

ЭТАПЫ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ К НОВЫМ  
СОЦИОКУЛЬТУРНЫМ УСЛОВИЯМ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В современной полиэтнической образовательной системе остро встает вопрос изучения проблем адаптационного процесса иностранных студентов к новому, незнакомому социальному окружению, вопрос влияния этнических, культурных, религиозных и других особенностей на адаптацию. Имеющиеся ранее в основном клинические подходы к изучению проблем адаптации к социокультурным условиям на сегодняшний день все более переходят в контексты социальной психологии, этнопсихологии, психологии межличностных и межкультурных взаимоотношений. На самом деле данная проблема имеет более широкий диапазон распространения, а именно, в полном объеме это проблема взаимного сосуществования различных культур, рас, религиозных особенностей и других различий с сохранением своей этносоциальной идентичности. Все эти стороны проблемы выдвигают на передний план актуальность процесса социально-психологической адаптации личности.

Социально-психологическую адаптацию личности мы хотим представить в виде динамического, внутренне связанного тремя этапами, процесса. Процесс адаптации к новым социальным условиям жизнедеятельности растянут во времени, и, по сути, мы не можем определить объективно точно тот временной период, который охватывает процесс адаптации. Мы можем предположить, исходя из нашего исследования, что этот процесс может быть дифференцирован на три конкретных этапа, которые связаны внутренней логикой. Попадая в новую социальную среду, человек, как правило, испытывает состояние дезадаптации. Однако, этот вид переживаний не связан функционально и непосредственно с неудачами в адаптации. Это уровень неопределенности и отсутствия знания о новой среде. Поэтому вполне закономерными эмоциональными состояниями становятся состояния тревоги и фрустрированности. Состояние тревоги обусловлено утратой прежних коммуникативных связей, незнанием новой среды. В психическом статусе личности на этом этапе можно наблюдать не только тревогу, но также депрессивные настроения. Утрата прежних связей закономерно приводит к формированию интерперсонального вакуума. Поэтому этот первый этап мы решили определить как *этап интерперсонального вакуума*. Эти негативные эмоциональные состояния становятся тем более интенсивнее в тех случаях, если личность воспитывалась в семье

с субмиссивным типом воспитания. При этом типе воспитания у личности формируется пассивная социальная стратегия, проявляются астенические настроения, чувство покинутости и незащищенности. Пожалуй, самые интенсивные эмоциональные переживания личности обусловлены утратой целостности картины мира. Понятие целостности картины мира непосредственно связано с привычной социальной средой. Целостность картины мира — это субъективная категория, ценность которой состоит в функции ее психологической защиты. В новой социальной среде временно утрачивается именно психологическая, интерперсональная защищенность личности. Вследствие этого, уровень ее тревожности, как правило, высокий. Уровень тревожности начинает падать с восстановлением интерперсональной защищенности, то есть с формированием новой значимой коммуникативной реальностью.

**Второй этап социально-психологической адаптации к новой социальной среде мы назвали этапом ломки старых и формирования новых ценностных стереотипов.** Этот этап выделяется, прежде всего, высокой интенсивностью переживаний личности. Это своеобразный конфликт между усвоенными социальными моделями поведения и необходимостью формирования нового мировоззрения. В целом, это этап пересмотра старой шкалы ценностных ориентаций личности. Проблема на этом этапе высвечивается сама по себе: старые модели поведения уже не обеспечивают целостного мировосприятия, а также уже не в состоянии поддерживать адекватный уровень самооценки личности. В такой ситуации уровень притязаний личности падает. Иранские студенты, обучающиеся в Армении, должны сформировать новую систему ценностей, они должны скорректировать тем самым процесс изменения самооценки. По сути, это означает, что человек должен научиться заново сформировать для себя модели объяснения новой социальной реальности. В конечном итоге, умение жить — это умение объяснять. Однако, этот этап уже не сопровождается депрессивным фоном, он активен, это этап поисков и открытий. На этом этапе формируется возможность создания новой, целостной картины мира. Второй этап адаптации таит в себе вполне конкретную опасность: поиски новой модели реальности могут обернуться возвратом к первому этапу — этапу вакуума. Поэтому этот второй этап можно назвать также **этапом риска возврата.** Третий этап характеризуется формированием нового уровня идентичности личности. Это **этап расширенной идентичности.** На этом этапе мы фиксируем формирование новых моделей взаимоотношений. В частности, показателем третьего этапа становится то, что личность уже расширяет свой круг общения не только за счет соотечественников, у нее появляются друзья из местного населения. Именно на этом этапе вновь воссоздается целостная картина мира, человек уже не

