

نقش اشتغال جوانان در بهداشت روانی آنان

بهناز سیف‌اللهی

توانایی در سازش جوانان با سایرین بوده است.»

اشتغال جوانان:

در اشتغال جوانان به کار بایستی به عوامل خانوادگی، جنسیت، عوامل اجتماعی و اقتصادی توجه نمود، برخی از خانواده‌ها به مشاغل خاصی گرایش دارند و همین امر اشتغال جوانان را به برخی از حرفه‌ها محدود و یا حتی ممنوع می‌کند. زن یا مرد بودن، در ورود یا جلوگیری از برخی مشاغل مؤثر است.

عوامل اجتماعی و اقتصادی نیز محدودیتها را در اشتغال جوانان ایجاد می‌کند. تأمین شغل مناسب و راهنمایی

کار، نقش فرد و موقعیت‌های اجتماعی او را مشخص می‌کند و فرد را با واقعیت اقتصادی و اجتماعی نزدیکتر می‌سازد.

جوانان بدلیل نداشتن تجربه کافی در برخورد با جمع و عدم مهارت، اغلب در انتخاب شغل دچار مشکل می‌شوند و چون در این دوره تحمل عقاید دیگران را ندارند. در عین کار نیز با مشکلاتی مواجه می‌گردند به نقل از «اودلوم» در پرسش از کارفرمایان در مورد معمول‌ترین دلیل اخراج کارگران جوان چنین بیان شده است: «دلیل اخراج، عدم

مقدمه:

شغل، غالباً تمام زندگی فرد را تغییر می‌دهد و حتی طرز صحبت کردن، لباس پوشیدن رفقا و تاحدی طرز فکر فرد را مشخص می‌نماید. کار، نقش فرد و موقعیت‌های اجتماعی او را مشخص می‌کند و فرد را با واقعیت اقتصادی و اجتماعی نزدیکتر می‌سازد. شخص بیکار خود را بیرون از جمع احساس می‌کند. تعهد برای انجام کار از مشخصات بزرگسالی و جوانی است و معنا و جهت حیات را کامل می‌کند و برای همین جهت مورد توجه جوانان است. کار برای پسران نشانی از مردانگی برای تشکیل خانواده و برای دختران بیشتر برای تأمین امنیت و کمک به خانواده است. آمادگی شغلی برای جوانان لازم است.

جوانان به مشاغلی که متناسب با استعدادها و علائق آنان باشد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. اهمال در این زمینه جوانان را به انحراف، بزهکاری و اعتیاد خواهد کشاند و چه بسا بسیاری از جوانان با ناراحتیهای روانی مواجه خواهند گردید. در سطح جامعه، اکثریت عظیمی از جوانان به حرفه‌های غیرتخصصی و کارهایی که به مهارتی نیاز ندارند رو می‌آورند. در این گرایش در جامعه متحولی مانند جامعه مانه تنها راه حل صحیحی برای مشکل بیکاری نیست بلکه به رشد اقتصادی و برآوردن نیازهای اجتماعی نیز کمکی نمی‌کند. کارهایی که جنبه تولیدی ندارد و برای انجام آن به مهارت و ابتکار نیازی نیست افراد را به اشخاصی غیرمولد تبدیل می‌کند و در اینصورت نقش آنان در بازدهی کار مشخص نیست و بتدریج رضایت شغلی خویش را از دست داده و عملاً دلسرد می‌شوند (احمد، احمدی ۱۳۷۱).

وظیفه جامعه ایجاد حرفه‌ها و کارهایی است که ضمن انجام آنها، افراد تجربه و مهارت روزافزون را کسب کنند و سطح آگاهی خود را بالا ببرند. جوانان سرمایه و آینده‌سازان جامعه هستند و اشتغال آنان در هر جامعه‌ای ضروری می‌باشد. توجه به اشتغال نسل جوان باعث رشد و ترقی اقتصادی و فرهنگ جامعه می‌گردد و عدم توجه به اشتغال آنان باعث خمودی و اضمحلال اقتصاد و فرهنگ ملی خواهد گردید چرا که در هر مرحله از رشد انسان سرمایه‌های مادی و معنوی برای پرورش و

تربیت انسانها به کار گرفته می‌شود تا افراد به جوانی و بزرگسالی رسیده و بتوانند در جامعه مولد گردیده و استعدادها و تواناییهای بالقوه خود را بالفعل نموده و بکار گیرند. ولی اگر در سر راه اشتغال آنان موانعی بوجود آید در حقیقت نابودی سرمایه‌های مادی و معنوی و عدم رشد اقتصادی و فرهنگی در جامعه بوجود می‌آید.

