

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТИВНОСТЬ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПОДРОСТКОВ, ВРЕМЕННО НАХОДИВШИХСЯ В ИНОКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

Работа посвящена анализу и исследованию проблемы адаптации подростков к условиям инокультурной среды в рамках программы по оздоровлению детей, проживающих на территории, пострадавшей от аварии на Чернобыльской АЭС. В статье представлены результаты изучения социально-психологической адаптации и субъективного благополучия подростков, временно находившихся в инокультурной среде в принимающих семьях (Италия).

Ключевые слова: инокультурная среда, субъективное благополучие, адаптация, подростковый возраст, оздоровление, культурный шок, реадaptация.

Выезд белорусских детей за границу на оздоровление начался с кон. 80-х гг. XX в. в связи с аварией на Чернобыльской АЭС (1986). Сейчас они посещают 26 стран мира такие, как Италия, Германия, Великобритания, Франция, Бельгия, и др. За время существования программы по оздоровлению более 500 тыс. белорусских детей хотя бы 1 раз побывали в другой стране. Однако при посещении детьми инокультурной среды начались споры не только о пользе подобных поездок, но и о культурном шоке, который часто приводит к психологическим травмам.

Важную роль в оздоровлении ребенка за границей выполняет успешная адаптация к инокультурной среде. В процессе адаптации сам ребенок выступает как активный субъект, который адаптируется к среде в соответствии со своими желаниями, интересами и активно самоопределяется. Трудности, появляющиеся при попадании в новую среду, а также при общении и взаимодействии с представителями других культурных общностей, порождают состояние дезорганизации и беспомощности из-за потери ценностей, ориентиров и непонимания того, как следует вести себя в непривычной среде. Именно успешная адаптация является показателем того, принимает ли ребенок другую культуру, но и наоборот, способна ли сама культура принять ребенка.

В свою очередь, психологическое благополучие является необходимым условием полноценного, разностороннего функционирования

и развития ребенка на протяжении всей его жизни. С одной стороны, оно является условием эффективного выполнения ребенком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает ему возможность непрерывного развития своей личности. Таким образом, психологическое благополучие характеризуется как комфортное эмоциональное состояние, способствующее эффективному взаимодействию с окружением и служащее основой для дальнейшего самосовершенствования [4, с.51].

Немалую роль в формировании психологического благополучия имеет окружающая среда, требующая адаптации, и люди, проживающие в данной среде. Другая культура, насыщенная непривычными для ребенка принципами, нормами, правилами, традициями и установками может его испугать. В связи с этим он начинает вести себя иначе, чем обычно, создавая проблемные ситуации.

Первые работы посвященные, проблеме адаптации и адаптивности связаны с такими фамилиями как И.П. Павлов, Л.М. Сеченов, Н.Е. Введенский, А.А. Ухтомский и И.В. Давыдовский (физиологические механизмы адаптации); Л. фон Бергаланфи (принцип подвижного равновесия); Р. Рэдфилд, Р. Лингтон и М. Херковец (этнологическое изучение аккультурации); И.Н. Симаева, М.А. Южанин, В.И. Матис, Е.Е. Будилина, Ф.Б. Березин, В.В. Гриценко, Г.У. Солдатова (психологический аспект адаптации). Учеными были выделены факторы и механизмы адаптации и адаптивности, а также описаны особенности этапов процесса адаптации. Исследований, посвященных проблеме адаптации к инокультурной среде достаточно много, однако исследования затрагивающие особенности процесса адаптации как основы для изменения субъективного благополучия представлены фрагментарно.

По мнению Г.У. Солдатовой индикаторами успешности или неуспешности адаптации человека в инокультурной среде является присвоение ценностей и смыслов новой культуры, но при этом сохранение своего «Я» и своих культурных традиций [3, с. 20]. Эти индикаторы адаптации действуют как на индивидуальном уровне, так и на групповом. Подростки,

которые выезжают на оздоровление за границу, должны быть открыты новому опыту и обладать гибкостью поведения, что позволит им следовать правилам и нормам чужой культуры. Однако, очень важно, чтобы усвоение новых правил не стало причиной отказа от норм и правил своей культуры или отказом от своей культурной принадлежности.

