

---

## ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРЕССА АККУЛЬТУРАЦИИ ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИМИ И КИТАЙСКИМИ СТУДЕНТАМИ\*

Н.М. Лыкова

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

В статье описываются результаты исследования стилей совладающего поведения студентов РУДН из Латинской Америки и Китая в условиях стресса аккультурации в сравнении со стилями совладающего поведения студентов из Китая, получающих образование на родине.

**Ключевые слова:** стресс аккультурации, стили совладающего поведения, стратегия разрешения проблем, стратегия поиска социальной поддержки, стратегия избегания, адаптация к новым социокультурным условиям.

В настоящее время в психологической науке выделяются три основных подхода к исследованию феномена аккультурации. Первый подход основан на теории социальной идентификации; в рамках второго подхода аккультурация описывается с точки зрения культурного научения; третий подход связан с психологическими моделями стресса и совладания с ним [10].

Контакт с новой, чужой культурой вызывает нарушение психического здоровья, более или менее выраженное психическое потрясение, для обозначения которого в кросскультурной психологии введен термин «стресс аккультурации» [9].

Р. Лазарус, автор теории стресса и копинга, описывает осознанные стратегии совладания со стрессом и с другими порождающими тревогу событиями [12]. Стратегии совладания — это сознательные, рациональные способы преодоления жизненных неприятностей. Термин используется для обозначения стратегий, которые вырабатываются, чтобы справиться с источником тревоги. Совладание рассматривается как стабилизирующий фактор, который может помочь людям поддерживать психосоциальную адаптацию во время стресса. Психологическое предназначение совладающего поведения состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации путем ослабления или смягчения этих требований, тем самым редуцируя стрессовое воздействие ситуации. Преодоление стресса аккультурации с позиции теории стресса и копинга Р. Лазаруса и возможность благополучного процесса адаптации определяется общим стилем совладающего (преодолевающего стресс) поведения, присущего мигранту [12].

Стиль совладающего поведения определяется соотношением базисных стратегий совладающего поведения, которые были выделены Дж. Амирханом на основе факторного анализа разнообразных ответов о способах преодоления стресса. Было показано, что все разнообразие стратегий совладания может быть представ-

---

\* Исследование выполнено в рамках реализации ФЦП «Научные и научно-педагогические кадры инновационной России» на 2009—2013 гг.; Г/К 02.740.11.03.77 от 20 июля 2009 г.

лено тремя основными (базисными) видами стратегий: стратегией разрешения проблем, стратегией поиска социальной поддержки и стратегией избегания, используемых человеком для преодоления стрессовых ситуаций [11].

Стиль совладающего поведения может быть адаптивным, псевдоадаптивным и дезадаптивным. Возможность отнесения стиля совладающего поведения к одной из этих групп определяется соотношением трех видов базисных стратегий [7].

Адаптивный, свойственный взрослым здоровым людям стиль совладающего поведения описывается следующим соотношением базисных стратегий совладания: наибольшие абсолютные значения показателя стратегии совладания «разрешение проблем», несколько меньшие значения показателя стратегии совладания «поиск социальной поддержки» и наименьшие значения стратегии совладания «избегание» [7]. При псевдоадаптивном стиле в качестве ведущей базисной стратегии совладания используется стратегия «поиск социальной поддержки». Для дезадаптивного стиля совладающего поведения характерны наибольшие абсолютные значения показателя стратегии «избегание» в общей структуре совладающего поведения [7; 8].

В Российском университете дружбы народов под нашим руководством проводятся исследования стилей совладающего поведения студентов-иностранцев в период адаптации к обучению в университете и к условиям инокультурного окружения. Стремление проанализировать национальные стили совладания определяется насущной потребностью в создании программ по успешной адаптации студентов-иностранцев с учетом национальной специфики.

Эмпирическая часть исследования выполняется с использованием методики Д. Амирхана «Индикатор стратегий преодоления эмоционального стресса», адаптированной Н.А. Сирота и В.М. Ялтонским. Для повышения точности понимания утверждений методики испытуемыми студентами-иностранцами она была подвергнута процедуре двойного перевода на испанский и китайский языки. К настоящему моменту в данном исследовании приняли участие 180 студентов, в том числе 30 студентов подготовительного факультета РУДН из Китая в возрасте от 18 до 26 лет; 30 студентов IV курса разных факультетов РУДН из Китая в возрасте от 22 лет до 31 года; 30 студентов подготовительного факультета РУДН из Латинской Америки в возрасте от 17 до 26 лет; 30 студентов IV курса разных факультетов РУДН из Латинской Америки в возрасте от 22 до 30 лет; 30 студентов I курса Медицинского университета в г. Тан Шань (Китай) в возрасте от 17 лет до 21 года; 30 студентов V курса Медицинского университета в г. Тан Шань (Китай) в возрасте от 21 года до 24 лет.

Для латиноамериканских студентов подготовительного факультета и 4 курса соответственно были получены следующие профили стилей совладающего поведения: «разрешение проблем» 26,6/28,2; «поиск социальной поддержки» 23,2/23,4; «избегание» 18,2/18,1 [5]. Полученные результаты указывают на наибольшие абсолютные значения показателя стратегии совладания «разрешение проблем», несколько меньшие значения показателя стратегии совладания «поиск социальной поддержки» и наименьшие значения стратегии совладания «избегание».

Подобная иерархия стратегий совладания в общей структуре совладающего поведения описывается в работах психологов свойственная как адаптивным здоровым подросткам 14—15 лет [7; 6], так и взрослым адаптивным здоровым людям [2; 3]. В исследовании было показано, что латиноамериканским студентам, обучающимся на подготовительном факультете и на IV курсе, свойственна близкая структура поведения совладания, так как не было обнаружено статистически значимых различий между результатами исследования совладающего поведения латиноамериканских студентов, обучающихся на подготовительном факультете и на IV курсе [5].

Результаты исследования стратегий совладания китайских студентов подготовительного факультета и четвертого курса РУДН позволили описать профили их стилей совладающего поведения следующим образом: «разрешение проблем» 23,9/24,6; «поиск социальной поддержки» 25,1/26,5; «избегание» 22,6/21,4 [5]. Это указывает на наибольшие абсолютные значения показателя стратегии совладания «поиск социальной поддержки», несколько меньшие значения показателя стратегии совладания «разрешение проблем» и наименьшие значения стратегии совладания «избегание».

Подобная иерархия стратегий совладания в общей структуре совладающего поведения описывается в литературе как псевдоадаптивная [7; 8], свойственная в норме младшим подросткам 11—12 лет [4] и представляющая собой ситуацию риска для развития дезадаптивного стиля совладающего поведения у людей более старшего возраста [7]. Вероятно, формирование такого стиля совладания в условиях стресса аккультурации связано с особенностями китайской культуры, которая, являясь коллективистской, формирует высокую степень зависимости индивида от группы, определяя этнопсихологические особенности структуры уверенности китайских студентов [1]. Специфическая сплоченность на основе четкого распределения ролей, высокая степень доверия к мнению группы, особый характер сочувствия и сопереживания, проявляющиеся в межличностных отношениях, затрудняют принятие самостоятельного решения.

Таким образом, на этом этапе исследования мы можем утверждать следующее:

— преодолевая стресс аккультурации, студенты из Китая и Латинской Америки демонстрируют разные стили совладающего поведения;

— на протяжении пяти лет обучения эти стили остаются неизменными для каждой этнической группы, что, вероятно, свидетельствует об их национальной специфичности;

— студентам из Латинской Америки свойственен стиль совладающего поведения, описанный в литературе как здоровый адаптивный;

— студенты из Китая, преодолевая стресс аккультурации, используют стиль, в котором доминирует использование стратегии совладания «поиск социальной поддержки». Для данной возрастной группы в литературе это описывается как псевдоадаптивный стиль совладания с риском развития дезадаптации.

Для того чтобы выяснить, является ли подобный стиль совладания специфическим проявлением китайской культуры (т.е. является ли подобный стиль совладания культурной нормой) или это следствие неблагоприятного течения процесса адаптации китайских студентов в инокультурном окружении, нами было выполнено исследование стилей совладающего поведения китайских студентов, получающих образование в Китае. Испытуемыми выступили студенты I и V курса Медицинского университета в г. Тан Шань.

Результаты исследования стратегий совладания студентов университета в г. Тан Шань, I и V курса позволили описать профили их стилей совладающего поведения следующим образом: «разрешение проблем» 28,2/27,7; «поиск социальной поддержки» 26,0/25,9; «избегание» 19,7/18,6. Полученное описание указывает на наибольшие абсолютные значения показателя стратегии совладания «разрешение проблем», несколько меньшие значения показателя стратегии совладания «поиск социальной поддержки» и наименьшие значения стратегии совладания «избегание».

Как было сказано выше, подобная иерархия стратегий совладания в общей структуре совладающего поведения (рис.1, 2) получена нами для выборки латиноамериканских студентов и описана в работах психологов как свойственная адаптивным здоровым подросткам 14—15 лет [7; 6], так и взрослым адаптивным здоровым людям [7; 8]. Полученные результаты свидетельствуют, что китайским студентам, получающим образование в Китае, обучающимся на I и V курсе, свойственна близкая структура поведения совладания, так как для этих групп не было обнаружено статистически значимых различий между результатами исследования совладающего поведения.

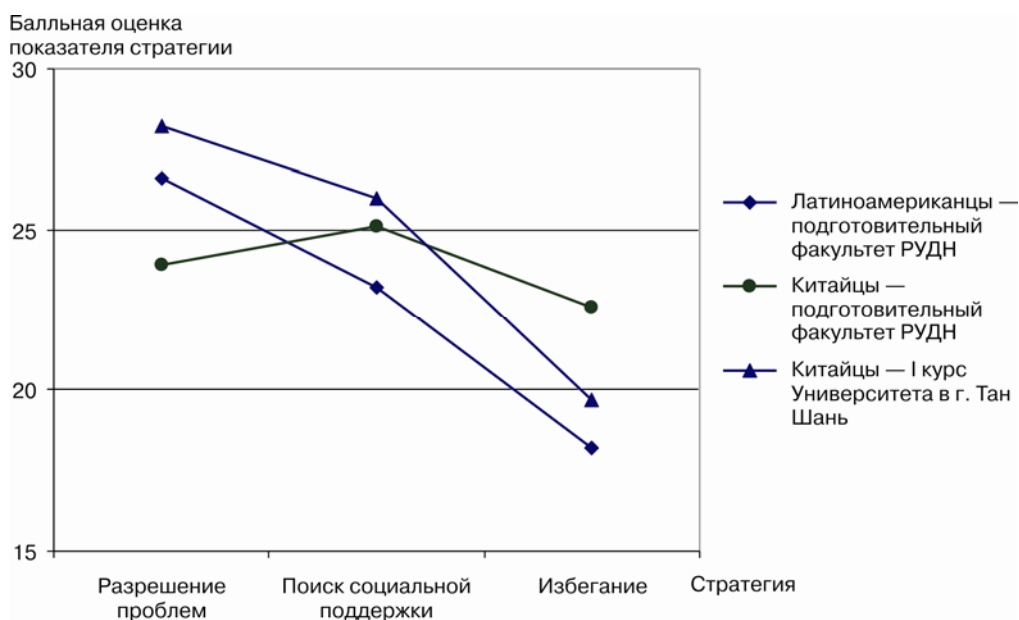
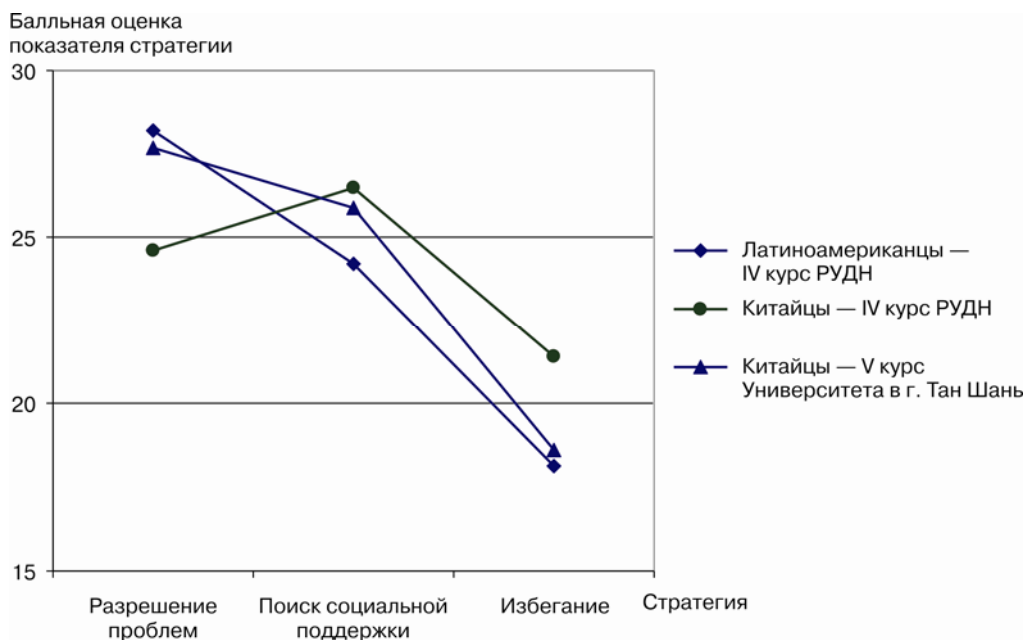


Рис. 1. Профили стилей совладающего поведения латиноамериканских и китайских студентов первого года обучения



**Рис. 2.** Профили стилей совладающего поведения латиноамериканских и китайских студентов последнего года обучения

Сопоставление результатов, описывающих стиль совладания китайских студентов в период адаптации к обучению в университете в условиях инокультурного окружения, и в условиях родной культуры позволяет сделать вывод о том, что обнаруженный в нашем исследовании [4] стиль совладания китайских студентов, получающих образование в России, *не является культурно специфическим*, а представляет собой истинный риск развития дезадаптации, т.е. китайские студенты, получающие образование в России, не вполне успешно переживают стресс аккультурации. Опираясь на теорию стресса и копинга Лазаруса [12], мы можем предположить, что для благополучной адаптации в условиях инокультурного окружения китайским студентам не хватает личностных и социальных ресурсов, помогающих преодолеть стресс аккультурации. Конечно, высказанное предположение требует дополнительного исследования. Однако уже сейчас в качестве гипотезы мы можем рассматривать дефицитность такого личностного когнитивного ресурса, как владение русским языком. Также мы можем предположить, что дефицитность социального ресурса связана не только с разлукой с семьей и с чуждым культурным окружением, но и с разными образовательными традициями в России и Китае, в том числе в отношениях «учитель—ученик», которые в традиционной китайской культуре являются более значимыми. Но в настоящий момент это только возможные гипотезы, которые требуют проведения нового исследования.

Итак, подведем итоги. На текущем этапе исследования преодоления стресса аккультурации иностранными студентами в период обучения в университете мы можем утверждать, что студенты из Латинской Америки успешно преодолевают стресс аккультурации, используя в качестве адаптивного механизма стиль совла-

дающего поведения, в котором ведущей является стратегии совладания «разрешение проблем». Студенты из Китая менее успешно, чем латиноамериканские студенты, преодолевают стресс аккультурации. Обучение в инокультурном окружении приводит к тому, что адаптивный стиль совладания с ведущей стратегией «разрешение проблем», используемый китайскими студентами, получающими образование на родине, подменяется псевдоадаптивным стилем с ведущей стратегией «поиск социальной поддержки». Использование подобного стиля совладающего поведения в качестве механизма преодоления стресса аккультурации свидетельствует о неблагоприятном течении процесса адаптации и является истинным риском развития дезадаптации.

На следующем этапе исследования планируется поиск причин неблагоприятного течения процесса адаптации китайских студентов, получающих образование в России, которые, возможно, связаны с проблемой развития социальных и личных ресурсов совладания.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Бойко З.В. Этнопсихологические особенности структуры уверенности китайских студентов // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». — 2010. — № 1. — С. 37—41.
- [2] Данилова Т.А. Формирование копинг-поведения у учителей средних школ и его роль в профилактике психогенных расстройств у школьников: Дисс. ... канд. психол. наук. — СПб., 1997.
- [3] Лигер С.А. Формирование копинг-поведения студентов медицинского вуза и его влияние на личностно-профессиональное развитие врача: Дисс. ... канд. психол. наук. — СПб., 1997.
- [4] Лыкова Н.М. Совладающее поведение младших подростков: Монография. — М.: МАИ, МОСУ, 2004.
- [5] Лыкова Н.М., Караведо Интриаго Р. Стили совладающего поведения латиноамериканских и китайских студентов в период адаптации к условиям новой социокультурной среды // Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика». — 2010. — № 1. — С. 42—47.
- [6] Сиерральта З.Х. Бернардо Особенности психологических ресурсов личности в раннем юношеском возрасте: копинг-стратегии, защитные механизмы, социальный интеллект и общий интеллект: Дисс. ... канд. психол. наук. — СПб., 2000.
- [7] Сирота Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте: Дисс. ... д-ра мед. наук. — СПб., 1994.
- [8] Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажиллина И.И., Видерман Н.С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. — М.: Генезис, 2001.
- [9] Стефаненко Т.Г. Этнопсихология: Учебник для вузов. — М.: Аспект Пресс, 2006.
- [10] Уорд К. Азбука аккультурации // Психология и культура / Под ред. Д. Мацумото. — М.; СПб., 2007.
- [11] Amirkhan J.H. A Factor analytically driven measure of coping: The coping strategy indicator // J. of Personality and social psychology. — 1990. — V. 59(5). — P. 1066—1074.
- [12] Lazarus R.S., Folkman S. Coping and adaptation / W.D. Gentry (Eds.) // The handbook of behavioral medicine. — N.Y.: Guilford, 1984. — P. 282—325.

## **LATIN-AMERICAN AND CHINESE STUDENTS COPING WITH ACCULTURATION STRESS**

**N.M. Lykova**

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

The article describes the results of the research of coping styles of Latin-American and Chinese students from Peoples' Friendship University of Russia in conditions of acculturation stress, in comparison with coping styles of Chinese students who study in their homeland.

**Key words:** acculturation stress, styles of coping behavior, problem solving strategy, seeking social support strategy, avoidance strategy, adaptation to new sociocultural conditions.