

Ольга Коткис

ПСИХОЛОГИЯ АДАПТАЦИИ
ИММИГРАНТОВ



Психологические и социокультурные задачи и проблемы,
стоящие перед иммигрантами и факторы, влияющие на
адаптацию к жизни в новой стране

Ольга Коткис

**Психология адаптации
иммигрантов**

«Издательские решения»

Коткис О.

Психология адаптации иммигрантов / О. Коткис —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-592074-4

В книге проанализированы трудности и проблемы, с которыми сталкиваются иммигранты в новой стране, психологические факторы, связанные с процессом адаптации, а также стратегии адаптации иммигрантов. Особое внимание уделяется теме женской брачной иммиграции, а именно — выезду за рубеж с целью создания семьи с иностранным гражданином и связанные с этим проблемы, такие как проблемы материнства, домашнее насилие, вопросы гражданского статуса брачных иммигрантов и др.

ISBN 978-5-00-592074-4

© Коткис О.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Введение	7
Глава 1. Теоретические основы изучения психологических особенностей адаптации русскоязычных иммигрантов к жизни в новой стране	9
1.1 Терминологический аппарат, используемый для понимания проблем иммиграции	9
1.2. Психологическая и социокультурная адаптация иммигрантов к жизни в новой стране	12
1.3 Стратегии адаптации и ассимиляции	16
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Психология адаптации иммигрантов

Ольга Коткис

© Ольга Коткис, 2022

ISBN 978-5-0059-2074-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

В настоящее время эмиграционный и туристический потенциал российских граждан переживает потрясение. Международные антироссийские настроения усиливаются с каждым днем, расширяются всевозможные западные санкции против граждан РФ, и в первую очередь от этого страдают российские эмигранты.

Тема эмиграции из России в свете последних событий становится одной из самых часто обсуждаемых. Многие из тех, кто давно задумывался покинуть Россию, сейчас, наконец, находят силы на это решиться, поскольку работает фактор «выталкивания» из родного государства, когда по каким-то причинам жить там становится невозможно. С другой стороны, санкционная политика западных стран, к сожалению, распространяется одинаково на всех обладателей двухглавого орла на паспорте, независимо от личных взглядов каждого конкретного человека. Вместе с ней распространяется и весь объем разнообразных препятствий и предрассудков в отношении российских иммигрантов. Это может размыть так называемый фактор «притяжения», который влияет на выбор конкретной и наиболее оптимальной страны для иммиграции и дает внутреннюю опору и уверенность в правильности своего выбора.

Доказано, что эмиграция, которая подпитана лишь факторами «выдавливания», особенно в условиях кризиса и сложной политической обстановки, подразумевает более сложное течение процесса адаптации в новой стране, ведь переезд в другую страну признается психологами серьезным жизненным потрясением, по интенсивности сопоставимым с разводом или с потерей близкого человека, а адаптация в условиях иммиграции – длительным и психологически непростым процессом. Вот почему как дипломированный психолог, специалист по адаптации иммигрантов и иммиграционный консультант с опытом в вопросах иммиграции более 15 лет, я понимаю, насколько важно рационально и ответственно подойти к вопросу подготовки к эмиграции для того, чтобы найти оптимальное решение исходя из вашей ситуации, бюджета и совокупности других факторов, а также быть готовым к решению бюрократических и правовых вопросов, связанных с эмиграцией, к работе с иммиграционным адвокатом над подготовкой вашего кейса, проведению необходимых переговоров и консультаций с принимающей страной. Одновременно с этим, сложно переоценить необходимость бережного отношения к себе и заботу о своем психологическом здоровье в процессе подготовки к эмиграции, а также и в процессе адаптации к жизни в новой стране.

Я искренне желаю вам счастья в новой стране, и надеюсь, что эта книга поможет вам разобраться в психологии иммиграции. Если вам понадобится моя помощь, то я всегда готова вам помочь. Заполняйте форму обратной связи на сайте <https://kotkiss.com> или пишите мне на почту kotkiss@proton.me

Введение

Проблема адаптации иммигрантов к жизни в новой стране играет очень важную роль в современном мире. Переезд в новую страну и полнейшее резкое изменение социокультурного окружения является сильнейшим испытанием для психического здоровья каждого иммигранта. Процесс адаптации к жизни в новой стране протекает под воздействием большого количества стрессовых факторов особенно в течение первых месяцев после переезда. Основной причиной этого явления становится разница культур. В каждой культуре присутствуют определенные образы и символы, а также стереотипы поведения, на основании которых человек может действовать в различных ситуациях. В том случае, когда человек оказывается в условиях новой культуры, привычный алгоритм его действий нарушается, поскольку он основан на иных представлениях о мире, нормах и ценностях, стереотипах поведения и восприятия. Изучение проблемы адаптации иммигрантов является важной задачей и на правительственном уровне принимающих стран, поскольку они также заинтересованы в успешной и как можно более быстрой адаптации иммигрантов к новым жизненным условиям, поскольку трудоспособность этих людей и польза, которую они приносят экономике, находится под влиянием их психологического благополучия.

Иммигранты, приезжая в новую страну, сталкиваются не только с внутренними психологическими проблемами, но и с внешними травмирующими факторами, которые они никак не могут изменить. К этим факторам относится дискриминация со стороны местного населения: предубеждение, ксенофобия, расизм в различных формах и так далее. Безусловно, это усложняет процесс адаптации, а также оказывает значительное влияние на психологическое состояние иммигрантов, и посему обязательно требует дальнейшего изучения.

Другим немаловажным фактором адаптации в современную цифровую эпоху является умение использовать интернет для работы и удовлетворения собственных потребностей. Интернет снял территориальные и физические ограничения, и теперь любой человек может удовлетворить большинство своих задач и потребностей через интернет в любое время дня и ночи. Присутствие интернета в жизни современного общества и умение использовать возможности интернета для удовлетворения своих потребностей также может значительно упростить адаптацию иммигрантов к жизни в новой стране и облегчить психологические страдания и фазы адаптации, смягчить культурный шок.

