőegységben, ahol a kisebbségi fiatalok állásra pályáznak, és célja az alkalmazkodás megkönnyítése, valamint a megfelelő munkahelyi légkör megteremtése:

1. Törekedni kell a hatékony csapatmunka előmozdítására, amelyben a kisebbségi tagoknak a termelés során szigorúan képzettségi alapon ajánlják fel a pozíciókat. Az értékelésnek és az előléptetésnek mindenképpen a teljesítményen kell alapulnia, és a munkaközösség minden „ajánlásának” objektív értékelésből kell származnia. Ha a munkaközösség egyes tagjai nem tudnak dolgozni a kisebbségi fiatalok mellett, akkor olyan munkatársakat kell találni, akiknek ez nem jelent problémát. A munkaközösségnek tisztában kell lennie azzal, hogy csak a szoros kohézió és a jó szakmai struktúra biztosíthatja a magas szintű teljesítményt, amelyhez a kisebbségi fiatalok kétségkívül hozzájárulnak.

2. Erőfeszítéseket kell tenni a csapatmunka működési szabályainak összehangolására a társadalmi és magatartási elvekkel, amelyek a kisebbségi fiatalok munkán kívüli gyorsított és hatékony beilleszkedését vezérlik. Ösztönözni kell az ebből a csoportból származó fiatal szülők gyermekeinek hozzáférését a „vegyes” állami óvodákhoz vagy iskolákhoz, ahol a kezdeményezést olyan munkatársaknak kell elindítaniuk, akik nemcsak a szülőket, hanem a gyermekeiket is szívesen fogadják.

3. A köz- és a magánszféra érdekelt feleit ösztönözni kell a fiatal kisebbségi családok előtt álló kihívásokra szabott intézkedések végrehajtására a munka és a magánélet megfelelő egyensúlyának

megtalálásában (apák szülői szabadsága, rugalmas munkarend, a bölcsődék és óvodák elérhetősége stb.).

4. A fiatal kisebbségi kollégákat ösztönözni kell arra, hogy folyamatosan tájékozódjanak szociális jogaikról, és fejlesszék ki magukban az ösztönt, hogy kiálljanak e jogaik mellett a munkaadókkal vagy a kormányzati szervekkel szemben. A termelőegység munkatársaival való társadalmi szolidaritás érzete, akár kisebbségbe tartoznak, akár nem, erőteljes katalizátora lehet az integrációnak, és ezáltal a „gettósított” társadalmi státusztól való megszabadulásnak.

5. A munkaközösségnek, és különösen azon tagjainak, akik nem az adott kisebbségből származnak, magukévá kell tenniük az ötletet és kezdeményezniük kell a közös társasági események szervezését. Ezek lehetnek személyes ünnepek (születésnapok, esküvők stb.) vagy az egész kisebbségi csoportra jellemző hagyományos ünnepek (ramadán, Szent Vazul napja stb.).

III. Az intézkedések harmadik csoportja a munkaadókat, az állami intézményeket és a jogalkotási kezdeményezéseket célozza:

1. Erőfeszítéseket kell tenni, különösen a vonatkozó jogi rendelkezések elfogadásával, a tanulószerveződéses gyakorlati képzés méltányos díjazásának biztosítása érdekében, hogy a fiatal kisebbségi tagok valóban megoldást jelentő lehetőséget kapjanak arra, hogy teljes mértékben beilleszkedjenek egy munkaközösségbe.

2. Jogszábeli garanciákra van szükség arra nézve, hogy a szakmai gyakorlatok biztonságos és legitim foglalkoztatási formát képviselnek, valamint életképes kiindulópontot jelentenek a fiatalok munkaerőpiaci belépésére. A munkaadók integrálása a folyamatba jobb eredményeket hozhat.

3. Javítani kell a meglévő megközelítéseket, valamint újakat kell létrehozni a fiatalok tájékoztatása és a nekik szóló karrier-tanácsadás terén, kellően figyelembe véve azokat a konkrét akadályokat, amelyekkel a kisebbségi fiataloknak meg kell küzdeniük a szakképzési, gyakornoki és foglalkoztatási lehetőségek felkutatása és az azokhoz való hozzáférés terén.

4. A fiatal kisebbségi tagok számára meg kell könnyíteni a munkaorientált képzéshez való hozzáférést mind az állami, mind a magánszektorban, ideértve ennek az érintett társadalmi szereplők közötti partnerségek útján történő megvalósítását is.

5. A felelős testületeket (helyi önkormányzatokat, oktatási intézményeket stb.) ösztönözni kell arra, hogy partnerségeket alakítsanak ki más társadalmi érdekelt felekkel (helyi vállalkozásokkal, nagyvállalatokkal, szakszervezetekkel, kereskedelmi kamarákkal stb.), munkatapasztalat-szerzést megkönnyítő programok kidolgozása érdekében a kisebbségi fiatalok számára, akiknek további segítség nélkül nehézséget jelent az ilyen tapasztalatok megszerzése.

