

Блинова, Е. Е. Психологическая адаптация трудовых мигрантов Украины в инокультурной среде [Текст] / Е. Е. Блинова // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности : Сб. науч. статей междунар. науч.-практ. конф. (г. Владивосток, 15-16 апреля 2011 г.) / Под ред. Р. В. Кадырова. – Владивосток : Мор. гос. ун-т им. адм. Г. И. Невельского, 2011. – С. 140-145.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ТРУДОВЫХ МИГРАНТОВ УКРАИНЫ В ИНОКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

Блинова Елена Евгеньевна

Херсонский государственный университет, г. Херсон (Украина)

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологической адаптации трудовых мигрантов Украины в инокультурной среде. В качестве основных критериев психологической адаптации рассматриваются состояние физического здоровья, психологическое благополучие, удовлетворенность межличностными отношениями.

Ключевые слова: трудовая миграция, психологическая адаптация, психологическое благополучие.

PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF LABOUR MIGRANTS OF UKRAINE IN DIFFERENT CULTURAL ENVIRONMENT

Blynova Olena

The results of empirical investigation of Ukrainian labour migrants' psychological adaptation in different cultural environment are presented in the article. As the main criteria of psychological adaptation state of health, psychological welfare, satisfaction with personal inter-relations are viewed.

Key words: labour migration, psychological adaptation, psychological welfare.

Этнокультурная адаптация рассматривается как сложный, многосторонний процесс знакомства, приспособления мигрантов к новым

условиям жизни. Н.Г. Лебедева определяет этнокультурную адаптацию «как процесс и результат взаимодействия этнических групп как единых и целостных субъектов межгруппового взаимодействия и взаимовосприятия» [4, с.272].

Среди основных научных подходов к проблеме адаптации нужно отметить теоретические и экспериментальные исследования психической, психологической и социально-психологической адаптации Г.А. Балла, Ф.Б. Березина, М.С. Корольчука, А.А. Налчаджяна; работы по изучению адаптации в условиях общественных трансформаций К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Анцыферовой, А.В. Брушлинского, Е.П. Головахи, О.А. Донченко, Л.Е. Орбан-Лембрик, Н.В. Паниной, Т.М. Титаренко и др. [1; 2; 3; 6; 7; 8; 9]

Процесс приспособления мигранта к новым культурным условиям страны пребывания, рассматривается как процесс аккультурации. Л.Е. Орбан-Лембрик выделяет основные научные подходы в исследовании аккультурации:

– с точки зрения культурного научения (главное внимание уделяется социальной психологии межкультурных контактов и процессам, связанным с усвоением культурно-специфических навыков, необходимых для выживания и преуспевания в новом социальном окружении);

– с учетом стресса и его преодоления (подход, связанный с психологическими моделями стресса, применяется для изучения перемещения в другую культуру и адаптации в ней) [6, с.409].

Сначала исследования адаптации иммигрантов в инокультурной среде касались, прежде всего, возникновения патологических феноменов (невротические и психосоматические расстройства, преступное и девиантное поведение и т.п.), поскольку первыми обратили внимание на случаи неадаптированности человека в чужой культуре именно психиатры. Болезнь тоски по родине, которую швейцарский врач И. Хофер назвал ностальгией, они начали изучать в XVII столетии. Основное внимание в подобных исследованиях уделялось анализу психологического благополучия, психического и душевного здоровья мигрантов. Анализ сугубо

аккультурационных изменений, который был сделан в дальнейших исследованиях, наиболее ярко отражается в использовании понятий «культурный шок», «шок перехода», «культурная усталость» или «стресс аккультурации» [4].

Целью статьи является анализ результатов эмпирического изучения психологической адаптации трудовых мигрантов Украины в инокультурной среде, для решения задач исследования нами была разработана **анкета**.

Всего в исследовании приняли участие 87 человек, в выборку вошли люди, у которых был собственный опыт трудоустройства за границей. Возраст половины респондентов (55,2%) относится к категории «30-45 лет» – наиболее экономически активной группы населения, 5 испытуемых, что составляет 18,4%, попадают в категорию 18-29 лет и еще 22,9% – в категорию 46-55 лет. Принимая во внимание специфику занятости украинцев (особенно женщин предпенсионного и пенсионного возраста) в отдельных странах, в выборку включены трудовые мигранты старше 55 лет (3,5% опрошенных).

В анкету вошли вопросы, которые отражают мнения и взгляды респондентов относительно основных критериев психологической адаптации:

1) состояние физического здоровья: самооценка физического состояния, как отсутствие выраженной психосоматики, оценка мигрантами факторов изменения состояния физического самочувствия;

2) психологическое здоровье (психологическое благополучие) – способность преодолевать стрессовые ситуации, отсутствие депрессии (нормальное эмоциональное состояние и настроение), осознание наличия целей, путей их достижения, перспектив, возможностей профессионального и личностного роста. Мы опирались на основные критерии «культурного шока», предложенные Обергом, и пытались прояснить следующие моменты: какие ситуации взаимодействия для мигранта являются наиболее сложными, в каких ситуациях он остро чувствует, что он «иностранец»; чего мигранту за границей не хватает в особенности – родных, друзей, украинской кухни и т.п.; что удивляет мигранта в обычаях, традициях, правилах; когда, в каких ситуациях

он чувствует тревогу из-за осознания культурных отличий; возможность возникновения негативных эмоций, например, неуверенности в себе, чувство потери контроля над ситуацией, собственной некомпетентности, гнева, враждебности, агрессивности, недоверия к представителям страны пребывания.

3) Межличностные отношения – наличие социальной поддержки, как на официальном уровне, так и неформальной; удовлетворенность отношениями с коллегами по работе (с представителями страны пребывания и со «своими»); удовлетворенность отношениями с соседями, в том числе с местными жителями; удовлетворенность отношениями с друзьями, знакомыми на неформальном уровне; удовлетворенность отношениями с работодателями.

Проанализируем последовательно полученные нами **результаты**.

Состояние физического здоровья. Мы ориентировались на субъективную оценку состояния физического самочувствия с помощью вопросов анкеты. Мы выяснили, что улучшение состояния здоровья почти не наблюдается, только 12,6% испытуемых дали такой ответ, и приблизительно одинаковой является доля тех, кто считает, что состояние здоровья не изменилось, поэтому особых проблем, связанных со здоровьем, пока не возникает, и тех, кто отмечает ухудшение состояния здоровья, снижение тонуса, усталость, «разбитость» (47,2% и 40,2% соответственно). Следует обратить внимание, что несмотря на высокий процент лиц, которые отмечают ухудшение физического самочувствия, количество испытуемых, которые обращаются к врачу является незначительным («очень редко» – 80,5%). Мы предполагаем, что преимущественно нелегальный статус трудовых мигрантов Украины в странах трудоустройства, не позволяет воспользоваться медицинской помощью в полной мере и вынуждает обращаться к врачу только в крайних случаях.

Причины изменения состояния физического самочувствия (прежде всего, ухудшение) мы старались получить с помощью открытого вопроса «С чем, как Вы считаете, связаны изменения состояния здоровья?» Мигрантами в первую очередь отмечалась тяжелая работа, негативное отношение к иммигрантам со

стороны местного населения, отсутствие эмоциональной поддержки, разлука с родными людьми.

Психологическое здоровье. Основными показателями психологического благополучия, которые могут свидетельствовать об успешной адаптированности в стране трудоустройства, являются такие: нормальное эмоциональное состояние и настроение, способность преодолевать стрессовые, проблемные ситуации, осознание наличия жизненных и профессиональных перспектив и возможностей их реализации. Мы получили результаты, которые говорят о том, что уровень адаптации как «достаточный», показывают только около четверти опрошенных мигрантов – 22,9%, 29,9% считают себя способными преодолевать разные сложные ситуации в жизни и чувствуют себя при этом нормально. Половина респондентов признает, что в жизни бывают проблемные сложные ситуации, в которых человек чувствует себя не очень хорошо, но понимает, что нужно продолжать работать, то есть психологическое состояние мигранта является нестабильным. Для пятой части опрошенных мигрантов (18,4%) характерна дезадаптированность, что проявляется в возникновении негативных эмоций, например, тревоги, чувства неполноценности, неуверенности в себе, чувства потери контроля над ситуацией, собственной некомпетентности, неосуществления желаний, депрессивности, чувства враждебности, недоверия к представителям страны пребывания.

Негативные эмоции возникают у трудовых мигрантов из-за осознания культурных отличий и трудностей в адаптации, для мигранта все кажется «чужим», кроме того, может возникать чувство неполноценности в результате сравнения уровня жизни в Украине и уровня жизни населения в стране трудоустройства. Наибольшее число мигрантов среди трудностей общения и взаимодействия в стране пребывания отмечает вариант «не всегда уверенно знаю, как нужно вести себя» (41,4%), треть мигрантов указывает на культурные, этнические, социальные, бытовые и другие отличия, что вызывает

волнение и раздражение (28,7%). Каждый пятый респондент отмечает наличие проблем, связанных с недостаточным знанием языка (18,4%).

Нами выявлено, что трудовые мигранты Украины, вследствие сопоставления уровня жизни населения в стране пребывания и уровня жизни граждан своей страны, приходят к неутешительным выводам о существенном отставании Украины от европейских стран по многим параметрам, что порождает стремление скорее ассимилироваться в стране трудоустройства, чем интегрироваться в другом социуме (на более паритетных принципах). Наибольшее количество респондентов выбрали два варианта ответов: «они действительно умеют лучше работать, но украинцы теплее, эмоциональнее, веселее» – 63,2%; « в гостях хорошо, а дома – лучше» – 59,8%, то есть для сохранения позитивной самооценки своей группы, позитивной этнической идентичности, украинцы выбирают стратегию социального творчества, изменяя для себя критерии сравнения группы «Мы» и группы «Они». Украинские трудовые мигранты вынуждены признать, что рациональные компоненты – умение организовать процесс работы, дисциплина и порядок, современные технологии, уровень развития экономики, вообще уровень жизни большей части населения – лучше за границей, но эмоциональные компоненты, например, тепло человеческих отношений, дружеские связи, бескорыстная помощь друг другу, понимание и поддержка другого человека и т.п., являются значительно более развитыми у украинцев, а именно они и ценятся более всего.

Оценка мигрантами своих профессиональных перспектив за границей показала следующие данные: подавляющее большинство украинцев за границей только зарабатывает деньги (58,7%), они очень скептически относятся к понятиям, связанным с профессиональной самореализацией, повышением социального статуса, карьерного роста, уважения в обществе и т.п.

Межличностные отношения. Наличие социальной поддержки на разных уровнях – информационной, эмоциональной, инструментальной – способствует лучшей адаптированности мигранта в других социальных условиях, причем, для психологического благополучия наиболее важной является эмоциональная

поддержка. То есть нас интересовало, с одной стороны, наличие официальных источников информации и реальной помощи, а с другой стороны, удовлетворенность взаимоотношениями на неформальном уровне – с друзьями, соседями, коллегами.

Четвертая часть опрошенных мигрантов полностью удовлетворена отношениями с людьми, с которыми вместе они работают, больше половины мигрантов (55,2%) удовлетворены в средней степени, респонденты отмечают, что бывают разные ситуации во взаимоотношениях, в том числе, «не всегда приятные»; еще 18,4% опрошенных мигрантов не удовлетворяет то, как относятся к ним на работе – «очень чувствую, что я «не свой», «иностранец», можно предположить, что именно эта категория мигрантов наиболее сложно адаптируется в стране трудоустройства.

На основе результатов анкетирования трудовых мигрантов Украины, мы можем сделать следующие **выводы**:

Последствия трудовой миграции для Украины трудовые мигранты большей частью оценивают как «негативные», отмечая, что хотя благодаря работе за границей действительно есть возможность заработать деньги, но происходит потеря профессиональной квалификации и вероятным становится разрушение семьи. Нужно обратить внимание на существование острого противоречия: трудовой мигрант едет за границу ради семьи и, одновременно, рискует потерять эту семью из-за разрыва семейных связей.

Подавляющее большинство украинских трудовых мигрантов за границей снижает свой социальный статус, выполняет низкоквалифицированную непрестижную работу. Противоречивые оценки мигрантов относительно удовлетворенности работой за границей позволяют сделать вывод о вынужденности принятия решения относительно трудоустройства за пределами своей страны, что обусловлено блокированием базовых потребностей.

В качестве критериев психологической адаптации нами рассматриваются состояние физического и психологического здоровья, удовлетворенность межличностными отношениями. Причины снижения самочувствия, настроения,

тонуса, возникновение утомленности, «разбитости», депрессивности, значительная часть мигрантов связывает не с объективными характеристиками другой страны (климат, пища, экология и т.п.), а именно с негативным психологическим состоянием, которое вызывается напряженной работой, подчиненным положением, оторванностью от родных и близких людей, одиночеством. Для психологического благополучия трудового мигранта в стране трудоустройства наиболее важными являются неформальные контакты с родственниками, друзьями, близкими знакомыми, то есть эмоциональная поддержка.

Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Психология и сознание личности / К.А. Абульханова-Славская . – Москва – Воронеж, 1999. – 224 с.
2. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. – 1989. – №1. – С.99-100.
3. Донченко Е.А. Социетальная психика / Е.А. Донченко // НАН Украины. Ин-т социологии. – К.: Наукова думка, 1994. – 208 с.
4. Лебедева Н.М. Социально-психологические закономерности аккультурации этнических групп // Этническая психология и общество / Под ред. Н.М. Лебедевой. – М. : Старый сад, 1997. – С.271-289.
5. Налчаджян А.А. Этнопсихология : учебник для вузов [для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по направл. и спец-тям психологии] / Альберт Налчаджян. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2004. – 381 с.
6. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Підручник: У 2 кн. Кн.2: Соціальна психологія груп. Прикладна соціальна психологія. [для студентів вищих навчальних закладів] / Л.Е.Орбан-Лембрик. – Київ : Либідь, 2006. – 560 [2] с.
7. Солдатова Г.У. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности [для студ. высш. учеб. заведений, обучающихся по направл. и спец-тям психологии] / Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А.,

Калиненко В.К., Кравцова О.А. – М. : Смысл, 2002. – 479 с. – (Теория и практика психологической помощи).

8. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология: Учебник для вузов / Т.Г.Стефаненко. – 4-е изд., испр. и доп. – М. : Аспект-Пресс, 2008. – 368 с.

9. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах та за межами буденності [Текст]: наук. вид. / Т.М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.