испытывает депрессивных состояний, он свободно общается не только с соотечественниками. Часто на этом этапе возникают дружественные и интимные отношения с лицами противоположного пола из местного населения. При анализе процесса адаптации личности к новой социальной среде важное место отводится перестройке социальной идентичности. Понятие идентичности раскрывается в двух основных измерениях: в личном и социальном самовосприятии. Безусловно, существуют различные типы идентичности, такие как гендерная, этническая, профессиональная и т.д., однако все эти виды так или иначе могут быть размещены в двух основных блоках - в личной и социальной идентичности. Если личная идентичность представлена в физических, нравственных, гендерных категориях, то: «Социальная идентичность есть направление индивидуального знания о принадлежности к определенной социальной группе, имеющее эмоциональное и оценочное значение для индивида и его членства в группе».<sup>1</sup>

Сохранение позитивной личной и социальной идентичности является для личности значимой целью. Поэтому чем быстрее и эффективнее протекает процесс адаптации к новым условиям жизнедеятельности, тем меньше идентичность личности находится в зоне психологического риска. Кризис социальной и культурной идентичности наступает вследствие формирования социально-стрессовой ситуации. Стрессовый характер новой социальной ситуации обусловлен необходимостью жить и учиться в новой непривычной социальной действительности. Естественно, что социальные ситуации, в которых имеет место фактор оценки, имеют для личности стрессовый характер. А оценочный характер социальной ситуации является очевидной психологической угрозой по отношению к идентичности личности. В процессе социально-психологической адаптации личности к новой этносоциальной культуре на первое место по интенсивности переживаний выходит этническая идентичность. Актуальность этих переживаний приводит нас к необходимости понимания феномена идентичности личности. Переживание этнической идентичности обостряется в полиэтнической среде. Если до переезда в Армению иранские студенты не придавали особого значения собственной этнической идентичности, так как жили в моноэтнической среде, то после переезда они стали особенно чувствительны к этнической принадлежности, так как этническая принадлежность является важнейшей частью Я-концепции личности. Прежде всего отметим, что этническая идентичность не автономная категория, она является составной частью социальной идентичности личности. Этническая идентичность, как это принято считать в социальной психологии, является

---

<sup>1</sup> Turner J. The experimental social psychology of intergroup behaviour//Intergroup Behaviour/Eds J Turner, H. Giles/ Oxford, 1981. P. 66—101.p.7

эмоционально-когнитивной категорией, имеющей оценочный характер. По сути, этническая и социальная идентичность являются процессом, хотя и в социальной психологии ее часто относят к различным категориям, к примеру к свойствам Я-концепции и особенностям переживания самосознания. Однако, прежде всего, этническая идентичность, как и социальная в целом, представляет собой динамический процесс, начало которого фиксируется в детстве, и который развивается на протяжении всей жизни человека. В структуре социально-этнической идентичности большинство психологов выделяют 3 основных компонента: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Когнитивный компонент включает в себя групповые представления и ориентации. Кроме того, важное место занимает фактор этнической дифференциации по признакам языка, традиций, религиозных представлений, мифов и материальной культуры в целом. Эмоциональный компонент связан с оценочной стороной, это позитивные или негативные переживания личности, связанные с осознанием социальной и этнической принадлежности. Поведенческий компонент представляет собой поле проявления вышеназванных двух компонентов и максимально точно передающий аспекты мировоззрения в динамическом аспекте.

