
ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ В ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ*

О.В. Маслова

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

В статье представлены современные теоретические и эмпирические подходы к изучению межкультурной адаптации в зарубежной психологической литературе. Рассматривается решение ее ключевых проблем с позиций этих подходов.

Адаптация — междисциплинарный, полисемантический термин, использующийся во многих областях знаний как естественнонаучного, так и гуманитарного профиля. В психологии адаптация рассматривается как инструмент познания отдельных аспектов взаимодействия социальных и природных систем с окружающей средой. Мировая гуманитарная наука обратилась к вопросам адаптации в начале XX в. Изучение проблем адаптации, в первую очередь социальной, в настоящее время становится за рубежом своеобразным научным «мэйнстримом», в русле которого активно сотрудничают историки, социологи, психологи, философы и культурологи, социальные работники, педагоги, ученые и управленцы разных стран и континентов. Быстрое развитие средств связи и транспорта «сделало мир меньше», чем он был раньше. Человечество вступает в новую эпоху своей истории, когда контакты между представителями разных культур становятся обычными и частыми. Кросс-культурные перемещения охватывают все большее количество людей. На фоне этих изменений существенно возросло значение исследований межкультурной адаптации, рассматриваемой как процесс достижения индивидом соответствия («совместимости») с новой социокультурной средой [2].

Межкультурная адаптация — многоаспектный процесс, ее можно рассматривать с разных точек зрения. Ведущий специалист в области изучения адаптации К. Уорд выделяет три теоретических и эмпирических подхода, доминирующих в настоящее время при проведении научно-исследовательской работы в данной области:

- 1) подход с точки зрения стресса и его преодоления;
- 2) подход с точки зрения культурного научения;
- 3) подход с точки зрения социальной идентичности.

В центре изучения данных исследовательских направлений оказываются соответственно аффективные, бихевиористские и когнитивные составляющие адаптации [5].

Все три подхода базируются на теоретических основах традиционной социальной психологии. В рамках *первого подхода* перемещение в новую культурную

* Работа выполнена в рамках Инновационной образовательной программы РУДН.

среду понимается как ряд жизненных изменений, вызывающих стресс, преодоление которого требует мобилизации адаптивных ресурсов. Аналитическая схема данного подхода широка и включает изучение факторов, влияющих на кросс-культурную адаптацию — личностных качеств, стратегий адаптации, характеристик ситуации (наличие личной и социальной поддержки и т.д.) В качестве основного критерия адаптации выступает психологическое благополучие и удовлетворенность.

Сторонники *второго подхода* рассматривают адаптацию как форму научения культурно-специфическим навыкам, которые требуются для того, чтобы найти общий язык с новым культурным окружением. Подход делает акцент на изучении поведенческих аспектов межкультурных контактов. Социальное поведение при взаимодействии индивидов рассматривается как процесс взаимного научения. Этот подход ориентирован на выявление кросс-культурных различий в вербальной и невербальной коммуникации, которые могут быть причиной непонимания в межкультурном взаимодействии. Подход является основой моделей кросс-культурного научения.

Третий подход связан с теориями социальной идентичности и уделяет основное внимание взаимоотношениям и взаимному восприятию групп (мы-группа и они-группа). При этом для интерпретации межгрупповых отношений чаще всего используется теория социальной идентичности Тэджфела.

На рис. 1 схематически представлены теоретические подходы к изучению усвоения культуры и адаптации и основные составляющие кросс-культурной адаптации. Схема позволяет описать процесс адаптации и показывает взаимосвязь аффективных, поведенческих и когнитивных факторов.