Как было показано в исследовании Е.А. Будиловой, отказ от сохранения человеком ценностей своей культуры или их несформированность может стать причиной его дезадаптации в инокультурной среде [1, с. 152]. Наличие ценностей своей культуры и способность принять ценности другой культуры, способствует позитивному межэтническому восприятию. Такой человек более гибкий не только в демонстрируемом поведении, но и в выстраивании отношений с представителями данной культуры. Иными словами, подросток, усвоивший и осознающий ценности своей культуры способен соизмерять, сравнивать их с ценностями другой культуры. Благодаря анализу он способен выстраивать свое поведение, соответствующее ситуации и в тоже время не противоречивое с его собственной системой ценностей.

Анализ различных теоретических подходов к адаптации личности или группы к иной этнокультурной и социокультурной среде показывает, что вхождение в иную культуру сопровождается глубоким психическим потрясением, стрессом. Американский антрополог К. Оберг назвал это «культурным шоком» [2, с. 179]. Подростки, которые приезжают в другую страну с целью оздоровления, также как и другие люди подвержены культурному шоку и по-разному переживают процесс адаптации к инокультурной среде. Возрастные особенности, личностные характеристики, знакомство с культурой чужого государства до отъезда, степень схожести чужой культуры с родной и особенности принимающей страны занимают главное место в процессе адаптации.

Процедура и методы исследования.

Цель исследования: изучить специфику субъективного благополучия и социально-психологической адаптивности у подростков, временно находившихся в инокультурной среде, для выявления факторов, влияющих на процесс успешной адаптации и разработки системы рекомендаций по оптимизации их межкультурной адаптации.

Объект исследования: субъективное благополучие.

Предмет исследования: субъективное благополучие и социально-психологическая адап-

тивность у подростков, временно находившихся в инокультурной среде.

В исследовании приняли участие 25 подростков в возрасте от 14 до 16 лет. Все испытуемые временно находились в инокультурной среде (Италия) в рамках оздоровительной программы. Подростки являются воспитанниками детского дома №7 г. Минска.

При проведении исследования были использованы следующие методы:

I. Теоретический анализ научной литературы по проблеме виктимного поведения.

II. Психодиагностические методики.

1. Бернский опросник субъективного благополучия подростков А. Гроб (адаптация С.В. Ступиш).

Опросник представляет собой инструментальный, предназначенный для изучения субъективного поведения подростков на основе следующих шкал: позитивное отношение к жизни, самооценка, депрессивное настроение, беспокойства и тревоги, соматические жалобы, радость жизни. Методика позволяет не только измерить каждый параметр субъективного благополучия, а также определить общее удовлетворение и общее неблагополучие подростка.

2. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (А.Г. Маклаков и С.В. Чермянин).

Данный психодиагностический инструментальный представляет собой опросник, направленный на изучение адаптивных возможностей подростка на основе оценки психофизиологических и социально-психологических показателей психического и социального развития. Методика позволяет выявить особенности в поведенческой регуляции, коммуникативного потенциала, морально-нравственной нормативности и личностного потенциала социально-психологической адаптации.

III. Методы математической обработки данных.

Статистическая проверка эмпирической гипотезы осуществлялась с помощью метода дисперсионного анализа (многофакторный дисперсионный анализ) и метод корреляционного анализа (коэффициент линейной корреляции Пирсона). Результаты статистических подсчетов подтверждаются наблюдениями как субъективной оценкой наблюдаемых проявлений.

IV. Качественный анализ полученных результатов.

Результаты исследования.

1. В ходе анализа социально-психологической адаптивности подростков было выявлено, что большинство полученных результатов по шка-

лам опросника «Адаптивность» находятся в пределах нормы. Однако наибольшее количество баллов получила шкала «морально-нравственной нормативности», что определяет ее как ведущую переменную, которая отображает особенность процесс адаптации подростков к условиям инокультурной среды. Поскольку морально-нравственная нормативность личности подростка складывается на основе позитивного примера значимого взрослого, а также норм и правил, установленных в референтной группе сверстников, то это свидетельствует о том, что в инокультурной среде на процесс адаптации подростка влияет то, насколько усвоенные ранее моральные ценности и правила соответствуют общепринятым ценностям и правилам чужой культуры. Иными словами, успешность процесса адаптации и уровень адаптационных способностей личности подростка определяется степенью соответствия усвоенных ранее норм и правил принятым нормам и правилам инокультурной среды.