Адаптационные задачи иностранных студентов является одной из сторон данного вопроса. Вхождение в иную культуру, в новые культурные особенности жизнедеятельности, а иногда и неприемлемые индивидом, ввиду разницы собственных усвоенных норм и устоев с новыми, приводят к определенному психологическому потрясению. Данное состояние получило название культурного шока (К. Оберг), которое рассматривалось с различных точек зрения и получало как негативную оценку, так и позитивную - как нормальную реакцию на новые культурные условия, и которое является составляющей частью адаптационного процесса.<sup>2</sup> Позитивность культурного шока можно проследить в том случае, когда первичное потрясение и психологическое неудобство порождают интерес, а далее и конформизм в отношении новых культурных ценностей и поведенческих особенностей. Понятие культурного шока настолько обширное, что данный термин используется для характеристики различных ситуаций. Необходимо указать, что не всегда встреча с новыми культурными особенностями способствует возникновению внутреннего дискомфорта, стресса и потрясения. Как отмечают Furnham A., и A., Bochner S., не исключены случаи, когда встреча с иной культурой, наоборот, порождает позитивные эмоции и интерес.<sup>3</sup> Говорить однозначно о культурном шоке как негативном потрясении

---

<sup>2</sup> Adler P. The transitional experience: An alternative view of culture shock // J. of Humanistic Psychology. 1975. Vol. 15.

<sup>3</sup> Furnham A., Bochner S. Culture Shock: Psychological reactions to unfamiliar environments. L.; N.Y., 1986.

не совсем верно. Существуют многочисленные ситуации, когда адаптация к новым условиям жизнедеятельности вносит позитивные переживания в жизнь личности. Подход к данному понятию, как к исключительно негативному, стрессогенному потрясению мы встречаем у Дж. Берри, который вносит новое определение данного потрясения и называет его “стресс аккультурации”. Стресс, потому что аккультурация обязательно сопровождается негативным дискомфортом. Позитивность этого феномена автор рассматривает в понимании и преодолении проблем, возникших во время “столкновения” с чужеродной культурной средой.<sup>4</sup>

Интересную концепцию выдвигает С. Бочнер, который выделяет несколько выходов адаптации к социокультурным условиям, которые закрепляются на личностном уровне. Так, автор предполагает, что в результате межкультурных контактов индивид может приобрести особенности: шовиниста – выражая яркую предрасположенность к собственной культуре, маргинала – который колеблется между двумя культурами, перебежчика – который отбрасывает свою культуру в пользу чужой, и посредника, который устанавливает связь между обеими культурами.<sup>5</sup> Эти выходы обусловлены социализацией личности. Часто предрассудки и стереотипы, ярко выраженная приверженность к своей культуре и социальной группе, социальным нормам и ценностям порождает негативное отношение к носителям иных культурных особенностей и традиций. Д. Майерс пишет: “Стереотипы в отношении “их” процветают в тех случаях, когда люди остро ощущают свою идентичность с группой и связь с другими ее членами. Когда члены нашего клуба собираются вместе, мы с наибольшей остротой ощущаем свое отличие от членов других клубов. Предчувствуя предвзятое отношение к своей группе, мы еще активнее начинаем дискредитировать “их””.<sup>6</sup>

Социальные предрассудки, стереотипы можно заметить буквально на каждом шагу, их в основном поддерживает социальная ситуация. Взять хотя бы в пример многочисленные проявления расизма, действия радикальных националистических группировок и организаций. Нельзя сказать, что буквально каждый член этих организаций стал расистом в результате конкретных межэтнических и межкультурных взаимоотношений, здесь в полной мере наблюдается власть предрассудков, заключающихся в мнимой переоценке своей культурной, этнической, религиозной принадлежности. Сильным фактором, подпитывающим предрассудки, становится экономический упадок и нестабильность. Общеизвестная теория “козла отпущения”

<sup>4</sup> Berry J.W. *Immigration, Acculturation and Adaptation*. Ontario, 1996.

<sup>5</sup> Bochner S. *The Social Psychology of Cross-Cultural Relations // Cultures in Contact* / Ed. by S.Bochner. Oxford Pergamon Press, 1982

<sup>6</sup> Д. Майерс. Социальная психология. Изд. Питер. 2007. С. 335

ярко демонстрирует воздействие эмоционального фактора на укрепление предрассудков и стереотипов. Убедительным примером этому является исследование Нила Миллера и Ричарда Бугельски.<sup>7</sup> Эти ученые расспрашивали мужчин студенческого возраста, работавших в летнем лагере, об их отношении к японцам и к мексиканцам. Некоторых спрашивали дважды – до того, как они из-за этого теста лишились возможности провести долгожданный свободный вечер в местном театре, и после. По сравнению с контрольной группой, которой тест ни в чем не помешал, экспериментальная группа, протестированная после депривации, продемонстрировала усилившиеся предрассудки. Результаты новых исследований подтверждают ранее сделанный вывод: люди, пребывающие в скверном настроении, нередко хуже думают о тех, кто не входит в их группу, и действуют в их отношении более агрессивно<sup>8</sup>. “Эмоции провоцируют предрассудки.”<sup>9</sup>