Рис. 1. Теоретические подходы к изучению межкультурной адаптации (по К. Уорд, 2003)

Вопрос об адекватных критериях межкультурной адаптации является дискуссионным. Что является показателем адаптации? Хорошие отношения с носителями культуры? Психологическое благополучие? Успешное выполнение своих обязанностей или положительное отношение к кросс-культурному перемещению? В литературе приводятся различные критерии адаптации. Стоун, Файнстайн и Вард в качестве показателей адаптации называют расположение духа; Брислин — ощущение признания и одобрения, чувство удовлетворения; Бабицер, Кокс и Миллер — состояние здоровья; Адлер — беглость речи; Рубен — навыки коммуникации; Севелл и Давидсен — характер и интенсивность взаимодействий с местным населением; Камал и Маруйама — самосознание и самооценку; Бошнер, Лин и Маклеод — усвоение культурно-адекватного поведения; Берри, Ким, Миндл и Мок — уровень аккультурационного стресса; Блэк и Грегерсен — успехи в учебе и работе [5]. Выделяемые в качестве критериев адаптации показатели связаны с теоретическими представлениями авторов. Ряд исследователей сочетают теоретические и эмпирические подходы, и их аналитические схемы включают аффективные, бихевиористские и когнитивные составляющие адаптации. Так, трехфакторная модель эффективного межкультурного взаимодействия, разработанная Хаммер, Гудикунст и Виземан, включает способность к преодолению психологического стресса, способность к эффективной коммуникации и способность к установлению межличностных отношений. Менденхал и Оддоу в качестве составляющих адаптации рассматривают психологическое благополучие, функциональное взаимодействие с местным населением и принятие соответствующих установок и ценностей [5]. Общим для этих моделей является положение о том, что как психологическое благополучие и удовлетворение, так и эффективные взаимоотношения с представителями новой культуры являются важными составляющими межкультурной адаптации.

К. Уорд делает очень важный, на наш взгляд, вывод о том, что оптимальная модель изучения адаптации должна опираться на сочетание этих подходов. Такая модель выделяет два вида адаптации к новой культуре — психологическую, в основе которой лежат аффективные реакции, связанные с ощущением благополучия и удовлетворения, и социально-культурную, связанную с поведением и способностью «соответствовать» новому культурному окружению или эффективно взаимодействовать с ним. Психологическая адаптация происходит в условиях борьбы со стрессом, на нее сильно влияют особенности личности и социальная поддержка. Уровень психологической адаптации подвержен колебаниям, хотя наибольшие трудности возникают у мигрантов в начале кросс-культурного перемещения. Рассматривая социально-культурную адаптацию с позиции научения культуре, автор в качестве ее критериев называет качество и количество связей с местным населением, культурную дистанцию. Изменения уровня социально-культурной адаптации более предсказуемы: на начальных этапах социально-культурная адаптация идет стремительными темпами, затем темп замедляется и стабилизируется.

Остановимся на некоторых наиболее важных ключевых проблемах межкультурной адаптации, в которых реализуются данные подходы.

Адаптация и культурная идентичность. В процессе погружения в новую культуру меняются многие личностные структуры и одни из самых фундаментальных перемен происходят с культурной идентичностью. *Культурная (этническая) идентичность* — осознание, восприятие, эмоциональное оценивание, *переживание* своей принадлежности к определенной культуре (этносу) [3].

Канадский исследователь Д. Берри для анализа контакта индивида с новой культурой и его психологических последствий ввел понятие межкультурных стратегий. Они включают два компонента — установки (предпочтения) и поведение (фактические результаты) [1]. Д. Берри отмечает, что полное совпадение того, что личность хочет, и того, что делает, бывает редко. Однако часто существует положительная связь между установками и поведением, и это позволяет говорить о стратегиях.

Продолжительное проживание в условиях новой культуры ставит перед мигрантами две основные проблемы: стоит ли сохранять свое культурное наследие и стоит ли поддерживать отношения с представителями других культур? Два возможных ответа (положительный или отрицательный) на каждый из этих вопросов позволяет выделить четыре стратегии усвоения новой культуры, представленные в левой части рис. 2.