Таким образом, дальнейшее изучение проблемы адаптации русскоязычных граждан в условиях иммиграции поможет расширить существующий в русскоязычной литературе лимитированный подход к проблемам данной категории людей, и позволит в дальнейшем применять полученные данные с целью открытия возможных способов облегчения адаптации, и методов самопомощи для людей, находящихся в наиболее уязвимом положении в первые месяцы жизни в новой стране.

Работа над этой книгой состояла в поиске ответа на вопрос о том, в чем специфика психологических особенностей адаптации русскоязычных иммигрантов, какие психологические и социокультурные проблемы и задачи стоят перед ними и какие факторы вносят вклад в успешность и легкость их адаптации к жизни в новой стране в условиях современной реальности. В книге проанализирован и систематизирован понятийный аппарат и теоретико-методологические подходы к проблеме адаптации иммигрантов, проанализированы внешние трудности и проблемы, с которыми сталкиваются русскоязычные иммигранты в новой стране, психологические факторы, связанные с процессом адаптации, а также стратегии адаптации иммигрантов. Рассмотрены вопросы, касающиеся Интернет-социализации и стресса, связанного с болезнями и эпидемиями во взаимосвязи с проблемами иммиграции. Отдельное внимание отведено изучению особенностей женской адаптации в условиях иммиграции, в частности, уделяется вни-

мание такой женской формы иммиграции, как брачная иммиграция, а именно – выезд за рубеж с целью создания семьи с иностранным гражданином и связанные с этим проблемы, такие как проблемы материнства, домашнее насилие, послеродовая депрессия и др.

Эмпирическая часть этой книги посвящена анализу различий в особенностях адаптации русскоязычных женщин в условиях иммиграции в зависимости от семейного положения (статуса отношений), стажа иммиграции, страны иммиграции, а также анализу взаимосвязи между показателями психологической адаптации женщин-иммигрантов, удовлетворенностью жизнью и другими параметрами (умением удовлетворять повседневные потребности с использованием ресурсов сети интернет, справляться со стрессом, вызванным болезнями и эпидемиями). Для решения проблемы адаптации русскоязычных женщин в условиях иммиграции на основе результатов проведенного исследования разработана программа психологической помощи женщинам – иммигрантам в виде тренинга.

Глава 1. Теоретические основы изучения психологических особенностей адаптации русскоязычных иммигрантов к жизни в новой стране

1.1 Терминологический аппарат, используемый для понимания проблем иммиграции

Понятия эмигрант и иммигрант часто путают в повседневной жизни. Оба этих понятия восходят к термину «миграция», который первоначально использовался в орнитологии в процессе изучения перемещения птиц, но впоследствии стала также распространяться и на человеческие перемещения, связанные со сменой места жительства. Мигрант (от лат. *Migrare*) – передвигаться из одного места в другое) – это человек, оставивший свое изначальное место проживания и переехавший на новое. Это слово является основой для образования слов эмиграция с использованием префикса -эм означающим вне, наружу и иммиграция с приставкой -им которая означает выдвигаться въезжать. Соответственно тот кто уезжает, называется эмигрантом, а приезжего человека следует назвать иммигрантом. В данной работе изучаются процессы адаптации иммигрантов людей которые покинули свое место жительства и переехали на новое место жительства за границу.

Эта книга посвящена изучению психологических особенностей адаптации иммигрантов, которые добровольно и осознанно приняли решение о переезде за границу в мирное время, и оставлю изучение вопросов адаптации нелегальных, вынужденных иммигрантов и беженцев другим исследователям, т. к. В их случаях несколько по-другому проходят процессы адаптации, и это тема, требующая специального углубленного исследования.

Разграничение понятий адаптация, аккультурация, инкультурация, ассимиляция, адаптивность. Решившись на иммиграцию и покидая свою страну, иммигранты оставляют свою семью, друзей, сеть поддержки, культуру. Они ликвидируют свои активы, несут большие расходы на переезд. Когда они прибывают в новую страну, они сталкиваются с большим количеством неопределенностей, включая поиск работы, поиск жилья, столкновение с новыми законами, новыми культурными нормами, языковыми барьерами и так далее. Вообще иммиграция признается психологами психологической травмой, происходящий под воздействием большого количества психотравмирующих факторов. При переезде в другую страну, происходят кардинальные перемены в условиях жизни: все привычное и безопасное остается в стране исхода, и человек в первые месяцы в новой стране оказывается в состоянии полной неопределённости и это безусловно провоцирует сильнейший кризис, связанный глобальной переоценкой ценностей и личностными изменениями, с изменением стереотипов поведения, изменением привычек, изменение финансового положения и профессиональной ориентации, а также изменение климата, изменение возможностей для проведения досуга, возможном усилении конфликтности супругом и так далее. Эмигрант оказывается перед необходимостью вхождения, вживания в систему иных социально-культурных отношений и приспособления к новым условиям и требованиям социальной среды, а также занятия в новой среде определенного статуса в процессе самоутверждения. Приспособление психики человека к условиям среды жизнедеятельности называется психологической адаптацией.

В изученной нами научной литературе на тему, связанную с изменением жизни, которую претерпевают иммигранты по приезде в новую страну, была выявлена некоторая путаница в терминологии. Разные авторы определяют одни и те же психологические процессы разными

понятиями. Так, например, известный учёный, занимающийся проблемами адаптации Джон Берри [Berry, J.W, 2009] пишет, что аккультурация должна завершаться адаптацией, то есть Аккультурация первична. В то же время другой известный учёный Калверо Олберг [Oberg, K., 1960] представляет аккультурацию результатом успешной адаптации. Другие ученые вообще считают адаптацию и аккультурацию параллельными процессами, которые проходят одновременно и не переключаются друг с другом. По ходу дальнейшего изучения работ по данной теме обнаруживаются и другие важные понятия, такие как инкультурация, ассимиляция и так далее. Задача усложняется еще и тем, что все эти понятия достаточно сходны по звучанию. Дальнейшее углубление в терминологию различных авторов привело к пониманию того, что в современной психологии, по всей видимости, нет точного установленного структурированного подхода к изучению процессов, связанных с иммиграцией, и каждый автор описывает эти процессы исходя из того как сам считает нужным. Нами предпринята попытка разграничить эти термины, и на основе изученного материала нам кажется уместным не ставить эти понятия в зависимость между собой, а рассматривать их как отдельные процессы.