2. Сравнительный качественный анализ результатов изучения субъективного благополучия подростков в момент нахождения на оздоровлении в инокультурной среде (Италия) и по возвращению в РБ показало, что в инокультурной среде, они имеют более высокий уровень субъективного благополучия, чем в родной культуре. Это можно связать с тем, что поездка за границу предполагает получение новых впечатлений, смену обстановки. Однако, находясь в инокультурной среде, подростки испытывают дискомфорт, поскольку они всецело зависят от принимающей семьи и не могут сами в полной мере контролировать и планировать свое свободное время. Это может становиться причиной непонимания, появления разногласий и конфликтов между принимающей семьей и подростком. Устойчивое желание понравиться итальянской семье, быть принятым ею пронизывает многие проблемные области во взаимодействии подростка со средой чужой культуры. Страх перед неудачей и неуверенность в себе становится основой для понижения самооценки и возникновения депрессивного настроения. Подросток становится менее активным, малообщительным, а порой даже и агрессивным. Повышенная тревожность и беспокойство в инокультурной среде являются следствием отсутствия или недостатка знания иностранного языка, а также непривычными новыми условиями проживания, новой пищей и т.д. Также следует отметить, что пребывая в родную культуру, он сталкивается с тем, что начинает сомневаться в выбранном жизненном пути. Многие его

планы реализовываются не так, как было запланировано, поэтому ему начинает казаться, что жизнь в другой стране намного проще и лучше, и именно там он найдет себя. Это становится толчком для возникновения негативного отношения к своей жизни в родной стране, к привычному укладу жизни и т. д.

3. Многофакторный дисперсионный анализ данных выявил, что между субъективным благополучием подростков в инокультурной среде и субъективным благополучием в привычной среде существует статистически значимые различия, $p = 0,0014$. При дальнейшем сравнении показателей шкал обоих замеров выявлены серьезные различия по следующим шкалам: «самооценка»; «проблемы, беспокойства, тревоги»; «соматические жалобы»; «радость жизни». В инокультурной среде показатели «самооценки», «проблем, жалоб, тревог» и «соматических жалоб» выше, чем в привычной культурной среде, однако показатели по шкале «радости жизни» гораздо выше в привычной культурной среде, чем в инокультурной.

Подросток, попадая в принимающую итальянскую семью, получает большое количество внимания, поддержки, заботы и интереса к себе, принимает подарки и обновки. Он видит, что важен этой семье, чувствует себя ее членом и понимает, что он значим и любим. Все это становится причиной повышения самооценки подростка и изменения собственного самовосприятия, делает его более уверенным, самостоятельным и открытым.

Тем не менее, новая среда, новые условия проживания и люди стимулируют повышение уровня тревоги и беспокойства подростка. Он сталкивается с необходимостью самостоятельно перестроиться на новый режим дня, подстроиться под образ жизни принимающей семьи и привыкнуть к особенностям поведения и общения. Также он беспокоится о том, что может не понравиться или не оправдать надежды принимающей стороны.

Повышенный уровень соматических жалоб во время пребывания в инокультурной среде связан с перестройкой организма подростка к новому режиму, непривычной еде и климату. Также на самочувствие большое влияние оказывают беспокойства и тревоги, возникающие в новых условиях. Частые соматические жалобы и ухудшение самочувствия служат индикатором «культурного шока», возникшего в процессе адаптации подростка к инокультурной среде.

Повышение уровня радости жизни в привычной культурной среде, после оздоровления в Италии, говорит о том, что, находясь в ино-

культурной среде, подросток получает много ярких впечатлений от событий, поездок и подарков, которыми он с радостью делится со своей семьей и сверстниками уже по возвращению домой. Посещение инокультурной среды становится причиной проявления большего интереса со стороны компании сверстников, делая подростка более популярным и авторитетным.

4. При сравнении шкал «удовлетворение» и «неблагополучие» обоих замеров были выявлены статистически значимые различия субъективного благополучия в двух разных культурах $p = 0,00481$. При этом уровень удовлетворенности и неблагоприятия выше в инокультурной среде. Поскольку в шкалу удовлетворенности включены показатели шкал «позитивного отношения», «самооценки», «депрессивного настроения» и «радости жизни», а в показатели неблагоприятия включают «проблемы, беспокойства, тревоги» и «соматические жалобы», то это подтверждает выявленные выше различия в субъективном благополучии при нахождении в двух различных культурных средах и позволяет сделать вывод, что субъективное благополучие не статично, а динамично.

