ENPLEGAGARRITASUNA HOBETZEKO NEURRIAK:
55 URTETIK GORAKO LANGABETUEN LAN MERKATURATZEA HOBETU ADIMEN EMOZIONALAREN BIDEZ

eman ta zabal zazu

Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea

Garazi Jule Catalán Arenaza

Psikologia Fakultatea
Facultad de Psicología

SARRERA

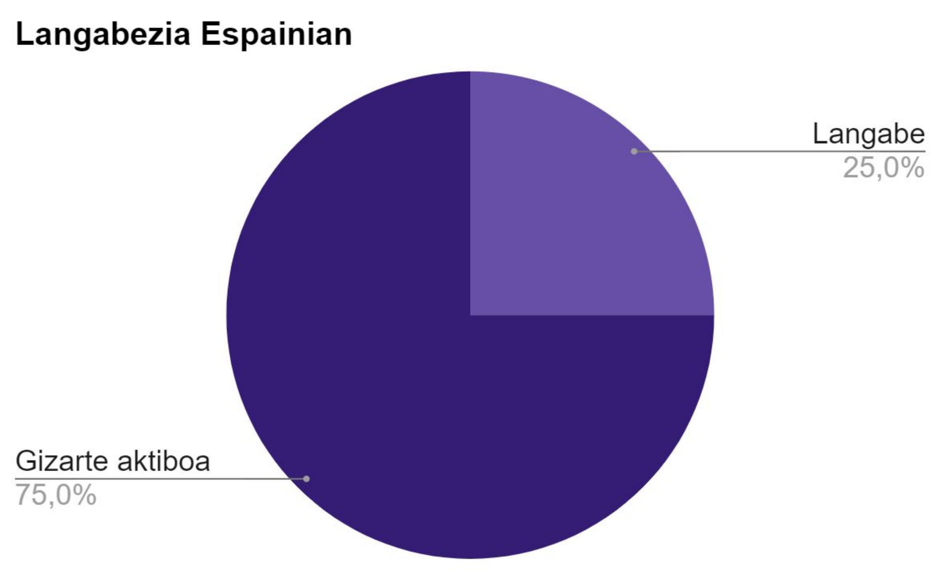
Lan honen helburu nagusia,iraupen luzeko langabezian dauden 55 urtetik gorako pertsonak lan merkatuan aukera gehiago izan ahal izateko, **adimen emozionalaren lanketaren garrantzia** azpimarratzea da, eta horretarako orain arte egindako esku hartze eta proposamenak aztertzea. Orain dela urte gutxi batzuk, emozioek ez zuten lekurik gure gizartean, baina zorionez denborak aurrera egin ahala egoera hau aldatzen doa.

Lehen, lanpostu bat aurkitzeko orduan, soilik, adimen arrazionala hartzen zen kontuan, gaur egun berriz, ikerketa askok defendatu dute gutxinaka **adimen emozionala, beste adimen mota honen garrantzia berdina edo gehiago** izan dezakeela eguneroko bizitzan eta beraz lan munduan ere.

Hitz gakoak: langabezia, enplegagarritasuna, helduak, adimen emozionala eta esku-hartzea

MARKO TEORIKOA

1 Langabezia gaur egun Espainian



- Espainian 50 urtetik gorako **936.200** pertsona daude langabezian gaur egun.
- **Emakumeak** adin-tarte horretako langabeen **bi heren** inguru osatzen dute, gizonezkoen kopurua bikoiztuz.
- Euskal Herrira mugatuz, langabetuen tasa %10,68 koa da.
- 55 urtetik gorako pertsonetan, **langebeziak gorakada** izan du azken urte honetan, zehazki %1,61.
- **Adina** gizartean gehien normalizatzen den **bazterkeria** kontsideratzen da.
- Hemen, erretirora hurbiltzen ari diren eta langabezian dauden pertsonen **%70 ak urte bat baino gehiago** darama **lanik egin gabe.**