6. El kell ismerni a nem formális oktatás, a különféle szakmai gyakorlatok és/vagy a kisebbségi közösségen belüli munka során szerzett tapasztalatokat mint ugródeszkát a tényleges munkaerőpiacra. Itt arról van szó, hogy tiszteletben kell tartani az egyes kisebbségi csoportok hagyományait a funkcionális munkakörnyezet létrehozásához és megítéléséhez, anélkül, hogy befolyásolnák az adott termelési egység társadalmi és termelési mechanizmusait. Ez megköveteli a helyes gyakorlatok megosztását az érintett társadalmi partnerek (oktatási és képzési szolgáltatók, munkaadók és egyesületeik, ifjúsági szervezetek, ifjúsági foglalkoztatást nyújtók stb.) között.

7. Be kell ruházni a kisebbségi fiatalok információs technológiához való hozzáféréseinek ösztönzésére a meglévő közösségi szolgáltatások (ifjúsági központok, nyilvános könyvtárak, médiaközpontok, ifjúsági információs és tanácsadó központok stb.) révén. Ennek fényében bizonyos oktatási és viselkedési összetevőket be kell vonni, hogy megkönnyítsék az egyéni karrierajánlatokra való reagálást.

8. A fiatal kisebbségi álláskeresők számára nyújtott karrier-tanácsadásnak és gyakorlati támogatásnak be kell kerülnie a szociális ifjúsági programokba, a szociális munkások tevékenységébe és a formális oktatási intézményekbe (álláskeresési workshopok, önéletrajzírási tippek, sikeres állásinterjú-technikák stb.).

9. A kisebbségi fiatalok számára elő kell segíteni a mikrofinanszírozáshoz és a partnerségi támogatási programokhoz való hozzáférést, hogy javítsák a fiatalok vállalkozási szellemének és vállalkozási tevékenységének feltételeit.

10. Pénzügyi ösztönzőket kell felajánlani adókedvezmények vagy egyéb pénzügyi támogatás formájában a magánszféra érdekelt feleinek, különösen a helyi vállalkozásoknak, a kisebbségi fiatalok foglalkoztatása érdekében.

11. A destigmatizálási szakpolitikáknak tiszteletben kell tartaniuk az adott társadalmi csoport kulturális identitását és sajátosságait. A munkáltatóknak a mentalitásukat, hagyományait, rituáléikat, etnikai és vallási ünnepeiket a munkaközösség társadalmi környezetében a sokszínűség forrásának, nem pedig a tagok közötti megosztottságnak kell tekinteniük. A különbségeket a fokozott teljesítmény előfeltételének kell tekinteni, nem pedig valaminek, ami lelassíthatja a gyártási ciklust. Ha a munkaközösség egyes tagjai nem tudnak dolgozni a kisebbségi fiatalok mellett, akkor olyan munkatársakat kell találni, akiknek ez nem jelent problémát.

12. A munkahelyeknek figyelembe kell venniük etnikai, vallási és kulturális identitásukat, és rendelkezniük kell rekreációs helyiségekkel, étkezőkkel stb., valamint ízlésüknek és preferenciáiknak megfelelő ételeket kell kínálni nekik.

13. Az éves szabadságolási lehetőségeknél figyelembe kell venni a kisebbségi csoport hagyományos ünnepeit.

14. Javasoljuk, hogy a vezetői csapatnak legyen tagja az adott kisebbség egy képviselője (ha a termelőegység ezt megengedheti magának). Ezzel megerősítheti a társadalmi csoportja hajlandóságát, és visszajelzésként szolgálhat a dolgozók és a vezetés között. Ily módon javul a menedzsment rugalmassága, a teljesítmény és a termelékenység is.

15. Gyakrabban kell olyan eszközöket használni, mint a rugalmas vagy rövidebb munkaidő, vagy a részmunkaidős munka.

16. Lehetővé kell tenni a Munka törvénykönyvének rugalmasabb értelmezését. Például a munkaszerződés tartalmazhat egy rendelkezést „munkavégzés alóli ideiglenes mentességről”, amely nem vezet fegyelmi okokból történő elbocsátáshoz vagy pénzbeli szankciókhoz.

L.I.K.E. projekt Végrehajtó:



Bulgaria



Latvia



Hungary



Italy



Norway



Iceland

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants  
Norway grants

A „Life Investment is the Key to Employment” (A foglalkoztatás kulcsa a jövőbe történő befektetés) projektet Izland, Lichtenstein és Norvégia támogatja az EGT Alap és a Norvég Alap Ifjúsági foglalkoztatásért programon keresztül.

[www.eeagrants.org](http://www.eeagrants.org)