Большой вклад в понимание данной проблемы внесла теория Дж. Берри, согласно которой аккультурация рассматривается как результат взаимодействия различных культур. Ценность данной концепции определяется подходом к исследованию проблем аккультурации, которые возникают в процессе взаимодействия, а не содержатся в конкретных особенностях культуры. Дж. Берри в своей концепции выделяет факторы, определяющие аккультурацию: поддержание культуры, когда важно в какой-то мере сохранять свою социокультурную идентичность, участие в межкультурных взаимоотношениях, когда важно в какой-то степени входить в иную культуру. В зависимости от данных факторов, Дж. Берри выделяет несколько моделей аккультурации: а) ассимиляция (когда индивид или группа теряют свою культуру и поддерживают взаимоотношения с чужой), б) сепарация (индивид или группа сохраняют свою, и отказываются от другой культуры), в) маргинализация (индивид или группа теряют свою, но и не поддерживают контактов с другой культурой), г) интеграция (установление взаимоотношений с другой культурой происходит с сохранением своей). Дж. Берри называет данные модели стратегиями аккультурации.<sup>10</sup>

**Модели аккультурации, по сути, программируют качество и характер копинг поведения личности.**

На наш взгляд, выработанная стратегия интеграции является самой оптимальной для позитивного и продуктивного взаимодействия носителей различных этнокультурных особенностей. Следует принять тот факт, что формирование той или иной из данных стратегий обусловлено так же личностными качествами и особенностями. При одинаковом межкультурном

<sup>7</sup> Miller & Bugelski, 1948

<sup>8</sup> Esses & Zanna, 1995; Forgas & Fiedler, 1996

<sup>9</sup> Д. Майерс. Социальная психология. Изд. Питер. 2007. С.338

<sup>10</sup> Berry J.W. Immigration, Acculturation and Adaptation. Ontario, 1996.

взаимодействии возможно развитие практически любой поведенческой стратегии у разных людей. Здесь имеет смысл отметить, что человек с раннего детства вбирает в себя культурные особенности своей среды, через взаимоотношения в семье и близкого социального окружения, а также с помощью институциональной поддержки, и в зависимости от силы приверженности к своей культуре проявляется конформизм или, наоборот, неодобрение, отсечение иных культурных особенностей. Как мы отмечали выше, личностный адаптационный потенциал вбирает в себя так же определенную предрасположенность к приспособлению к другой культуре. Чаще всего можно наблюдать негативное отношение к другой культуре в проявлении такого феномена как этническая гордость. “Этническая гордость – наше видение социальной группы, к которой мы принадлежим, влияет на то, как мы воспринимаем самих себя. По этой причине мы часто стремимся восславить свою группу, - свое социальное Я. К сожалению, позитивный взгляд на ту группу, с которой мы себя идентифицируем, иногда достигается за счет других групп, поскольку мы, случается, унижаем и дискредитируем их, чтобы наша группа в сравнении выглядела лучше”.<sup>11</sup> Как видно, приверженность к своим культурным особенностям, этническим традициям, социальным нормам и ценностям во многом имеет цель поддержания позитивного образа Я-концепции. Исходя из этого мы можем высказать мнение о том, что позитивная адаптированность не может иметь место, когда чужеродная культурная среда действует в ущерб Я-концепции индивида. Более того, принимая во внимание тот факт, что приверженный к своей группе, культуре индивид оценивает социальный статус своей группы, а следовательно и свой личный статус, гораздо выше, чем статус других групп, то в таком случае переход в другую группу, общину, культуру может сопровождаться негативными переживаниями по отношению к собственной ценности. В данном случае о формировании стратегии интеграции в процессе приспособления к иной культуре, социальной общине говорить, наверное, не придется. Интеграция должна предполагать добровольно избранное гармоничное взаимодействие и сосуществование двух или более различных культур, основанное на толерантности и праве сохранения своих культурных особенностей. Под понятием “добровольно избранное” мы понимаем то взаимодействие, которое не “навязано” каким-либо социальным влиянием. “Вместо того чтобы грешить и устраивать себе ад на земле, гораздо проще идти в ногу со всеми – делать то, что делают другие, говорить то, что говорят другие, уступать желаниям других. Когда мы ведем себя подобным образом, чтобы быть принятым или избежать отверженности, мы испытываем в себе то,