در جوانی و بزرگسالی هنگام انتخاب شغل این سؤال برای هر جوان بوجود می‌آید که "مقصد من کجاست؟" هم زن و هم مرد باید احساس استقلال و اختیار نموده و برای انتخاب شغل آزاد گذاشته شوند.

ایالات متحده معلوم شده که ۳۰ درصد جوانها پس از فارغ‌التحصیل شدن از کالج به تحصیلات خود ادامه می‌دهند. نوجوانانی که توانائی ادامه تحصیلات دبیرستانی را هم پیدا نمی‌کنند در برقرار نمودن یک هویت رضایت‌بخش دچار مشکلات می‌گردند، بسیاری نیز سرنوشتشان فقر و افسردگی است. استحکام پایه روانی برای احساس ارزش فردی بستگی به کسب شایستگی در دوره نوجوانی دارد. احساس کفایت یا توفیق یافتن در وظایفی که اجتماع آنها را مهم تلقی می‌کند بدست می‌آید. انگیزه رسیدن به نقش حرفه‌ای مشکل، زمانی می‌تواند مستمر



باشد که امکان رسیدن به آن نقش واقعاً فراهم بوده و در عین حال مورد احترام دیگران باشد (پورافکاری، نصرت‌ا...، ۱۳۷۶).

بهداشت روانی:

تسلط و مهارت در ارتباط صحیح با

جوان در انتخاب شغل تحت تأثیر همتاها، والدین، مشاورین و نیز نیروهای نیمه‌آگاه درونی خویش است. امکان یا عدم امکان تحصیلات بیشتر یکی از عوامل تعیین کننده در انتخاب شغل است. تحصیلات طولانی ورود به دنیای بزرگسالان را به تأخیر می‌اندازد. در یک مطالعه در

توجه به اشتغال نسل جوان باعث رشد و ترقی اقتصاد و فرهنگ جامعه می‌گردد و عدم توجه باعث باعث خمودی و اضمحلال اقتصاد و فرهنگ ملی خواهدگردید

محیط بخصوص در سه فضای مهم زندگی (عشق، کار، تفریح همچنین استعداد یافتن و ادامه کار، داشتن خانواده، ایجاد محیط خانوادگی خرسند، فرار از مسائلی که با قانون درگیری دارد، لذت بردن از زندگی و استفاده صحیح از فرصتها، ملاک تعادل و سلامت روان است. بهداشت روانی برای بهزیستی و رفاه اجتماعی تمامی زوایای زندگی از محیط خانواده گرفته تا مدرسه، دانشگاه، محیط کار و نظایر آنها را در بر می‌گیرد. در بهداشت روانی آنچه بیش از همه موردنظر است احترام به شخصیت و حیثیت انسانی است و تا هنگامی که حیثیت و شخصیت فرد برقرار نشود سلامت فکر و تعادل روان و بهبود روابط انسانی معنی و مفهومی نخواهد داشت. روی این اصل بهداشت روانی به فرد کمک می‌کند که با ایجاد روشهای صحیح روانی و عاطفی بتواند با محیط خود سازگاری حاصل نموده و برای حل مشکلات از راههای مطلوب اقدام نماید (میلانی فر، بهروز، ۱۳۷۴).

اشتغال جوانان و بهداشت روانی:

در سنین جوانی مسائل مهمی نظیر ارتباط با دیگران، ادامه تحصیل، پیدا کردن

کار و حرفه مورد علاقه و مسئله ازدواج مطرح می‌شود که در نتیجه تمامی اینها با مسائل بهداشت روانی درهم آمیخته می‌شود. این دوران، دوران پیدا کردن شغل، انتخاب همسر و یا پدر و مادر شدن است. در مورد انتخاب شغل، افراد باید استعداد، کاردانی و آمادگی فردی در زمینه شغلی که می‌خواهند انتخاب کنند را مورد سنجش قرار دهند. سازش با محیط کار و همکاران، توجه به مقررات کار و وظایفی که به دلیل داشتن حرفه خاصی فرد را مقید و مجبور به اطاعت می‌نماید امری عادی و شایان توجه است. در صورت عدم انطباق با چنین شرایطی ممکن است اختلالات رفتاری و روانی در این سنین بروز نماید. بین ثبات شغلی و ثبات روانی رابطه مستقیم وجود دارد. داشتن شغل صرفنظر از جنبه‌های اقتصادی مانع بروز بیماریهای عصبی - روانی می‌شود. کار فساد را ریشه کن می‌کند. ثبات در شغل و علاقه به آن و لازمه ادامه کار، احساس ایمنی است. افرادی که مرتباً شغل عوض می‌کنند دچار بلاتکلیفی و بیماری هستند. در مورد شغل، بایستی استعداد، علاقه فردی، محیط کار، نوع درآمد نسبت به شغل، بازارکار، مرغوبیت و اهمیت آن در نظر گرفته شود. ولتر نویسنده معروف می‌نویسد: «هر وقت احساس می‌کنم که درد و رنج و بیماری می‌خواهد مرا از پای درآورد به کار پناه می‌برم و کار بهترین درمان دردهای درونی من است».

پاسکال می‌گوید: «مصدر کلیه مفاسد

فکری و اخلاقی بیکاری است و هر کشوری که بخواهد این عیب بزرگ اجتماعی را رفع کند باید مردم را به کار وادارد تا آرامش کلی در وجود افراد برقرار شود» (میلانی فر، بهروز، ۱۳۷۶).

دوران جوانی دورانی است که در آن جوانان دارای احساسات قوی، هیجانات و آرمان‌گرایی و همچنین انرژی فراوان هستند. رسیدن به اشتغال و استقلال مادی در زندگی از اهداف مهم آنان بشمار می‌رود. و برای دستیابی به این اهداف کوششهای بسیاری را انجام می‌دهند. هرکدام به فراخور شخصیت، استعداد، موقعیت اجتماعی و خانوادگی و تحصیلی به دنبال شغل موردنظر هستند ولی گاهی در رسیدن به خواسته‌های خود موانعی را بر سر راه دارند که در مواقعی باعث عدم اشتغال شده و می‌تواند به بهداشت روانی آنان آسیب برساند.

واکنشهای روانی ناشی از عدم اشتغال در جوانان عبارتست از:

الف: ناکامی؛

هنگامی که راه دستیابی به یک هدف بسته می‌شود و یا دستیابی به آن به تأخیر می‌افتد ناکامی روی می‌دهد. سدهای گوناگونی چه درونی چه بیرونی بر سر راه کوششهای فرد برای دستیابی به هدف قرار می‌گیرند. گاه چیزی که مانع دستیابی آدمی به هدف و خشنود شدن وی می‌شود از کم و کاستیهای خودش سرچشمه می‌گیرد معلولیتهای جسمانی، نداشتن بعضی از توانائیا و یا خویشتن‌داری ناپسند نیز

ممکن است آدمی را از رسیدن به هدف باز دارد. اگر کسی هدفهایی برای خود انتخاب کند که فراتر از تواناییهای او است احتمالاً دچار ناکامی خواهد شد.

ب: استرس (فشار روانی)؛

هرگاه نخستین تلاشهای آدمی برای کنار آمدن با مسئله و مشکل به جایی نرسد در آن صورت استرس و فشار روانی وی بیشتر و تلاشهای کم انعطاف می شود و راه حل‌های دیگر مسأله از نظرش دور می ماند. آدمی هنگام روبه‌رو شدن با فشار روانی به آن دسته از الگوهای رفتاری روی می آورد که پیش از این برایش کارایی داشته است. به عنوان مثال: یک آدم محتاط ممکن است محتاط‌تر هم بشود و سرانجام به کلی کناره بگیرد، یک آدم پرخاشگر ممکن است کنترل خود را از دست بدهد و بی‌مهابا همه چیز را درهم بکوبد (براهنی، دکتر محمدنقی، ۱۳۷۰).