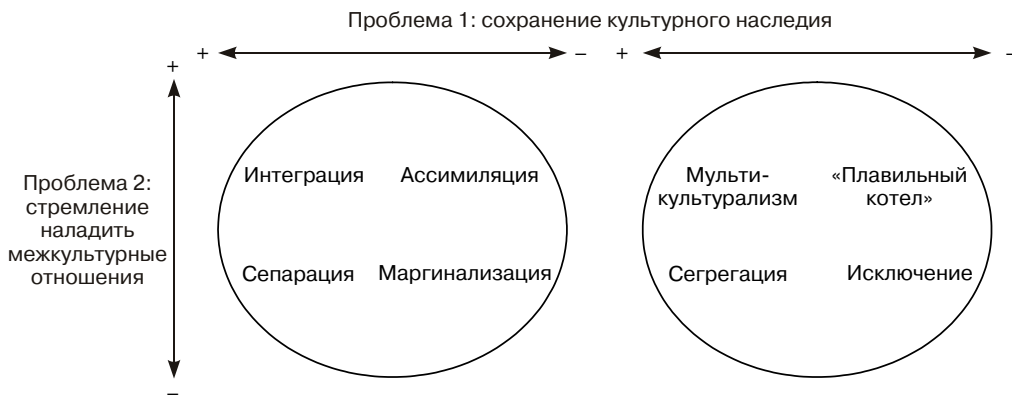


Рис. 2. Стратегии аккультурации в этнокультурных группах и большом обществе (по Берри, Пуртинга, Сигалл, Дасен, 2007)

Эти стратегии называются по-разному в зависимости от того, какая группа рассматривается (доминирующая или недоминирующая). Когда индивиды из недоминирующей этнокультурной группы не желают поддерживать свою культурную идентичность и стремятся к повседневному взаимодействию с другими культурами, то речь идет о *стратегии ассимиляции* (см. рис. 2, левая сторона). Напротив, когда люди придают большое значение сохранению своей собственной культуры и в то же время хотят избежать взаимодействия с другими культурами, — это определяет *стратегию сепарации*. Если существует заинтересованность в сохранении первоначальной культуры при повседнежном взаимодействии с другими культурами, то выбирается *стратегия интеграции*. И, наконец, если заинтересованность в сохранении культурного наследия мала (часто по причине его вынужденной потери) и нет стремления наладить связи с другими группами

(часто по причинам исключения или дискриминации), то предпочтение отдается *стратегии маргинализации* [1]. Само понятие стратегии предполагает, что недоминирующие группы и их отдельные представители обладают свободой выбора — как включаться в межкультурные отношения. Однако это бывает не всегда. Иногда доминирующая группа принуждает поддерживать определенные виды взаимоотношений или ограничивает выбор недоминирующих групп или индивидов. Например, стратегия интеграции может быть свободно выбрана и успешно реализовываться недоминирующими группами только тогда, когда доминирующее общество открыто и ориентировано на культурное разнообразие. Иными словами, для достижения интеграции необходима взаимная приспособляемость, в том числе признание и доминирующими, и недоминирующими группами права для всех жить как народы с различной культурой в пределах одного общества. Эта стратегия диктует недоминирующим группам необходимость принять основные ценности «большого» общества, в то время как доминирующая группа должна быть готова адаптировать различные национальные институты (например, здравоохранение, образование, трудовые отношения) таким образом, чтобы лучше удовлетворить потребности всех групп, проживающих в плюралистическом обществе. Д. Берри подчеркивает, что стратегия интеграции может использоваться лишь в мультикультурных обществах, где для нее складываются определенные психологические предпосылки. К психологическим предпосылкам стратегии интеграции он относит: повсеместное принятие культурного многообразия как ценности для общества (положительная мультикультурная идеология); относительно низкий уровень предубеждений (минимальные этноцентризм, расизм и дискриминация); положительные отношения между этнокультурными группами; чувство принадлежности к большому обществу и отождествления с ним всеми индивидами и группами.

Первоначально проблема стратегий аккультурации рассматривалась Д. Берри лишь с точки зрения недоминирующих этнокультурных групп, хотя он и говорил о происходящих в результате контактов изменениях у доминирующих групп. В 1974 г. данным автором был добавлен третий параметр выбора стратегии — роль, которую играет доминирующая группа при взаимной аккультурации. Введение этого параметра привело к удвоению структурной схемы (см. рис. 2).