Обсуждение.

В ходе исследования было выявлено, что уровень субъективного благополучия способен изменяться под влиянием условий среды и особенностей межличностного взаимодействия. Общий показатель субъективного благополучия подростков выше в инокультурной среде, чем в привычной. Подобные изменения связаны, в частности, с изменениями в эмоциональной сфере личности (доминирование положительных эмоций), самоотношении и самовосприятии, которые складываются на основе отношений с другими людьми. Путешествие в другую страну, новые впечатления, подарки, знакомства и места вызывают чувство радости и счастья. Забота, поддержка и внимание, которое уделяет принимающая семья подростку, создает атмосферу доверия, предполагающую открытое и комфортное общение, основанное на дружбе. Однако новые условия (режим дня, новые правила поведения, непривычный климат, другая еда), к которым подросток должен привыкнуть вызывают у него тревогу и беспокойства, создавая проблемные ситуации. Это становится причиной соматических жалоб, плохого самочувствия подростка, а также конфликтных ситуаций.

После пребывания в инокультурной среде у большинства подростков присутствует тенденция к повышению самооценки. Они делятся

впечатлениями со сверстниками, хвастаются обновками и тем самым завоевывают внимание и интерес со стороны других подростков, становятся популярными в своей компании.

Также было выявлено, что уровень субъективного благополучия взаимосвязан с морально-нравственной нормативностью (отрицательная корреляция). Это значит, что чем ниже уровень морально-нравственной нормативности подростка, тем выше уровень его благополучия. Подростки способны получать больше радости и удовольствия в инокультурной среде, если им позволяют баловаться, кривляться и капризничать. Чаще всего принимающая семья старается удовлетворить капризы и желания подростка, тем самым создавая для него не только легкий способ получения желаемого, но и помогает закрепить данную модель поведения. Нередко принимаемая семья начинает рассматривать подобное поведение как проблемное и ищет причины возникновения подобной ситуации в личностных особенностях подростка.

Наличие отрицательной корреляции между депрессивным настроением в привычной среде и морально-нравственной нормативностью показывает, что низкий уровень депрессивного настроения является одним из условий повышения морально-нравственной нормативности, как компонента адаптивности. Из этого следует, что подросток по возвращению домой после оздоровления переполнен эмоциями и впечатлениями будет испытывать затруднения в реадaptации (адаптации к привычной культурной среде). Его возбужденное состояние способно нарушать его собственную дисциплину и дисциплину сверстников, тем самым вызывая конфликтные ситуации.

Исходя из результатов, полученных в ходе исследования были разработаны рекомендации для сопровождения группы подростков за рубежом, а также членов семей, принимающих детей на оздоровление. Данные рекомендации обеспечивают успешность процесса адаптации подростка в инокультурной среде.

1. В первые дни пребывания подростка в инокультурной среде необходимо его познакомить с правилами, установленными в принимающей семье и ее режимом дня.

2. Предоставить подростку личное пространство (комната), где он сможет чувствовать себя комфортно и заниматься своими делами, не мешая другим членам семьи.

3. Снисходительно относиться к особенностям поведения подростка, поскольку многие действия и поступки могут служить признаками «культурного шока», а также особенностями

ми поведения представителей той культуры, из которой он приехал. Если поведение не приемлемо, то поговорить об этом с ним спокойным тоном и попытаться понять причину подобных действий.

4. Оказывать эмоциональную поддержку через совместное времяпровождение, использовать ласковые слова, похвалу в осуществлении той или иной деятельности (игра, спорт, творчество и т.д.) Это поможет установить дружественные доверительные отношения с подростком.

5. Попросить подростка научить членов семьи привычным для него играм, в которые он играет со своими близкими и друзьями в своей стране.

6. Научиться готовить одно-два блюда из привычной для подростка кухни, так как во время адаптации ребенок может отказаться от предлагаемой еды из-за страха попробовать что-то новое.