<sup>11</sup> Чалдини Р., Кенрик Д., Нейберг С. Социальная психология. Пойми других, чтоб понять себя! СПб. 2002. С. 116

чему Мортон Дойч и Гарольд Джерард дали название “нормативное социальное влияние”. Нормативное влияние подразумевает внешнее принятие превалярующего в группе стандарта, или нормы, с которым сопряжено получение (или страх потери) позитивного аффекта – приязнь, уважение, принятие создающей нормы группы”.<sup>12</sup> Роль социальных предрассудков в контексте проблемы взаимодействия и взаимоприспособления различных культур очень велика. Имеет смысл раскрыть шире скобки такого понятия, как социальные стереотипы, стереотипизация, что намного расширит наше понимание возникающих проблем при необходимости включения в новую социокультурную среду. “Стереотипизация (Stereotyping) – процесс категоризации индивида, как члена некоторой группы, и последующих заключений о том, что он или она обладает характеристиками, в целом присущими членам этой группы”.<sup>13</sup> Власть стереотипов может обнаружить у себя, наверное, каждый из нас. Наиболее чаще встречаются стереотипы по отношению к другой расе, цвету кожи, этническим особенностям и национальной принадлежности. Сказать, что стереотипы всегда подразумевают негативные представления о других людях, социальных группах будет неверно. Стереотипизация имеет свои положительные стороны, особенно тогда, когда стереотип в большей мере соответствует действительности, хотя следует отметить, что стереотипы чаще определяют негативные стороны той или иной социальной, этнической принадлежности. Негативные стереотипы в отношении других социокультурных групп повышают статус своей собственной группы и своих культурных особенностей, а значит и свой личностный статус в отношении представителей других групп, рас, национальностей и культур. Можно предположить, что позитивное взаимодействие представителей различных этнических и культурных моделей мировидения способно намного снизить воздействие стереотипов в данной группе. Данное суждение особенно справедливо в отношении иностранных студентов, потому что студенчество является социальной группой и жизнедеятельность студента предполагает тесное взаимодействие как в рамках образования, так и в границах межличностных контактов с представителями других этнокультур. Следует также отметить, что осознание стереотипов в своей этносоциальной группе способно существенно повысить мотивацию к приспособлению и активному взаимодействию с новой группой у иностранного студента. В противном случае, в случае этносоциальной изоляции от новой культуры, представители этнического и культурного меньшинства развивают межличностные отношения в основном с носителями своей культуры, религии, с людьми своей национальности.

<sup>12</sup> Ф. Зимбардо. М. Ляйпше. Социальное влияние. Питер. СПб. 2001. С. 70

<sup>13</sup> Чалдини Р., Кенрик Д., Нейберг С. Социальная психология. Пойми других, чтоб понять себя!. СПб. 2002. С.120

Этот феномен наблюдается у иранских студентов в первые месяцы обучения в Армении. Успешность социально-психологической адаптации во многом определяется способностью к изменению стереотипов и представлений по отношению к носителям иной культуры и этнических особенностей.

### Կենսագործունեության նոր սոցիալ-մշակութային պայմաններին անձի ադապտացիայի փուլերը

Անձի սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիան մենք փորձել ենք ներկայացնել՝ ներքուստ փոխկապակցված երեք փուլերից կազմված դինամիկ գործընթացի տեսքով: Կենսագործունեության նոր սոցիալական պայմաններին ադապտացիայի գործընթացը ձգվում է ժամանակի մեջ, և դրա օբյեկտիվ ժամանակային սահմանները հստակությամբ որոշել, ըստ էության, մենք չենք կարող: Այդուհանդերձ, մեր հետազոտությունը թույլ է տալիս ենթադրել, որ այն եռափուլ գործընթաց է, որի փուլերը միմյանց հաջորդում են ներքին տրամաբանությամբ: