
РОЛЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В МЕЖКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ*

Е.Ю. Чеботарёва

Кафедра социальной и дифференциальной психологии
Российский университет дружбы народов
ул. Миклухо-Макля, 6, Москва, Россия, 117198

В статье представлены результаты изучения связей субъективного благополучия с такими факторами межкультурной коммуникации, как этническая идентичность и коммуникативная толерантность, а также с некоторыми личностными чертами. Основную положительную роль в межкультурной коммуникации играет удовлетворенность людей получаемой ими социальной поддержкой, которая находится в обратной связи с проявлениями экстремистских форм этноидентичности и многих проявлений нетолерантности. Напротив, удовлетворенность повседневной деятельностью, позитивная самооценка здоровья и стабильность настроения прямо связаны с некоторыми формами нетерпимости.

Ключевые слова: субъективное благополучие, межкультурная адаптация, межэтническая напряженность, межкультурная коммуникация, этническая идентичность, коммуникативная толерантность.

Исследование факторов межэтнической напряженности привело нас к пониманию того, что успешность межкультурной адаптации является важным, но недостаточным условием отсутствия межэтнической напряженности [1—4]. Еще одна важная переменная, которую необходимо учитывать, — субъективное благополучие участников межэтнического взаимодействия. Понятие субъективного благополучия относится к тому, как люди оценивают качество своей жизни, оно включает в себя как эмоциональные и когнитивные аспекты [5]. В социально-психологических исследованиях адаптации достижение благополучия считается основной целью успешной адаптации. Однако результаты многих исследований по проблемам адаптации [4] показывают, что мигранты, вполне удовлетворенные своей адаптацией к новой социально-культурной среде, не всегда довольны другими аспектами своей жизни. Субъективное благополучие, как правило, стабильно во времени [6] и тесно связано с личностными чертами [8]. Есть много доказательств того, что представления о счастье и благополучии различаются в разных культурах [9].

Мы провели эмпирическое исследование с целью изучения связей между субъективным благополучием и такими факторами межкультурной коммуникации, как этническая идентичность и коммуникативная толерантность. Использовались методики «Шкала субъективного благополучия в адаптации» М.В. Соколовой, «Типы этнической идентичности» (Г.У. Солдатова, С.В. Рыжова), методика «Диагностика общей коммуникативной толерантности» (В.В. Бойко). Выборка эмпирического исследования состояла из 107 человек, в том числе 66 российских сту-

* Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта № 110600718а «Межэтническая напряженность в полиэтнической образовательной среде: психолого-педагогические аспекты».

дентов, 21 студент из бывших советских республик и 20 студентов из разных зарубежных стран. Все студенты были в возрасте от 18 до 30 лет, средний возраст — 22,7 лет.

В результате проведенного исследования выявлен относительно высокий общий уровень субъективного благополучия студентов. В основном студенты чувствуют себя спокойно, не испытывают особой напряженности и тревожности, открыты для взаимодействия, но некоторые из них жалуются на нестабильность настроения, усталость, беспокойство, смятение и т.д.

Мы разделили всех участников на две группы в зависимости от их среднего уровня субъективного благополучия. В первую группу вошли 53 студента, которые показали средний уровень субъективного благополучия. Эта группа, согласно тестовым нормам, не имеет серьезных проблем, но и не испытывает полного эмоционального комфорта. Во вторую группу вошли 44 студента, которые показали высокий средний уровень субъективного благополучия, что говорит об их полном эмоциональном комфорте, отсутствии эмоциональных проблем. 10 человек, показавших промежуточные результаты между обозначенными двумя уровнями, были исключены из сравнительного анализа.

Сравнительный анализ двух групп показал, что группы значительно не различаются по уровню этнической идентичности. Тем не менее мы обнаружили значительные различия между ними с точки зрения коммуникативной толерантности. Студенты, проявляющие более высокий уровень субъективного благополучия, проявляют больше нетерпимости к другим (как в общем, так по большинству частных аспектов коммуникативной толерантности).

В результате корреляционного анализа были обнаружены некоторые статистически значимые связи субъективного благополучия со стилем этноидентичности. Эмоциональный комфорт и удовлетворенность студентов своей повседневной деятельностью непосредственно связаны с позитивной этнической идентичностью и обратно связаны с этническим изоляционизмом. Удовлетворенность студентов получаемой социальной поддержкой находится в обратной связи с проявлениями экстремистских форм этнической идентичности.

Корреляционный анализ также обнаружил неоднозначные связи субъективного благополучия с толерантностью. Общий уровень интолерантности прямо связан с индексом удовлетворенности повседневной деятельностью и обратно — с удовлетворенностью социальной поддержкой. В общем хорошая социальная поддержка находится в обратной связи со многими формами проявления нетерпимости. Удовлетворенность повседневной деятельностью, напротив, непосредственно связана со многими формами нетерпимости, в частности с категоричностью или консерватизмом в оценке других, неспособностью адаптироваться к характеру, привычкам и желаниям других. Категоричность и консерватизм в оценках людей также коррелируют с положительной самооценкой здоровья, личности и стабильностью настроения. Индекс стабильности настроения также прямо связан с неспособностью прощать другим людям их ошибки. Нетерпимость к физическому или психическому дискомфорту, создаваемому другими людьми, положительно связана с хорошей физической формой, отсутствием усталости, стресса, нарушениями сна и т.д.

Выявленные прямые корреляции позитивной этнической идентичности с субъективным благополучием полностью согласуются с распространенным мнением о том, что люди, удовлетворенные различными аспектами своей жизни, принимающие свои социальные роли, в том числе этническую принадлежность, получающие достаточную социальную поддержку, способны оказывать и ее другим. Результаты, касающиеся связей субъективного благополучия с толерантностью, показывают, что люди, полностью удовлетворенные своим нынешним состоянием, не всегда в состоянии понять других людей и оказать им помощь и поддержку. Только собственный положительный опыт получения социальной поддержки способствует формированию более терпимого отношения к другим.

Таким образом, субъективное благополучие положительно связано с этнической идентичностью людей и неоднозначно — с их коммуникативной толерантностью. Основную положительную роль в межкультурной коммуникации играет удовлетворенность людей получаемой ими социальной поддержкой, которая находится в обратной связи с проявлениями экстремистских форм этноидентичности и многих проявлений нетолерантности. Напротив, удовлетворенность повседневной деятельностью, позитивная самооценка здоровья и стабильность настроения прямо связаны с некоторыми формами нетерпимости.

Следующий этап исследований был посвящен выявлению связей субъективного благополучия с некоторыми личностными чертами. Многими исследователями личность признается одним из самых существенных факторов субъективного благополучия. Данные некоторых исследований подтверждают теории генетической обусловленности счастья и адаптивности [5]. Эти теории, хотя и полезны для понимания сущности названных явлений, недостаточно полно объясняют то, каким образом люди адаптируются к окружающей действительности и почему одни гораздо чаще переживают состояние счастья, чем другие. Кроме того, хотя гены предрасполагают человека вести себя определенным образом в определенных ситуациях, они не объясняют индивидуальных особенностей субъективной удовлетворенности жизнью. В конечном счете притом что, по разным данным, от 50 до 80% вариативности субъективного благополучия можно объяснить наследственностью [7], это все еще оставляет от 50 до 20% на сочетание волевых усилий (то, что человек может сделать, чтобы улучшить свое субъективное благополучие) и обстоятельств (демографические и ситуационные факторы).

Мы провели эмпирическое исследование с участием 99 молодых людей (57 девушек и 42 юноши) в возрасте от 18 до 22 лет (средний возраст — 20,9 лет). Все испытуемые были иностранными студентами, прибывшими в Москву за 1—3 года до начала исследования.

Нами использовались методики «Шкала субъективного благополучия» (в адаптации М.В. Соколовой), «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев), «Стиль саморегуляции поведения» (В.А. Моросанова), «Индикатор стратегий преодоления стресса» (Д. Амирхан), «Диагностика личностной креативности» (Е.Е. Туник).

В результате обнаружено, что существуют значительные различия по всем шкалам субъективного благополучия между группами с высоким и низким уровнями благополучия. В целом, эти две группы имеют очень схожие профили субъективного благополучия, но в группе с высоким уровнем субъективного благопо-

лучия профиль является более гладким. Эти люди редко жалуются на проблемы со здоровьем и перепады настроения.

В основном у людей с высоким уровнем субъективного благополучия отмечается более высокий уровень саморегуляции. Наиболее существенные различия были выявлены по шкалам оценивания результатов своей деятельности и программирования. Различные аспекты саморегуляции связаны с различными симптомами субъективного дистресса. Саморегуляция способствует стабильности настроения и здоровья, но и создает дополнительную напряженность, проявляющуюся в психосоматических симптомах. Удовлетворенность социальной поддержкой и повседневной деятельностью также связана с индивидуальным стилем саморегуляции, особенно со способностью гибко подстраиваться под окружение. «Гибкие» люди получают достаточно социальной поддержки, но «расплачиваются» за это снижением удовлетворенности их повседневной жизнью.

Люди с высоким уровнем субъективного благополучия реже используют конструктивные стратегии преодоления стресса. Все стратегии прямо связаны с напряженностью, наличием психофизиологических симптомов и ощущением недостаточности социальной поддержки. И только использование стратегии разрешения проблем обратно коррелирует с перепадами настроения.

Таким образом, люди с высоким уровнем субъективного благополучия более четко осознают свои жизненные цели и пути их достижения; лучше программируют свою деятельность и оценивают ее результаты; менее любознательны и менее толерантны к риску; реже используют конструктивные стратегии преодоления стресса.

Различные регуляторные свойства личности способствуют улучшению только определенных аспектов субъективного благополучия, часто за счет других. Определенный уровень психологического дискомфорта, сопровождая любое прогрессивное развитие, мотивирует человека к социальному творчеству и приобретению конструктивных стратегий преодоления, но снижает их удовлетворенность повседневной жизнью.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Казаренков В.И., Казаренкова Т.Б. Развитие у студентов потребности в межкультурном взаимодействии // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». — 2010. — № 1. — С. 69—73. [Kazarenkov V.I., Kazarenkova T.B. razvitie u studentov potrebnosti v mezhkulturnom myafshyщvuyьemшш // Vestnik RUDN. Seriya “Psikhologiya i pedagogika”. — 2010. — N 1. — P. 69—73.]
- [2] Кудинов С.И., Чжан Пэн Хао. Сравнительный анализ самореализации российских и иностранных студентов // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». — 2013. — № 1. — С. 12—18. [Kudinov S.I., Chazhan Pan Hao. Sravnitelnyj analiz samorealizacii rossijskikh i inostrannykh studentov // Vestnik RUDN. Seriya “Psikhologiya i pedagogika”. — 2013. — N 1. — P. 12—18.]
- [3] Новикова И.А., Панчехина Н.Н. К проблеме соотношения личностных черт и этнических стереотипов студентов многонационального вуза // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». — 2012. — № 1. — С. 29—35. [Novikova I.A., Panchekhina N.N. K probleme sootnosheniya lichnostnykh chert i etnicheskikh stereotipov studentov mnogonacionalnogo vuza // Vestnik RUDN. Seriya “Psikhologiya i pedagogika”. — 2012. — N 1. — P. 29—35.]

- [4] *Chebotareva E.Ju.* Intercultural Adaptation to Russia of Students from Asia, Africa, Latin America and the Middle East // *Bulletin of Peoples' Friendship University. Series "Psychology and Pedagogy"*. — 2011. — No 3. — P. 11—16.
- [5] *Diener E.* Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. — 1984. — 95 (3). — P. 542—575.
- [6] *Diener E., Suh E.M., Lucas R.E., Smith H.L.* Subjective well-being: Three Decades of Progress // *Psychological Bulletin*. — 1999. — 125 (2). — P. 276—302.
- [7] *Lykken D., Tellegen A.* Happiness is a stochastic phenomenon // *Psychological Science*. — 1996. — No 7. — P. 186—189.
- [8] *Steel P., Schmidt J., Shultz J.* Refining the relationship between personality and Subjective well-being // *Psychological Bulletin*. — 2008. — 134 (1). — P. 138—161.
- [9] *Suh E.M., Koo J.* Comparing subjective well-being across cultures and nations: the “what” and “why” questions // *Eid M., Larsen R.J. The Science of Subjective Well-Being*. — New York: Guildford Press, 2008. — P. 414—430.

ROLE OF SUBJECTIVE WELL-BEING IN INTERCULTURAL ADAPTATION

E.Ju. Chebotareva

Chair of Social and Differential Psychology
Peoples' Friendship University of Russia
Miklukho-Maklay str., 6, Moscow, Russia, 117198

The article presents the study of subjective well-being correlations with such factors of intercultural communication, as ethnic identity, communicative tolerance, as well as some personality traits. Subjective well-being is positively related to ethnic identity and, ambiguously, to communicative tolerance. The main positive role in the intercultural communication is played by a person's satisfaction with the social support received, which is inversely related to some forms of extremist manifestations of ethnic identity and with many manifestations of intolerance. In contrast, satisfaction with daily activities, good self-reported health and mood stability are directly related to some forms of intolerance.

Key words: subjective well-being, cross-cultural adaptation, ethnic tensions, intercultural communication, ethnic identity, communicative tolerance.