7. Вовлекать подростка в работу по дому (приготовление пищи, уборка дома, выгуливание собаки и т.д.) Это поможет ему понять, что он значим, у него есть своя роль и обязанности, которые никто не сможет выполнить лучше, чем он.

8. Периодически проводить совместные для всех детей группы мероприятия, праздники, экскурсии, поездки.

Выводы.

В ходе проведенного исследования было выявлено, что главную роль в процессе адаптации подростков к изменяющимся социокультурным условиям выполняет морально-нравственная нормативность. Она регулирует взаимодействие личности со средой на основе морали, принципов и установленных норм. Также она служит показателем уровня личностного потенциала социально-психологической адаптации. Большинству подростков характерен удовлетворительный уровень адаптации к новым социокультурным условиям – их адаптация зависит, в большей степени, от условий внешней среды, чем от собственного личностного потенциала.

Подростки, находящиеся в инокультурной среде имеет более высокий уровень субъективного благополучия, чем в привычных культурных условиях. Подобные различия обусловлены особенностями налаживания взаимоотношений в данной культуре (Италия), свободой самовыражения, возможностью получать новые впечатления и приобретать новый опыт. Однако инокультурная среда способна провоцировать возникновение чувства тревоги и беспокойства (чужие люди, новая

обстановка, страх не понравится и т.д.) Также в инокультурной среде чаще, чем в привычной, возникают плохое самочувствие и соматические жалобы (отсутствие аппетита, боль в животе, головокружение, усталость, плохой сон).

Полученные результаты исследования подтверждают необходимость оказания психологической поддержки подросткам в процессе адаптации к новым социокультурным условиям. Данная поддержка должна исходить как со стороны сопровождающих, так и со стороны принимающих семей. Одним из важных этапов помощи подросткам в адаптации является налаживание сотрудничества с принимающими семьями (Италия) и замещающими, опекунами семьями, в которых подростки находятся постоянно.

В целом, оздоровительная практика детей в инокультурной среде должна иметь системный характер, а основными ориентирами подобной системы могут выступать следующие составляющие:

- проведение психологом предварительной подготовительной работы:

а) с детьми, отъезжающими на оздоровление в Италию (варианты социально-психологических тренингов);

б) с принимающими семьями (психолого-педагогическое просвещение; формирование межкультурной компетентности);

в) с замещающими семьями (психолого-педагогическое просвещение);

г) с сопровождающими (психолого-педагогическое и методическое обеспечение);

- формирование компетенций участников системы на аффективном, когнитивном и поведенческом уровнях;

- обеспечение преемственности в подготовке к взаимодействию для всех участников;

- разработка единых требований к детям со стороны взрослых;

- обеспечение профессионального отбора сопровождающих;

- организация профессионального психологического сопровождения процесса оздоровления.

Обозначенные направления деятельности могут способствовать оптимизации межкультурной адаптации детей, повышению оздоровительного эффекта и закреплению его результатов.

Список использованных источников

1. Будилова, Е.А. Социально-психологические проблемы в русской науке [Текст] / Е.А. Будилова. – М.: Наука, 1983. – 231 с.

2. Oberg, K. Cultural shock: Adjustment to new cultural environments, *Practical Anthropology* 7. (1960), pp. 177–182.

3. Солдатова, Г.У. Психология межэтнической напряженности [Текст] / Г.У. Солдатова. – М.: Смысл, 1998. – 389 с.

4. Шамионов, Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы: монография [Текст] / Р.М. Шамионов. – Саратов: Научная книга, 2008. – 296 с.

© *Malinok A.I., 2019*

**SOCIO-PSYCHOLOGICAL
ADAPTABILITY AND SUBJECTIVE
WELFARE OF ADOLESCENTS
TEMPORARILY IN THE FOREIGN
CULTURAL ENVIRONMENT**

The work is devoted to the analysis and study of the problem of adaptation of adolescents to the conditions of the multicultural environment in the framework of the program for the rehabilitation of children living in the territory affected by the accident at the Chernobyl nuclear power plant. The article presents the results of the study of socio-psychological adaptation and subjective well-being of adolescents who were temporarily in a foreign cultural environment in host families (Italy).

Keywords: *foreign culture environment, subjective well-being, adaptation, adolescence, recovery, culture shock, rehabilitation.*