Термин «адаптация», в широком философском смысле этого слова – это любые взаимодействия индивида и среды, в которых происходит согласование их структур функции и поведения, а также приспособление к изменяющимся условиям, к новой среде. Адаптация в более узком психологическом значении рассматривается с позиций взаимодействия личности с малой группой, а процесс адаптации характеризуется вхождением личности в новую социокультурную среду, понятия и усвоение ей сложившихся норм, правил, традиций, отношений, а также занятия определенного места в структуре этой среды. Для иммигрантов новой средой является страна в которую они переехали а также принимающая культура и новые социальные условия. Таким образом, адаптация иммигрантов представляет собой значимый постоянный процесс активного приспособление индивида к условиям социальной среды, а также усвоения человеческим индивидом определенной системы знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества в новой стране.

Результат адаптации характеризуется понятием адаптированность – это состояние субъекта, позволяющие ему чувствовать себя свободно и раскованно в социально-культурной среде. Критериями адаптированности выступают изменения на всех уровнях личностной сферы когнитивном (информированность о новой среде), Эмоциональном (удовлетворенность различными сторонами жизни), ценностное (изменения в системе отношений), поведенческом (достижение в области деятельности и общения социальные активности и так далее). С. Ward и ее коллеги [Searle & Ward, 1990; C. Ward, 2001; Ward & Kennedy, 1993] различают два вида адаптации: психологическую и социокультурную адаптации. Под психологической адаптацией понимается психологическое или эмоциональное благополучие и удовлетворение, в то время как социокультурная адаптация связана с приобретением культурно приемлемых навыков, необходимых для ведения переговоров или «вписывания» в определенную социальную или культурную среду.

В качестве синонима социокультурной (или межкультурной) адаптации в науке употребляется также такое понятие, как «аккультурация». Классическое определение аккультурации было дано культурными антропологами Р. Редфилдом, Р. Линтоном и М. Херсковичем в 1936 году. По их мнению, аккультурация проявляется тогда, когда группы представителей разных культур вступают в непосредственный и продолжительный контакт, последствиями которого являются изменения в моделях оригинальных культур одной или обеих групп. [Цит. по Николаев В. Г. Аккультурация // Культурология. XX век: Словарь. – СПб., 1997-С.20]

Термин Аккультурация описывает процесс освоения знаний и навыков необходимых для жизни в чужой культуре, включающих постепенную выработку человеком манер, навыков, норм поведения, характерных для определенного типа культуры, необходимых в повседневной жизни.. Результатом аккультурации является долговременная адаптация жизни в чужой куль-

туре социокультурная умение свободно ориентироваться в новой культуре и обществе решать повседневные проблемы в быту в семье на работе; хорошее психологическое самочувствие, хорошее психическое здоровье, психологическая удовлетворенность, экономическая удовлетворенность работой и уровнем своих профессиональных достижений, своим благосостоянием в новой стране.

Не оставим без внимания понятие адаптивности. Адаптивность, согласно А. А. Налчаджяну [Налчаджян А., 1988], это такое состояние взаимоотношений личности и группы когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность удовлетворяет свои основные потребности в полной мере, идёт навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояние самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей. Другими словами адаптивность это врождённое (инстинкты, эмоции, темперамент, интеллект, способности, внешние и физические данные), или приобретённая (образование, воспитание, обучение, образ жизни, притязания, иерархия систем ценностей) способность к адаптации то есть приспособления ко всему многообразию жизни при любых условиях высокий уровень адаптивности это залог успешной социокультурной адаптации человека. Согласно этой теории, люди делятся на высокоадаптивных, среднеадаптивных и низкоадаптивных.

Необходимо также дифференцировать понятия аккультурации и инкультурации. Аккультурация – это процесс, через который проходит человек, помещенный в новую социокультурную среду: процесс приобщения человека к новой культуре усвоения им характерных привычек стереотипов поведения и норм присущих этой культуре усвоения культурных стереотипов в процессе приспособления к новым культурным условиям. В свою очередь, инкультурация, как синоним культурализации, означает процесс социализации в новой культуре процесс приобщения к культуре и результат этого процесса. Или другими словами инкультурация это процесс который позволяет человеку освоить всю систему культурных норм в новом обществе системы ценностных ориентации предпочтений этикет различные нормы поведения в разных жизненных ситуациях а также общепринятые подходы и реакции на различные события, национальные и местные традиции, обряды, обычаи а также главенствующее морали, мировоззрения моды, стиля, символов национального достоинства, гордости, и так далее.

Ассимиляция, в свою очередь, иногда рассматривается как одна из фаз аккультурации, а в других случаях аккультурация является фазой ассимиляции. Например, Гордон (1964) приравнивал аккультурацию к одной фазе ассимиляции культурной или поведенческой и определял её как изменение культурных паттернов в соответствии с моделями принимающего общества с другой страны. Берри [Berry, J.W., 2003] считает ассимиляцию одной из четырёх стратегий, которые человек может использовать во время аккультурации. Берри определяют ассимиляцию как ситуация в который человек отворачивается от своего первоначального культурного происхождения и решает идентифицировать себя с членами принимающего общества, то есть потери идентификации себя как части этноса и изменение своих отличительных черт чертами другого общества.

1.2. Психологическая и социокультурная адаптация иммигрантов к жизни в новой стране

Психологические факторы, провоцирующие иммиграцию (push & pull)

Существует много теорий подходов к пониманию движущих факторов, провоцирующих иммиграцию. Одна из таких теорий, предложенная американским исследователем Ли Эверетт выделяет два вида провоцирующих факторов: факторы выталкивания (pull) и притягивания (push). Факторы выталкивания относятся к мотивам иммиграции отъезда из страны происхождения, сюда относятся экономическая миграция трудовая миграция бегство от бедности, также стихийные бедствия, различные виды преследование религиозная угнетение война политическое преследование.