ج: اضطراب؛

بعضی از جوانان در اثر نرسیدن به اهداف اشتغال و یا عدم اشتغال دچار اضطراب می شوند. اضطراب شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژیکی می شود. شخصی که مضطرب است از عصبی بودن و تنش و بی‌قراری و تحریک پذیری شکایت می کند و اغلب در به خواب رفتن مشکل دارد. شخص مضطرب به آسانی خسته می شود (دل آشوبه) و سر درد و تنش عضلانی و اشکال در تمرکز فکر

بعضی از جوانان در اثر نرسیدن به اهداف اشتغال و یا عدم اشتغال دچار اضطراب می شوند.



دارد. اضطراب شدید ممکن است بعد از وقوع یک حادثه (عدم اشتغال یا از دست دادن شغل و یا بیکاری) یا پیش‌بینی حادثه‌ای در آینده، یا بر اثر تصمیم به مقاومت در برابر اشتغال ذهنی به موضوعی خاص، یا به هنگام تغییر جنبه نامطلوبی از رفتار یا برخورد با محرک تنش آور روی دهد. رفتارها مشاهده شود اختلال اضطراب هر چند متنوع است اما در یک چیز مشترک است تغییر یا احتمال تغییر در هر موقعیت آشکار.

د: افسردگی؛

یکی دیگر از واکنشهای روانی ناشی از

عدم اشتغال در جوانان افسردگی است. در زبان روزمره، اصطلاح افسردگی برای اشاره به یک حالت احساسی، واکنش به یک موقعیت و سبک رفتار مختص به فرد بکار می رود. دو ویژگی اختصاصی در افسردگی عبارتست از: خُلق ناشاد (افسردگی همراه با غم و اندوه ناامیدی، ناراحتی یا نگرانی) و فقدان علاقه و لذت در تقریباً همه فعالیت‌های عادی و سرگرمی‌های فرد. تشخیص افسردگی مستلزم وجود دست کم یکی از دو ویژگی است. بعلاوه دست کم چهار مورد از رفتارها یا احساسات زیر باید مورد توجه قرار گیرد: کم اشتهایی یا تغییر وزن (اغلب کاهش یا گاهی ازدیاد وزن) اشکال در خوابیدن، فقدان نیرو، آشفتگی روانی - حرکتی (افزایش یا کندی پاسخ) آنقدر مشخص که از سوی دیگران قابل مشاهده باشد. خستگی یا فقدان انرژی، سرزنش خود یا احساس گناه نابجا، شکایت از ناتوانی در تمرکز و تفکر بطور روشن یا تمرکز حواس و افکار دایمی مرگ یا خودکشی یا آرزوی مردن. درموردی ممکن است افسردگی رفتار فعلی باشد که تحت تأثیر شرایط تنش‌زای متناوب (عدم اشتغال و بیکاری) بوجود آمده اما با گذشت زمان بجای اینکه به سمت طبیعی بودن حرکت کند ادامه یافته و شخص اغلب الگوهای فکری نامتناسب را نشان می دهد معمولاً همه چیز را فاجعه انگاشته و به بدترین وجه به دنیا می نگرد. این نگرش به تصور از خود شخص به صورت فردی ناامید و درمانده جلوه می کند (نجاریان، دکتر بهمن، ۱۳۷۵).

فقیرنشین، کجروی را در طبقات پائین و فقیرنشین بیشتر کرده است.

پیشگیری و بهبود بهداشت روانی جوانان و اشتغال آنان:

مشکلاتی که گریبانگر آدمیان می‌شود بسیار گوناگون است و واقعاً نمی‌توان هیچ رهنمود همگانی برای حفظ سلامت روانی ارائه کرد ولی تجارب درمانگران چند پیشنهاد همگانی را به دست می‌دهد که برای بهبود بهداشت روانی مؤثر است. در نتیجه در ارتباط با بهبود بهداشت روانی جوانان و اشتغال آنان به تدابیر زیر اشاره می‌کنیم که امیدوارم مؤثر واقع شود:

الف: بهبود بهداشت روانی

۱. احساسات خود را بپذیرید:

هیجان‌ات شدید ممکن است ایجاد اضطراب کند، خشم، اندوه، ترس، احساس دست نیافتن به آرمانها یا هدفها همگی هیجانهای ناخوشایندی هستند که ممکن است بخواهیم با انکار آنها از اضطراب در امان باشیم. برای رهایی از فشار روانی حاصله بهتر است راهی برای برونریزی آن هیجان پیدا کنیم. در میان‌گذاردن مسأله با یک دوست همدل و یا مشاور امین می‌تواند خشم شما را فرو بنشانند، اگر فقط قبول کنید که احساس هیجان حق طبیعی شما است. در آن صورت وقتی راه ابراز مستقیم هیجانها بسته باشد حتماً می‌توانید راههای غیرمستقیم برای ابراز آن را پیدا کنید (پیاده‌روی، ورزش، مطالعه و...).



و: اختلال سازگاری؛

به دلایل اقتصادی و اجتماعی به سوی مشاغل کاذب از قبیل دلالی، دست فروشی و... کشش پیدا کنند که این مشاغل علاوه بر اینکه آینده مطلوبی را برایشان بوجود نمی‌آورد خود می‌تواند انحرافات و معضلات بیشماری چه روانی و چه مادی را برایشان ایجاد نماید.

در بعضی از جوانان در اثر تنش ناشی از عدم اشتغال و بیکاری اختلال سازگاری بوجود می‌آید. شخص مبتلا به اختلال سازگار، فردی است که انطباق خوبی با یک یا چند عامل تنش‌زا را ندارد) تنش‌زاهای شامل رویدادها و تحولات گذرا و موقعیتهایی است که مثلاً شامل مسائل مربوط به اشتغال و یا تنش‌زاهای چندگانه متأثر از آن و فقر و مسائل اجتماعی و اقتصادی ناشی از بیکاری می‌باشد.

بیشتر اوقات واکنشهای ناسازگارانه فرد به تنش‌زاهای معمولاً وقتی شرایط تنش‌زا رفع می‌گردد و یا وقتی فرد می‌آموزد که چگونه با شرایط جدید زندگی کند محو می‌گردد (نجاریان، دکتر بهمن، ۱۳۷۵).

ه: مشاغل کاذب؛ (بیکاری پنهان)؛
وقتی بسیاری از جوانانی به شغل موردنظر دستیابی پیدا می‌کنند ممکن است

ی: انحرافات اجتماعی؛

متأسفانه بعضی از جوانان متأثر از عدم اشتغال و در نتیجه عدم سازگاری با نظام اقتصادی، اجتماعی و خانوادگی به سوی انحرافات اجتماعی کشیده می‌شوند. بسیاری از بزهکاریها، جرمها، الکیسم و اعتیاد به موادمخدر و مسائل اخلاقی را انحرافات می‌نامیم.

هر نوع انحراف اجتماعی در پیدایش انواع دیگر انحرافات مؤثر است. به همین دلیل عدم اشتغال و متعاقب آن مسائل روانی و مادی همچنین فقر و زندگی در محلات

ما آدمیان موجود اجتماعی هستیم و به پشتیبانی، آرامش و اطمینان خاطر که از جانب دیگران فراهم می‌شود نیاز داریم.

کارآموزی نامیده می‌شود. کارآموزی به فعالیت‌هایی گفته می‌شود که در خدمت پرورش است. کارآموزی را باید بخش کوچکی از پرورش دانست که هدف آن تربیت افراد برای پذیرفتن مشاغل و تخصص‌های گوناگون است (آموزش در کارآموزی به فعالیت‌هایی گفته می‌شود که در خدمت پرورش می‌باشد فعالیت‌هایی که به منظور ایجاد یادگیری در یادگیرنده به صورت کنش متقابل جریان می‌یابد) (سیف، دکتر علی اکبر، ۱۳۷۷).

درواقع یکی از دلایل عدم اشتغال جوانان و متعاقب آن آسیب به بهداشت روانی آنان عدم کارایی و آموزش مهارت‌ها و متون مربوط به مشاغل است که دست‌اندرکاران و مسئولین مربوطه اعم از آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها، مراکز کارآموزی خصوصی و دولتی همچنین زیرنظر وزارت کار و امور اجتماعی می‌توانند در پیشبرد و ایجاد تخصص‌ها و مهارت‌های مربوطه به جوانان کمک نموده و برای ورود به بازارکار به آنان کمک کنند.

۷. ایجاد مراکز خدمات اشتغال:

مراکز خدمات اشتغال به عنوان مراکز معتبر و کارآمد در این راستا در جهت اشتغال

خود نمودار پختگی عاطفی شخص است نه نشانه ضعف او، نباید چندان دست‌نگداشت تا احساس درماندگی دست دهد.

۴. با دیگران روابط صمیمانه برقرار کنید:

هسته اصلی بیشتر اختلالات عاطفی احساس انزوا و تنهایی است. ما آدمیان موجود اجتماعی هستیم و به پشتیبانی، آرامش و اطمینان خاطر که از جانب دیگران فراهم می‌شود نیاز داریم. هرگاه همه توجه خود را فقط به مشکلات خودتان معطوف کنید در این صورت ممکن است گرفتار یک دل مشغولی ناسالم درباره خود شوید. از راه در میان نهادن نگرانی‌های خود با دیگران می‌توانید مشکلات خود را روشن‌تر ببینید، علاوه بر این توجه و علاقه به رفاه و خشنودی مردمان دیگری که تنها و درگیر مشکلات هستند می‌تواند به احساس ارزشمندی شما بیفزاید (براهنی، دکتر محمدتقی، ۱۳۷۰).

ب: بهبود اشتغال در جوانان؛

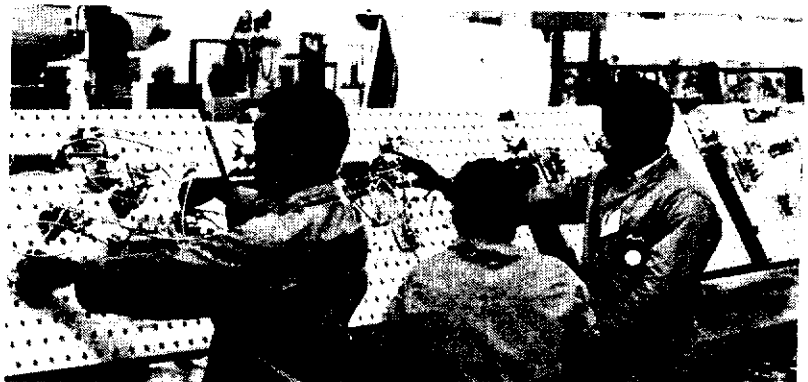
۱- کارآموزی و آموزش کارآموزی: دادن فنون و مهارت‌های مورد نیاز به کارآموزان برای انجام شغل یا حرفه‌ای معین

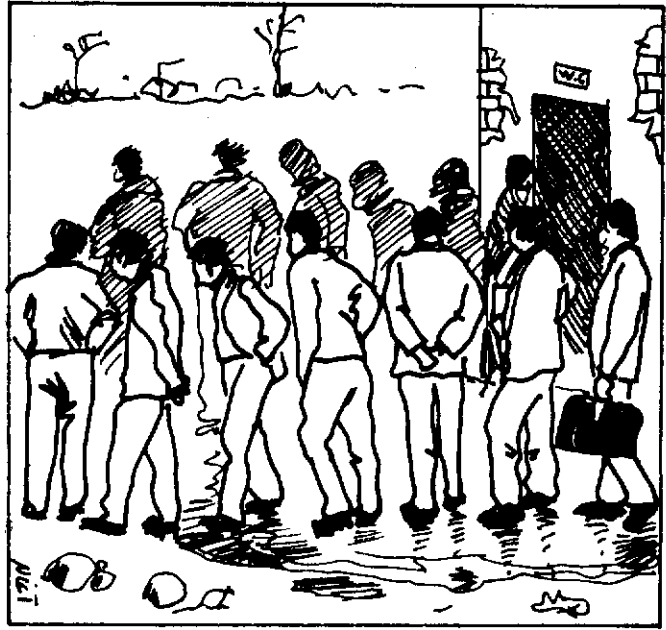
۲. استعدادها و رغبت‌های خود را بیورانید:

کسانی که بی‌حوصله و ناخشنودند به ندرت رغبت‌های فراوانی دارند. احساس شایستگی ناشی از دست یافتن به مهارت‌ها نقش بسیار عمده‌ای در بالا بردن عزت نفس دارد. چنانکه پیش از این گفتیم افسردگی غالباً بر اثر کاهش فعالیت‌های پاداش بخش بوجود می‌آید.

۳. بموقع از دیگران کمک بخواهید:

گرچه ممکن است این پیشنهاد بر سلامت عاطفی شما بیفزاید اما توجه داشته باشید که در راه خودشناسی و خودیاری محدودیت‌هایی وجود دارد. برخی مشکلات به تنهایی حل نمی‌شود. گرایش به خود فریبی ممکن است سبب شود که ما نتوانیم مشکل خود را به صورت عینی ببینیم و چه بسا که ما با همه راه‌های احتمالی یک مشکل آشنا نباشیم. وقتی احساس می‌کنید که در کار حل و فصل یک مشکل پیشرفتی ندارید و موقع آن فرا رسیده که درصدد یاری‌خواهی از متخصصانی نظیر روان‌شناسان مشاوره و بالینی، روانپزشکی یا درمانگران آموزش دیده برآئید و از آنان کمک بگیرید، میل به کمک خواستن از





عوامل بیرونی اعم از بخش دولتی و خصوصی و استفاده از متخصصین مشاوره بهداشت روانی و راههای مقابله با مشکلات اجتماعی و روانی و همچنین همکاری شغلی، و مشارکت آموزش و پرورش مراکز آموزشی و کارآموزی و دانشگاهها می توانند به اشتغال جوانان و پیشبرد بهداشت روانی در آنان کمک کنند. امید آنکه نسل جوان که سرمایه های مادی و معنوی جامعه هستند در جامعه به کار گرفته شوند و به صورت های نیروهای مولد و موفق به درختی تنومند و استوار مبدل گردیده و جامعه ما روز به روز پیشرفت کند و الگویی برای سایر ملل گردد.

منابع:

- ۱- احمد، سید احمد، روان شناسی نوجوان و جوان، نشر ترمه، ۱۳۷۱.
- ۲- براهنی، دکتر محمدتقی، زمینه روان شناسی، انتشارات رشد، ۱۳۷۰.
- ۳- پورافکاری، دکتر نصرت الله - خلاصه روانپزشکی و علوم رفتاری - روانپزشکی بالینی، انتشارات شهرآب، ۱۳۷۶.
- ۴- سیف، دکتر علی اکبر، روان شناسی پرورشی، انتشارات آگاه، ۱۳۷۷.
- ۵- نجاریان، دکتر بهمن، روان شناسی عرضی، جلد اول، چاپخانه سروش، ۱۳۷۵.
- ۶- مؤسسه کار و تأمین اجتماعی، قانون کار جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۷۶.
- ۷- میلانی فر، بهروز، بهداشت روانی، نشر قومس، تهران، ۱۳۷۴.

همچنین نیازهای جامعه را مدنظر قرار دهند. مشاوران و روان شناسان شغلی و حرفه ای می توانند رابط بین مراکز خدمات اشتغال (کارآموزی) و همچنین مراکز و بازار کار درخواست کننده نیروی کار مورد نیاز باشند و از این طریق به اشتغال یابی و هدایت صحیح افراد جهت اشتغال باشند. همچنین مشاوران شغلی و حرفه ای می توانند با توجه به نیاز جامعه به اشتغال زایی بپردازند و در جهت اشتغال جوانان مؤثر باشند.

۴. دولت و مسؤولین و برنامه ریزان

با تخصیص بودجه بیشتر جهت اشتغال جوانان همچنین مشارکت بخش دولتی و خصوصی جهت سرمایه گذاری اشتغال زایی می توانند سهم عظیمی در جهت حل اشتغال جوانان داشته باشند و به بهداشت روانی آنان کمک کنند. به راستی تمامی عوامل اعم از آموزش

جوانان می توانند مؤثر باشند. طبق ماده ۱۱۹ قانون کار جمهوری اسلامی ایران: وزارت کار و امور اجتماعی موظف است نسبت به ایجاد مراکز خدمات اشتغال در سراسر کشور اقدام نماید. مراکز خدمات مذکور موظفند تا ضمن شناسایی زمینه های ایجاد کار و برنامه ریزی برای فرصت های اشتغال نسبت به ثبت نام و معرفی بیکاران به مراکز کارآموزی (در صورت نیاز به آموزش) و یا معرفی به مراکز تولیدی، صنعتی، کشاورزی و خدماتی اقدام نمایند (مؤسسه کار و تأمین اجتماعی، ۱۳۷۶).

۳. ایجاد مراکز مشاوره شغلی و حرفه ای زیر نظر متخصصان روان شناسی و مشاوره شغلی:

جوانان و هدایت آنان به مشاغل مورد جهت شناسایی استعدادها و توانائیهای نیاز که هم علائق آنان را در نظر بگیرند و