Рассмотрим подробнее стратегии большого общества, представленные на рис. 2 (правая сторона). Если доминирующая группа навязывает индивидам стратегию ассимиляции, то это *стратегия «плавильного котла»*. Когда большим обществом востребована сепарация, то это *стратегия сегрегации*. Когда доминирующая группа диктует маргинализацию, то правомерно говорить о *стратегии исключения*. В экстремальной форме она оборачивается этноцидом. Наконец, когда культурное разнообразие является целью всего общества и общество стремится к интеграции недоминирующих групп и транслирует стратегию взаимного приспособления, то это — *мультикультурализм*.

Проведены сотни исследований, посвященных изучению стратегий аккультурации в недоминирующих группах. В большинстве исследований в качестве предпочитаемой мигрантами называется стратегия интеграции. Намного мень-

ше исследований касается установок большого общества. Европейское исследование взглядов большого общества и недоминирующих групп, проведенное в Германии, Швейцарии и Словакии, убедительно показало, что на выбор стратегии аккультурации мигрантом оказывают влияние установки большого общества [1].

Р. Бури и его коллеги в своей «интерактивной модели аккультурации» используют понятие «ожидание аккультурации» для большого общества, аналогичное понятию стратегия аккультурации для доминирующих групп в концепции Д. Берри. Авторы считают, что в зависимости от «ожиданий» результаты взаимодействия групп меньшинства и большинства могут варьировать от «консенсусных» до «конфликтных» [1].

Близкий подход к проблеме изменения культурной идентичности предложил К. Камильери. Согласно теории Камильери, культурная идентичность определяется двумя основными параметрами — идентичностью с собственным наследием или с этнокультурной группой и идентичностью с большим или доминирующим обществом. Используя эти два параметра, можно получить четыре стратегии идентичности, имеющие сходство с ранее рассмотренными стратегиями аккультурации. Когда индивид идентифицирует себя и с определенной культурой и с большим обществом, т.е. утверждаются обе идентичности, то эта стратегия напоминает интеграцию. Когда индивид не идентифицирует себя ни с этнической группой, ни с обществом, то это позиция маргинала. Когда преобладают либо этнокультурная идентичность над идентичностью с доминирующим обществом, либо наоборот, то это сепарация или ассимиляция [1].

Многочисленные эмпирические исследования показали наличие связи между стратегиями аккультурации и стратегиями идентичности.

К факторам, связанным с изменениями культурной идентичности и аккультурацией, исследователи относят возраст, половую принадлежность, уровень образования, качество и количество межкультурных контактов, степень культурного сходства, мотивацию перемещения в новую культуру, характеристики принимающего общества.

Стратегии идентичности и аккультурации, в свою очередь, рассматриваются как прогностические факторы психологической и социально-культурной адаптации мигрантов к новому окружению.

Восприятие представителей другой культуры. Важным моментом межкультурной адаптации является установление взаимоотношений с представителями новой культуры. Эти отношения будут определяться не только отношением мигрантов к новой культуре, но и отношением местных жителей к мигрантам.

Теория социальной идентичности Г. Тэджфэла дает концептуальную основу для рассмотрения вопросов, связанных со стереотипами, предрассудками и дискриминацией по отношению к временным поселенцам, иммигрантам и беженцам. Социальная идентификация базируется на двух процессах — социальной категоризации (группы «мы» и «они») и социального сравнения (феномен ин-группового фаворитизма). Тэджфэл утверждает, что предубеждения в отношениях между группами — неизбежное следствие социальной идентификации. Негативные

стереотипы «чужой» группы являются одной из предпосылок возникновения преубеждений и дискриминации [1; 3; 4; 5].