К факторам притяжения относятся, в свою очередь, наличие рабочих мест с более высокой заработной платой, политически стабильная обстановка, стремление к благополучию и к экономическому процветанию, улучшение образа жизни, более лучший климат, сюда же относится воссоединение семьи и другие факторы.

Калверо Оберг и его U-образная кривая адаптации

U-образная кривая адаптации была разработана американским ученым Калверо Обергом в 1960 году на основе модели социальной адаптации Листаарда (1955). U-образная кривая отражает пять основных фаз которые проходит иммигрант в процессе социально-психологической адаптации к жизни в новой стране [Oberg, K., 1960].

Фаза эйфории, занимающая от первых нескольких дней до одного месяца пребывания в новой стране, это своеобразный медовый месяц. Это пассивно-созерцательная фаза характеризуется туристическим восприятием окружающей среды, в котором преобладает возвышенное эмоциональное состояние. Эта фаза характеризуется тем что со стороны иммигранта не происходит никакого изменения своего поведения и никакой активности в построении планов. Человек увлечен наблюдением, новой среды, в которой он видит только позитивные моменты и он полон и энтузиазма и воодушевления.

Фаза разочарование и гнева. На смену эйфорическому настроению и по мере приобретения информации о новой окружающей социокультурной среде, происходит постепенное разочарование, розовые очки спадают, настроение понижается. Иммигрант начинает чувствовать раздражение в отношении местных традиций, культурных особенностей, имеют тенденцию к навешиванию ярлыков, раздражению на повседневные задачи, реализация которых кажется сложнее, чем у местных, а также начинают ощущать враждебное настроение к местным, в контактах с которыми иммигрант может столкнуться с непониманием и даже быть отвергнутым. Это провоцирует чувство одиночества, ощущения что новый мир его не принимает и никогда не примет, проявляется злость, гнев, агрессия, которая купится или направляется на себя или партнёра вливаясь в пищевые расстройства, различные зависимости и тд. Если же плохие эмоции отрицаются, это может привести к психосоматическим расстройствам. Эмигрант зачастую искренне не понимает, почему люди вокруг могут относиться к нему холодно или игнорировать, и чувствует себя неудачником, который не может до быть таким, как окружающие его люди. Возникают сомнения в собственной полноценности, неудовлетворенность собой и окружающим миром и обостряются ностальгические настроения и тоска по родине.

Фаза отторжения, регрессии. Культурный шок. На этой стадии иммигрант начинает понимать специфику общества в котором он оказался а также начинает более осознанно воспринимать окружающую реальность и себя как часть неё. Человек сталкивается с явным несоответствием ожиданий и реальности, ему приходится углубляться в бюрократические, социальные, экономические тонкости нового общества и это про этот процесс занимает много моральных сил, что влечет за собой зачастую постоянное состояние стресса. По Триандису

(1994), фаза отторжения является критической точкой, в который человек наиболее подвержен психосоматическим заболеваниями и психическим расстройствам. Окружающая среда и культура начинают проявлять свой негативный характер и результатом может быть фрустрация и даже депрессия [Triandis, H. C., 1994].

Другой этап культурного шока – регрессия. Родная обстановка вдруг приобретает огромное значение. Иммигрант вспоминает только хорошие вещи дома. У человека желание поговорить с людьми, которые понимают его. Это этап «фрустрации», когда человек чувствует сомнения и неприятие ценностей родной и чужой культур. Процесс адаптации начинается тогда, когда новое инокультурное окружение начинает пониматься как естественное. Человек начинает действовать по социальным и культурным нормам новой среды. Это тоже этап шока, когда активная жизнь в новой стране начинается, и человек чувствует недостаточность своих знаний и способностей. У человека может быть подавленность и тоска по дому. Также паранойя, неврозы и фобии нередкие симптомы в этот период. Когда начинается второй этап, у иммигранта может быть агрессивное и враждебное отношение к принимающей стране. Существуют проблемы в школе, на работе, в языке и т. д. Если иммигрант разочарован и имеет агрессивное отношение к людям принимающей страны, он будет ощущать эту враждебность и во многих случаях получать враждебный ответ. [Oberg, K., 1960].

Культурный шок

Этот термин первым использовал американский исследователь К. Оберг в 1960 году. Тогда он отметил, что вхождение в новую культуру сопровождается целым рядом неприятных ощущений. Культурный шок возникает, когда человек в новой среде не узнает знаки и символы социального взаимодействия, которые встречаются в повседневной жизни в новой среде. Эти знаки небольшие, ежедневные дела, например, когда нужно пожать друг другу руку. Когда человек попадает в другую культуру, все или почти все знакомые способы утрачиваются. Каждая культура имеет большое количество традиций, обрядов, символов, характерных для неё, с помощью которых человек выстраивает взаимоотношения с другими членами общества. В том случае, когда человек оказывается в новом социокультурном окружении, его привычная система ориентации становится неадекватной, так как его система представлений о мире основывается на других ценностях, сформированных его изначальной культурой. Эту ситуацию американский исследователь Р. Уивер сравнивает со столкновением двух айсбергов. Именно скрытая, подводная часть приводит к столкновению ценностей. При столкновении двух таких культурных айсбергов, несомненно провоцируется психологический а также и физический дискомфорт, представляющий собой культурный шок. Позитивное следствие такого столкновения характеризуется тем, что у человека проявляется более осмысленное отношение к своей и к чужой культуре.

Американский учёный Филипп Бок (1970) различал несколько способов, позволяющих избежать ситуации культурного шока.