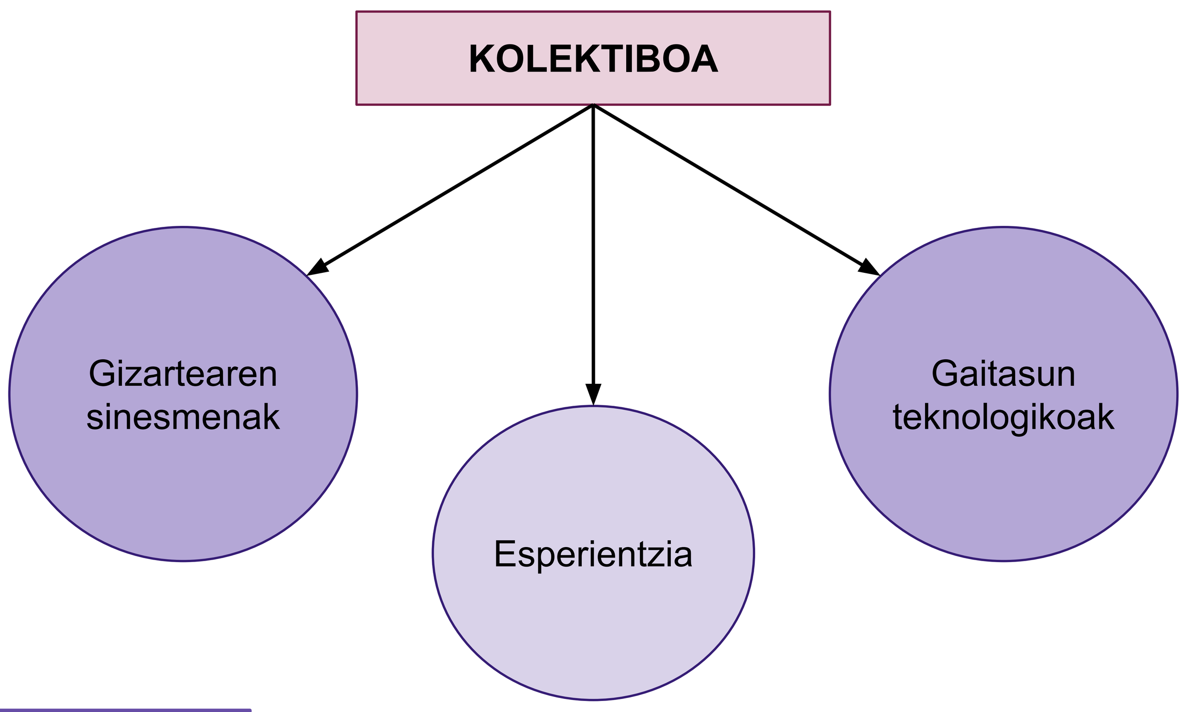
2 Langabeziaren ondorio psikologiko, sozial eta fisikoak

- **Psikologikoak** → Autoestimaren gutxitzea, babesgabetasun egoeran aurkitzea, erru sentimenduaren indartzea, antsietatea, depresioa...
- **Sozialak** → Estatusa galtzea, erlazio sozialen gutxitzea, familia-sistemaren okertzea...
- **Fisikoak** → Loaren nahasteak, neke iraunkorra, jatorduen desorekak...

3 Adimen emozionala

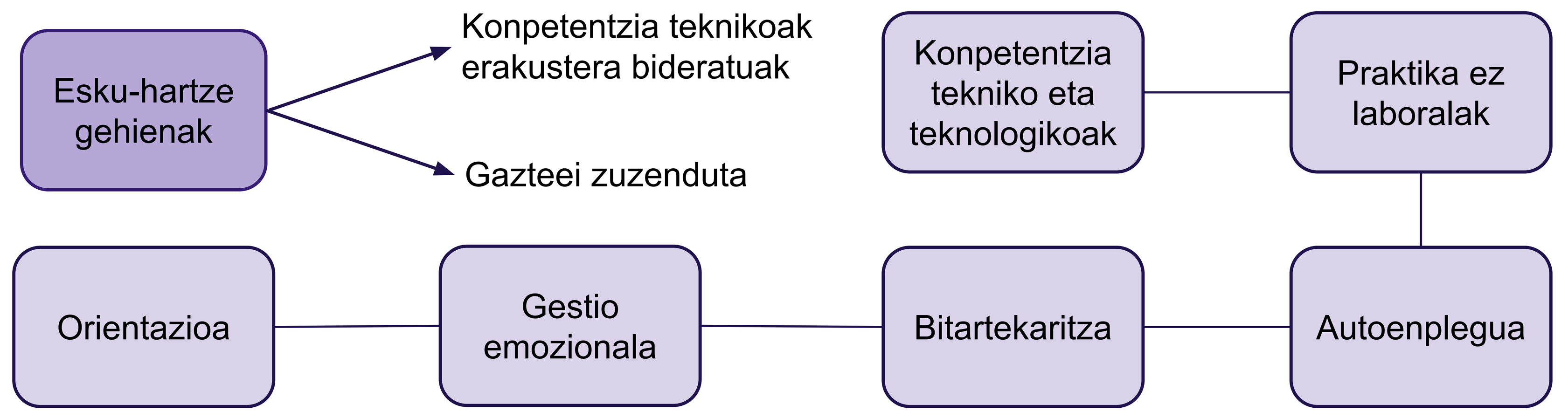
- Ikerketa askok erakutsi dute **arrakasta lortzea, gaitasun emozionalei esker** dela, zati handi batean, gaitasun intelektualarena baino gehiago.
- Adimen emozionalak portaera kudeatzeko, **erabakiak hartzeko eta gatazkak konpontzeko moduak** zehazten ditu
- **Funtsezkoa** da **emozioak nola kudeatu jakiteko**, norberarengan ongizatea areagotzeko eta, aldi berean, norberarengan konfiantza eta segurtasun handiagoa sustatuz, **frustrazio eta estres egoerei** modu eraginkorragoan **aurre egiteko.**
- Hezkuntza emozionala, hezkuntza **prozesu jarraitua** eta iraunkorra da, zeinen, garapen emozionala indartzen duen, **garapen kognitiboaren osagarri** bihurtuz, biek pertsonaren barne nortasuna garatu dezaten.

4 Kolektiboaren ezaugarriak



ESKU-HARTZE PROGRAMAK

1 Esku-hartze estrategia nagusiak



2 "55 plus" formazioa eta laguntza jarduerak

IMH-k lanbideren laguntzaz → Adimen emozionala eta gestio emozionala lantzeko proiektua

1.atala

Ekintza indibidualak
- Arrera
- Sentsibilizazio fasea
- Helburuen sortzea

2.atala

Zeharkako ekintza indibidualak
- Zailtasunen azterketa
- Baliabide pertsonalen azterketa
- Helburuak egokitzea

3.atala

Taldeko tailerrak
- Trebetasun pertsonal, sozial eta komunikaziozkoak
- Lan-elkarrizketen prestakuntza
- Talde-akonpainamendu espezifikoa
- Taldeko coaching-a

EZTABAIDA

- Gazteez gain, **helduek ere onura handiak atera** ditzakete programa horietatik; bai hainbat arrazoirengatik inoiz eskuratu ez dituzten gaitasunak ikasteko, bai eskuratutako horiek baina erabat garatu ez diren **gaitasunak sustatzeko edo hobetzeko.**
- Adimen emozionala izaera egonkor edo finkoko nortasun gaitasun bat izatea baino gehiago, bizi zikloan zehar entrenamendu egokiaren bidez **ikas daitezkeen trebetasunek osatzen dute.**
- **Sinesmen eta aurreiritzi faltsu asko** daude kolektibo honen aurrean, aukerak gutxitzen dituztenak
- **Pentsamendu anakroniko** hauek, ohikoak diren balioak baztertzen dituzte, hala nola, esperientzia, heldutasuna fideltasuna eta neurritasuna.
- Aldaketarekiko eta erronkekiko **jarrera proaktiboa** sustatzeak enplegua lortzeko mesedegarriak dira

ONDORIOAK

- Langabezia-tasa murrizteko ahaleginen arrakasta eskasa→ beste ikuspuntu batetik lantzeko beharra
- Langabeziaren ondoriozko egoerei aurre eginez kudeaketa emozional egokiaren garrantziari heldu
- Norberaren emozioak kudeatzeak, estrategia errealistak diseinatzen irakatsi diezaguke
- Gaitasun emozionalak elkarlanerako gaitasuna eta ekimena hobetzen ditu.
- Laguntza indibidualizatua sustatu
- Adimen emozionala ez da soilik nagusiekin landu behar baizik eta gizarte osoarekin.
- Gizartea zahartzen ari da, ez da fokua bertan jartzen eta talentu asko galtzen ari da
- Espazio kooperatibo espezializatuak sortu benetan pertsona hauen enplegagarritasuna hobetu eta sustatzeko
- Formazioak bi atal izatea,prestakuntza teknikoetara bideratutako atala eta adimen emozionala eta bakoitzaren gaitasun ez garatuak lantzeko atala.

BIBLIOGRAFIA

Amber, D., & Domingo, J. (2017). Desempleo en mayores de 45 años:¿ Un bucle sin salida?. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, *18*(2), 194-207.

GOLEMAN, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.

Izquierdo-Rus, T., & López-Martínez, O. (2013). Variables que afectan a la creatividad de las personas desempleadas. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, *29*(1), 103-107.