Межкультурные контакты. Кросс-культурные различия в невербальном поведении часто приводят к недоразумениям и непониманию. Например, представители культур, в которых не допускаются тактильные контакты, могут произвести впечатление холодных, замкнутых и недружелюбных людей. Различное отношение к обмену взглядами в процессе общения также может оказать влияние на восприятие собеседника. Представители культуры, в которой принято часто смотреть в глаза собеседнику, могут показаться представителям другой культуры дерзкими, агрессивными и неучтивыми, а представители культуры, в которой не принято смотреть в глаза собеседнику, могут произвести впечатление невежливых, скупающих. Культуры различаются по значению жестов, выражению эмоций при помощи мимики и нормами проявления эмоций. Большим источником недоразумений в межкультурном взаимодействии могут быть кросс-культурные различия в нормах и условностях, часто связанные с кросс-культурными различиями в ценностных ориентациях, в частности показателями коллективизма-индивидуализма и дистанцированности по отношению к власти [4]. В рамках подхода научению культуре разработано много программ кросс-культурной подготовки. В них используются множество методов — информирование, моделирование, инструктаж, культурные ассимиляторы и т.д. Основная цель всех методов — помочь оказавшемуся в условиях новой культуры в решении его главной задачи, связанной с усвоением характерных особенностей данной культуры. Программы реализуют поведенческий подход к научению и предполагают формирование новых социальных навыков, прежде всего коммуникативных, адекватных новой культуре. Существуют программы с акцентом на аффективных аспектах (способы преодоления стресса) или на когнитивных процессах (освоение новых атрибутивных навыков).

Оценивая эффективность обучающих программ, исследователи отмечают, что они способствуют повышению эффективности межкультурных контактов, лучшему пониманию ценностных ориентаций местного населения. Однако обучение не позволяет изменить в желаемом направлении установки и отношения [4; 5].

Некоторые исследователи под адаптацией понимают функцию культурной дистанции, то есть люди, которые прибыли из крайне различных в культурном отношении регионов, испытывают самые большие трудности адаптации [6]. В качестве прогностических факторов социально-культурной адаптации К. Уорд и А. Кеннеди называют уровень информированности о культуре, сформированность навыков (прежде всего владение языком), культурную идентичность, стратегии усвоения культуры. Больше всего проблем с социально-культурной адаптацией возникает у тех, кто избрал сепаратистскую стратегию, далее идут те, кто ориентируется на маргинализацию [1].

Аккультурационный стресс и его преодоление. Д. Берри разработал модель стресса и его преодоления применительно к проблеме адаптации к новой культуре [1]. На передний план в модели выступают жизненные изменения, воз-

никшие в результате кросс-культурного перемещения, оценка этих изменений, выбор и реализация стратегии, позволяющей справиться с возникающими при этом проблемами. На эти процессы, как и на их психологические последствия, оказывают влияние различные факторы, действующие как на групповом (макро-), так и на личностном (микро-) уровне. На макроуровне важны как характеристики общества проживания, так и характеристики общества происхождения. Отличительные особенности этих обществ включают политические, социальные, этнические факторы. На микроуровне на стресс, его преодоление и адаптацию оказывают влияние характеристики индивида, усваивающего новую культуру и условия (ситуация), в которых происходит это усвоение. Д. Берри выделяет также факторы, которые действуют перед началом аккультурации (пол, возраст, образование, статус, мотивы миграции, ожидания, культурная дистанция, личностные особенности) и в его процессе (стратегии аккультурации, копинг-стратегии, социальная поддержка).

Очевидно, что на когнитивную оценку потенциальных факторов стресса индивидом, усваивающим новую культуру, оказывают влияние различные социальные и ситуационные факторы [4]. Существует устойчивая умеренная позитивная корреляция жизненных изменений и психологических симптомов, однако сами эти изменения определяют лишь малую долю (меньше 10%) изменений общего психологического благополучия мигрантов. Это может объясняться, в частности, наличием существенных индивидуальных различий в когнитивной оценке этих изменений. Например, одна и та же ситуация может восприниматься как несущая угрозу или же как требующая напряжения сил.

Много исследований посвящено изучению ожиданий мигрантов, поскольку ожидания лежат в основе когнитивной оценки стрессовых ситуаций и являются критериями оценки опыта. Некоторые исследователи считают, что реалистические ожидания облегчают процесс адаптации. Есть данные о том, что заниженные в целом ожидания сопровождаются растущей удовлетворенностью жизнью [4; 5; 6].

Относительно немного работ посвящено изучению стратегий преодоления аккультурационного стресса в процессе адаптации. К. Уорд и А. Кеннеди выявили четыре основных стратегии преодоления стресса у британских экспатриантов в Сингапуре: наступление, избегание, принятие и поиск социальной поддержки. Схожие данные были получены при изучении иностранных студентов в Новой Зеландии. К. Уорд подчеркивает, что конкретные стратегии преодоления стресса не обладают универсальной эффективностью и что культурные факторы оказывают влияние на адаптацию. Так, С. Кросс высказывает предположение о возможности кросс-культурных вариаций эффективности различных стратегий копинг-поведения [5].

В преодолении стресса выделяют первичные и вторичные стратегии. **Первичные стратегии** представляют собой непосредственные действия. Это открытое, сориентированное на выполнение определенной задачи поведение, направленное на устранение причины стресса. **Вторичные стратегии** носят скорее

когнитивный, чем поведенческий характер, они направлены на изменение восприятия и оценки стрессовых событий и ситуаций.

С. Кросс высказывает предположение, что стратегии непосредственного преодоления проблем, предпочтительнее в индивидуалистических культурах, в то время как опосредованные механизмы воздействия являются более распространенной стратегией адаптации в коллективистских культурах. Работы С. Кросс, К. Уорд и др. говорят о том, что, вероятно, для каждой культуры существуют свои модели копинг-поведения и адаптации, свои культурно-заданные способы преодоления стресса [5].

Личность и адаптация. Основное внимание в кросс-культурных исследованиях уделялось такой характеристике, как локус-контроль. Многочисленные исследования показали, что внутренний локус-контроль облегчает кросс-культурную адаптацию. Исследования экстраверсии дали менее однозначные результаты. У разных авторов получились противоречивые результаты — связь между адаптацией и экстраверсией была позитивной, негативной и слабо выраженной. Пытаясь объяснить столь противоречивые данные, К. Уорд и В. Чанг выдвинули гипотезу соответствия культуре. Они подчеркивают важность взаимодействия личности и ситуации и высказывают предположение, что во многих случаях прогностическим фактором адаптации являются не характеристики личности, а соответствие этих характеристик нормам принимающей культуры [5; 2].

С адаптацией и психологическим благополучием также связаны такие черты личности, как гибкость, терпимость к неопределенности, выносливость, самообладание, самоофективность, самоконтроль, открытость к различным точкам зрения, интерес к принимающей культуре (любопытность). Затрудняют психологическую адаптацию авторитаризм и догматизм. У лиц с высоким уровнем нейротизма и психотизма также возникают проблемы в процессе межкультурной адаптации [4; 5].

В заключение хотелось бы отметить, что аккультурация является одним из наиболее сложных исследовательских направлений и, хотя число работ по проблеме межкультурной адаптации в последние годы растет по экспоненте, в ней и сегодня еще много белых пятен.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Берри Д.В., Пуртинга А.Х., Сигал М.Х., Дасен П.Р. Кросс-культурная психология. — Харьков: Гуманитарный центр, 2007.
- [2] Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. — М.: Институт психологии РАН «Академический проект», 1999.
- [3] Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. Практикум. — М.: Аспект Пресс, 2006.
- [4] Триандис Г.К. Культура и социальное поведение. — М.: Форум, 2007.
- [5] Уорд К. Азбука аккультурации / Психология и культура / Под ред. Д. Мацумото. — СПб.: Питер, 2003.
- [6] Фернхэм А., Бочнер С. Психология длительного пребывания за рубежом: студенты // Развитие личности. — 2001. — № 2. — С. 136—167.

**BASIC APPROACHES TO THE STUDY
OF INTERCULTURAL ADAPTATION
IN FOREIGN PSYCHOLOGY**

O.V. Maslova

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

In the article are represented contemporary theoretical and empirical approaches to the study of intercultural adaptation in the foreign psychological literature. The solution of its crucial problems from the positions of these approaches is examined.