Первый способ условно называется геттоизацией и происходит тогда, когда человек прибывая в новую страну, отказывается от взаимодействия с местным населением, выбирая для своей жизни места компактного проживания своих соплеменников и бывших соотечественников. На этой закрытой территории все вместе они пытаются воспроизвести свою давнюю культурную среду, в некотором роде отгораживаясь от местной культуры, что формирует так называемые гетто такие как, например, чёрные районы Бронкс в Нью-Йорке Брайтон-Бич, Китайский Чайнатаун и тд.

Второй способ – это стремление к полной ассимиляции, когда человек полностью отказывается от своей культуры и пытается заменить свою социокультурную идентичность, которая кажется ему устаревшей и неудобной, новой идентичностью, которая соответствует местному окружению. Проблема заключается в том, что может возникнуть сопротивление внешней социокультурной среды и человек рискует даже при условии успеш-

ного овладения языком и приемлемого нового уровня повседневной компетенции не быть принятым за своего.

Третий способ – это частичная ассимиляция, в ходе которой индивид отказывается от собственной культуры и принимает новую культуру, но лишь в одной из сфер своей жизни, например на работе он взаимодействует исходя из норм и требований иной культурной среды, а дома в семье руководствуется своими традициями. Этот способ является одним из самых популярных среди иммигрантов. В дополнение к вышесказанному отметим, что культурный шок – это благоприятное, хоть и достаточно болезненное для человека явление, в процессе которого происходит ломка личностных стереотипов, неминуемо провоцирующая интенсивный личностный рост, в результате чего формируется новая социокультурная идентичность [Воск Р. К., 1970].

Фаза депрессии и регрессии. «Дно». На этой стадии культурный шок и повседневный аккультурационный стресс достигает максимальной интенсивности, и у некоторых иммигрантов на этой стадии могут возникнуть мысли о собственной неполноценности, происходит разочарование в собственном выборе иммигрировать, человек начинает сомневаться в правильности своего выбора касательно иммиграции, концентрируется в основном на негативных моментах, новая страна кажется неправильной, нелогичной, неудобной и непонятной, агрессивной. В то же время, страна отъезда начинает вспоминаться в радужных тонах, вызывает приятные чувства и воспоминания, кажется родной и безопасной. На этом этапе часть иммигрантов не выдерживает напряжения и принимает решение вернуться обратно, но большинство всё-таки преодолевают социокультурные барьеры и научаются позитивному и продуктивному взаимодействию с местной культурой и людьми.

Деятельная фаза или фаза приспособления характеризуется тем, что иммигрант начинает чувствовать себя более уверенно и свободно, начинают более уверенно ориентироваться в обществе, расширяет круг своего общения и становится приспособленным в жизни общества. Эта фаза характеризуется началом самореализации ухода в трудовую деятельность, общение, карьеру и т. д.

Фаза Аккультурации, бикультурность. Эта фаза, которая достигается спустя через 4—5 лет после иммиграции и характеризуется полной интеграцией в местную социокультурную среду. Человек на этом этапе совершенно адаптирован к требованиям среды и он себя чувствует комфортно, уверенно, он самореализован и начинает себя ощущать частью новой среды, полностью ассоциируя себя с местным населением.

Подход Берри: фазы и стратегии адаптации и аккультурации

Выдающийся исследователь процессов адаптации иммигрантов Джон Берри считает, что аккультурация – это двухсторонний процесс: люди обогащают культуру, и культура обогащает людей. Традиционно, исследователи считали, что аккультурация – это прямой процесс. В начале, после переезда в новую страну, иммигрант принимает внешнюю культуру. Позже иммигрант принимает внутренние признаки, такие как ценности и нормы. Иммигрант не может идентифицировать себя с доминирующей культурой пока он внутренне не адаптировался. Поэтому аккультурация – это не совсем прямой процесс, так как и нельзя упускать тот факт, что иммигрант встречает множество преград и неудач. Иммигрант может быть вполне адаптированным, например, в работе, но у него может не быть друзей в новой стране. Психологическая адаптация считается удачной, если у человека имеется чувство контроля над своей жизнью, он психически стабилен, и он добивается личного удовлетворения в новой культуре.

По Берри, процесс аккультурации включает в себя три фазы: фазу контакта, конфликта и адаптации [Berry J.W., 2003]

Фаза контакта – первоначальное условие для аккультурационного процесса, потому что аккультурация может начинаться только тогда, когда иммигрант поселился в новой стране. Вначале иммигрант совершенно не понимает свое состояние и необъективно определяет воз-

никающие ситуации. После фазы контакта, в процессе аккультурации идет фаза конфликта, то есть степень кризиса. Жить между двумя культурами трудно, поэтому иммигрант начинает строить свою этническую индивидуальность, которая часто включает в себя старую и новую культуру. Активность иммигранта растёт. Если фаза контакта продвигается хорошо и иммигрант может устанавливать контакты с людьми господствующей культурой, то это значит, что он находится в стадии следующей фазы адаптации. Тогда иммигрант смотрит на окружающую среду объективно и понимает, что у каждой страны есть негативные и позитивные стороны. Сравнивать страны – бесполезно. Иммигрант рассматривает свою родную страну и культуру как ценное наследие и как основу идентичности. Также новая культура дорога для него. Иммигрант уже не мечтает о возвращении на родину – возвращение рассматривается как нежелательное событие. [J.W. Berry, 1994].

1.3 Стратегии адаптации и ассимиляции

1. Ассимиляция. Отказ от своих культурной идентичности и традиций и переход в более крупное сообщество. Это может происходить путем абсорбции не доминирующей группы в устоявшуюся доминирующую группу, или путем соединения разных групп с целью создания нового общества, что называется «вариться в одном котле». Характеризуется слиянием, когда иммигрант отрицает свою культуру, ценности, привычки и традиции из-за массовой культуры. Когда мигранты не хотят или когда они не имеют возможности сохранить свою культуру, говорят об ассимиляции в новой культуре. В этом случае иммигранты не имеют возможности общаться с собственной культурой, но они стремятся к господствующей культуре и желают приобрести ее. Когда человек знакомится с новыми культурами, он может замечать, что родная культура «плохая» и не подходит ему. Новая страна и культура может предлагать лучшие условия и лучшую жизнь. Ассимиляции соответствуют негативная этническая идентичность и этническая толерантность.

2. Сепарация. Если нет значимых отношений с большим обществом, сопровождаемых сохранением этнической идентичности и традиций, то появляется другая опция. В зависимости от того, какая группа (доминирующая или недоминирующая) контролирует ситуацию, эта опция может принять форму либо сегрегации, либо сепарации. Когда образец поведения навязывается доминирующей группой, тогда возникает сегрегация с тем, чтобы держать людей из другой группы «на своем месте». С другой стороны, сохранение традиционного стиля жизни вне полного участия в жизни большего общества может быть желанным для аккультурационной группы и, таким образом, вести к независимому существованию, как в случае с сепаратистскими движениями (то есть реакция следующая за отказом).

Когда иммигрант придает значение сохранению своей собственной культуры и в то же время хочет избежать взаимодействия с другими культурами, тогда проявляется стратегия сепарации. Тогда иммигрант хочет избежать всех контактов с господствующей культурой и в то же время сохранить и развивать свою родную культуру. Сепарация имеется обычно у тех, которые чувствуют себя нежеланным. Если вся группа иммигрантов «выбирает» стратегию сепарации, из этого может следовать региональная сегрегация, то есть отделение рода. На макроуровне аккультурация может действовать на всю политику иммиграции.

3. Маргинализация. Эта стратегия характеризуется выступлениями против большего общества, чувством отчуждения, потерей идентичности и тем, что называется аккультурационным стрессом. Опция обозначена как маргинализация, при которой группы теряют культурный и психологический контакт, как со своей традиционной культурой, так и с культурой большего общества (либо путем исключения, либо путем отказа). Такая форма аккультурации порождает классическую ситуацию маргинальности. При маргинализации человек отрицает и иную, и свою культуру. В этой ситуации иммигрант восхваляет принципы родины, но все-таки, он не хочет соблюдать их. С другой стороны, иммигрант хочет оставить привычки своей культуры, с другой стороны, хочет держаться за них. Маргинализация делает идентичность иммигранта тонкой. При маргинализации человек теряет свою культуру, но не устанавливает контактов с другой культурой. В случаях, где у иммигранта нет средств или желания сохранить свою самобытную культуру одновременно с этим, у него нет заинтересованности или возможности поддерживать отношения с представителями властной культуры, вероятность маргинализация большая.

4. Интеграция. Интеграция подразумевает как сохранение некоторой культурной целостности группы (то есть реакция на перемены или некоторое сопротивление переменам), так и стремление стать неотъемлемой частью большего сообщества (то есть некоторое приспособление). Поэтому, в случае интеграции, выбор падает на сохранение культурной идентично-

сти и присоединение к доминирующему обществу. Когда такая стратегия широко распространяется, тогда появляется несколько разных этнических групп, которые сотрудничают внутри большей социальной системы.

Тогда, когда у иммигранта существует заинтересованность в сохранении первоначальной культуры и в то же время он общается с новой культурой и другими группами, выбором становится стратегия интеграции. В интеграции иммигрант приспосабливается жить между господствующей и родной культурой. В результате рождается успешный мультикультурализм. Это означает, что иммигрант сохранит свои культурные традиции, такие как язык, и культурные связи со своей группой, но также признает и усваивает культуру и нормы большинства. Интеграция возможна, только если господствующая культура открыта к различным культурным группам [J.W. Berry, 2006].

Влияние индивидуальных личностных характеристик на процессы адаптации и аккультурации

Ниже дается обзор основных теорий и эмпирических исследований отношений между личностными характеристиками и аккультурацией иммигрантов.

Возраст. Считается что когда аккультурация начинается рано, например в дошкольном возрасте, то процесс обычно происходит плавно, в то же время если процесс аккультурации началась в более позднем возрасте, Например после выхода на пенсию то существует повышенный риск [Beiser, 1988]

Образование. Высшее образование считается фактором снижения стресса. наличие высшего образования подразумевает навык анализа проблем их решения, а также является предпосылкой к наличию других ресурсов таких как доход профессиональный статус сети поддержки которые являются защитными факторами. [Beiser, 1988, Jayasuriya, 1992]

Социальный статус в стране исхода. Более высокий статус при отъезде из страны исхода ведет к риску обесценивания этого статуса по прибытии, приводящий к потере статуса. Часто связано из различий в квалификации, и недостаточным владением местным языком. В таком случае основная цель миграции- повышение уровня жизни – сводится на нет, что приводит к риску развития депрессии [Beiser, Johnson, Turner, 1993].

Уровень мотивации и ожиданий. Рассматривая мотивацию, лежащую в основе поведения иммигрантов, ученый Ким обнаружил, что у людей с мотивацией выдавливания (push) включая вынужденную миграцию было больше проблем процессе психологической адаптации. Однако, те, кто использовал мотивы притяжения (pull), имели примерно столько же проблем: возможно они имели завышенные или нереальные ожидания относительно жизни в новом месте которые могли не оправдаться и привели к сильному стрессу. Убеждения о себе почти всегда подчиняются мотивирующим силам. Мотивация изучалась с разных точек зрения и классифицировалась по-разному [Higgins & Kruglanski, 2000]. Так, теория, разработанная и введенная в действие Макклелландом (1987), подчеркивала три потребности: потребность во власти, потребность в принадлежности и потребность в достижениях. Бонева и Хансон Фриз (2001) предполагают, что люди, решившие эмигрировать, обладают определенным набором мотивационных потребностей, которые отличают их от тех, кто не намерен эмигрировать. Эти авторы показали, что те, кто хотят эмигрировать, имеют более высокую мотивацию достижения и власти, но более низкую мотивацию принадлежности. Людей может привлекать иммиграция, потому что они хотят для себя лучших возможностей: они хотят испытать собственные силы, а также хотят избежать рутины. Кроме того, те, у кого сильная мотивация, более склонны идти на риск в достижении своих целей, чтобы быть узнаваемыми и произвести впечатление на других. Тартаковский и Шварц [Tartakovsky E., Schwartz S.H., 2001] предложили другую концептуализацию мотивации эмиграции: безопасность (физическая, социальная и психологическая безопасность), саморазвитие (личностный рост способностей, знаний и навыков) и материальные блага (финансовое благополучие, богатство). Эта концептуализация может быть связана

с дискурсом самосовершенствования, упомянутым выше. Эти авторы не только подтвердили относительную важность мотивации в прогнозировании групповой идентификации, субъективного благополучия и экономического положения иммигрантов, но и в определении первого шага иммиграционного процесса: решения об эмиграции.

Культурная дистанция определяет, насколько принимающая и изначальная культуры различны в языке, религии, традициях и так далее. Общий вывод заключается в том, что чем больше культурные различия тем сложнее проходит адаптация.

Самосознание и самооценка. Положительное самосознание может стать ценным ресурсом для преодоления стрессов и неудач, тогда как негативные взгляды на себя связаны с проблемами восприятия, депрессией и другими проблемами. Самооценка является оценочным аспектом рефлексивного сознания и является своего рода ресурсом, который позволяет людям продолжать нормально функционировать перед лицом неудач и других проблем. С этой точки зрения, люди, которые думают о себе хорошо, имеют больше ресурсов, чем люди, которые думают о себе плохо. Поэтому неудивительно, что чувство собственного достоинства становится сильным предиктором адаптации среди иммигрантов (Валентин, 2001). Сэм и Вирта (2003) исследовали эту концепцию в трех группах иммигрантов (чилийцы, турки и вьетнамцы) в Норвегии и Швеции и обнаружили, что наличие интегрированного или двукультурного опыта социального взаимодействия связано с более высокой самооценкой. Поддержание хорошей самооценки – это постоянное усилие в чужой стране, но это очень важно, потому что чем больше человек ценит себя, тем больше вероятность того, что он приложит дополнительные усилия для адаптации. Иммигранты сталкиваются со многими ситуациями (например, предрассудками и дискриминацией [Sam & Virta, 2003] и нисходящей мобильностью, которые могут угрожать их самооценке. Большая часть исследований в области социальной психологии основывается на предположении, что люди мотивированы для защиты и повышения своей самооценки. Было выдвинуто предположение, что иммигранты будут использовать различные стратегии для достижения позитивной самооценки и / или сохранения своей самооценки. Это может быть достигнуто либо путем позитивной интерпретации их миграционного опыта в условиях суровых условий жизни и работы, либо путем благоприятных сравнений с принимающими гражданами и соотечественниками. В исследовании, посвященном албанским и польским иммигрантам в Италии [Kosic & Triandafyllidou, 2002], результаты показывают, что для молодежи миграция понимается и переживается как в отношении экономического положения, так и в отношении личных достижений. Эти иммигранты изначально рассматривали миграцию и общение с другими культурами как возможность путешествовать и узнавать о других обществах. Однако для многих молодых албанцев и поляков «путешествия» и «обучение» остались мечтой или иллюзией, и они оказались в ловушке низкооплачиваемой низкооплачиваемой работы. В качестве стратегии сохранения своей самооценки они использовали переосмысление ситуаций. Неприятные, низкооплачиваемые и нерегулярные работы рассматривались как часть «цены», которую нужно было заплатить за будущие пособия. Таким образом, несмотря на трудности, многие иммигранты считают миграционный опыт положительным, поскольку он позволяет им улучшить свое финансовое положение и положение своей семьи. Более того, они связывают опыт миграции с позитивным личностным развитием, связанным с изменениями и зрелостью. Поэтому кажется, что иммигранты предпочитают представлять себя не как «жертвы», а как личности, у которых есть обязанности, и которые могут опираться на богатый культурный и личный опыт при определении себя. Это, вероятно, помогает им осмыслить свой мир и в то же время защитить свою самооценку.

Копинг-стратегии могут быть определены, как когнитивные и поведенческие усилия, которые человек использует для уменьшения последствий стресса [Lazarus & Folkman, 2014]. Проблемно-ориентированные стратегии направлены на решение проблемы (делать что-то, чтобы изменить источник стресса, пытаясь решить проблему), тогда как эмоционально-ори-

ентированные стратегии направлены на снижение уровня эмоционального стресса, связанного со стрессовой ситуацией (фокус на выражение напряженности и разочарования, проветривать чувства, контролировать себя и т. д.). Эндлер и Паркер (2004) определили третью стратегию: преодоление, ориентированное на избегание (отвлечение и пассивность). Эмпирические данные, представленные Шмитцем (2002), указывают на то, что эти процессы когнитивной оценки являются центральными промежуточными переменными в аккультурации иммигрантов. Более того, в другом исследовании Schmitz (2002) показали, что стратегии аккультурации в значительной степени коррелировали со способностями справляться с задачами, эмоциями и избеганием. Интеграция была положительно связана с ориентацией на задачи, ассимиляция положительно связана как с ориентацией на задачи, так и с эмоциями, но отрицательно связана с ориентацией на избегание, тогда как разделение положительно коррелировало с преодолением эмоций и избегания. В других исследованиях сообщалось о дальнейших доказательствах тесной связи между стратегиями аккультурации и поведением совладания [Kosic, 2004]. Используя пересмотренную версию шкалы Эндлера, это исследование показало, что отношения с принимающей группой также были отрицательно связаны с избеганием и эмоциональным преодолением, а также положительно связаны с проблемно-ориентированным преодолением. С другой стороны, поддержание своей первоначальной культуры было положительно связано как с эмоциональным, так и с проблемно-ориентированным преодолением.

Уровень тревожности. В нескольких исследованиях тревожность рассматривалась как фактор, который может влиять на процесс адаптации. Роккас и Брюер (2002) обнаружили, что беспокойство может быть вредным для выполнения задач, когда требуется внимание и преднамеренные усилия, как в случае изучения иностранного языка. Исследования чаще всего рассматривают тревогу как результат аккультурации. Нет сомнений в том, что иммигранты сталкиваются с различными стрессорами в процессе адаптации к новому обществу. Иммигрант сталкивается с проблемами в поиске работы и жилья, приобретении нового языка, работе с иммиграционными правилами и полномочиями, адаптации к другой системе образования, работе с другой системой ценностей, убеждений и обычаев и так далее.

Потребность когнитивного закрытия. Исследования обнаружили тесную связь между «потребностью в когнитивном закрытии» (NCC) и аккультуративным стрессом и тревогой. NCC определяется как стремление получить твердый ответ на вопрос и неприятие двусмысленности, Webster and Kruglanski [Kruglanski & Webster, 1996], предположили, что NCC изменяется по континууму от высокого NCC на одном конце до высокой необходимости избегать закрытия на другом. Исследования (Kosic, 2002) показали, что иммигранты с высоким NCC страдают от большего стресса, выраженного в виде эмоционального расстройства и психосоматических симптомов. Другой аспект, получивший значительное внимание в межкультурных исследованиях личности и адаптации [Ward, 2001], называется внешним локусом контроля – это обобщенное ожидание того, что результаты определяются внешними силами, такими как могущественные другие, удача или судьба (например, плохой гороскоп), и это противоположно внутреннему локусу контроля, который является обобщенным ожиданием того, что результаты зависят исключительно от человека и его собственной инициативы. Различные исследования последовательно демонстрируют, что внутренний локус контроля способствует межкультурной адаптации иммигрантов, тогда как внешний локус связан с симптомами психологического стресса [Ward, Chang & Lopez-Nerney, 1999; Ward & Kennedy, 1992]. Мы должны упомянуть, что некоторые иммигранты происходят из культур, которые традиционно «подпитывают» более фаталистическое объяснение событий, которые могут ослабить их восприятие уверенности в себе и контроля над событиями.

Психологическая дифференциация. Берри (1976) предсказал, что каждый человек будет испытывать культурное влияние в разной степени, в зависимости от его уровня психологической дифференциации. К высоко дифференцированным индивидам относятся те, кто неза-

висим от событий окружающей среды и способен отделить себя от социального контекста. С другой стороны, люди, которые менее дифференцированы, имеют зависящий от окружения когнитивный стиль и, следовательно, ограниченные аналитические и структурирующие навыки восприятия и познания, могут быть предрасположены к зависимости от событий окружающей среды. В своем исследовании Witkin и Berry (1975) обнаружили, что те люди, которые были высоко дифференцированы, были в состоянии поддерживать себя в условиях перемен и, следовательно, подвергались меньшему стрессу, в то время как те, кто был менее дифференцирован, были больше вовлечены в культурные изменения и тем самым перенесли больший стресс.

Экстраверсия. Из различных индивидуальных аспектов, относящихся к ориентации на других, большое внимание в межкультурных исследованиях было сосредоточено на экстраверсии. Экстраверсия относится к тому, как люди выражают себя, и, несомненно, одной из важных задач для иммигранта является создание и развитие новых социальных контактов. Как полагают Маккрэй и Коста (1997), люди, занимающие эту черту, имеют тенденцию получать удовольствие от общения с другими. Тем не менее, исследования в этой области дали противоречивые результаты [Ward, 2001]. Исследователи обнаружили положительные, отрицательные и незначительные связи между экстраверсией и адаптацией иммигрантов [Ones & Viswesvaran, 1999]. По мнению некоторых исследователей, экстраверсия включает в себя способность устанавливать межличностные отношения с другими, в том числе с принимающими гражданами. Таким образом, установление дружеских отношений с принимающими гражданами способствует социальному обучению навыкам, связанным с культурой, облегчая межкультурную адаптацию. Тем не менее, следует помнить, что некоторые доминирующие культуры предпочитают интровертные качества.

Барьеры кросс-культурной коммуникации, возникающие в процессе адаптации

Коммуникация лежит в основе межкультурных контактов, и для эффективного межкультурного обмена требуются знание языка, а также знание культурных различий. Умелое социальное взаимодействие также требует знания и умения в правилах и условиях социального общения в определенном культурном контексте. Наконец, социокультурная адаптация требует понимания соответствующих норм и ценностей. Это не означает, что временный житель или иммигрант должны принять на вооружение новый набор ценностей, чтобы приспособиться к новой культуре, но они должны знать о ценностных различиях и иметь поведенческие стратегии для эффективного решения этих проблем. Далее дается краткий обзор некоторых межкультурных различий, которые могут служить барьерами для эффективной коммуникации, позитивных социальных отношений и более широкой социокультурной адаптации.

Различия в языке. Знание языка, на котором говорят в принимающем сообществе, играет центральную роль в процессе культурного обучения, поскольку язык рассматривается в качестве основного средства передачи культурной информации. Поскольку изучение языка и культуры тесно связано, неправильное общение, скорее всего, приведет к тому, что мигранты и временные жители не приобретут хотя бы некоторые базовые устные навыки.

Различия в невербальном общении. Межкультурная компетенция и культурное обучение требуют не только изучения языка, а грамотное общение требует от ученика решения ряда проблем. Например, социальные прагматические различия могут привести к сбоям в общении. Таким образом, хотя беглость речи является важной частью общения, невербальные формы общения также важны в процессе межкультурного общения.

Существуют многочисленные аспекты невербального общения, в том числе такие виды деятельности, как специфические для культуры жесты, демонстрация взгляда, принятие предпочтительных поз тела, выражение эмоций и выполнение ритуальных процедур, таких как приветствие и отпуск. Такие невербальные действия часто несут неявные сообщения, которые определяют природу отношений внутри культуры, и эти сообщения могут широко

варьироваться в разных культурах. Во многих отношениях изучение невербальных форм общения может представлять большую сложность для культурных путешественников, чем достижение языковой беглости, поскольку зачастую трудно получить эвристические знания, встроенные в культуру. Поскольку невербальное поведение необходимо для эффективного межкультурного общения, важно, чтобы оно соответствовало культурным ожиданиям. Действительно, экспериментальные исследования межкультурного взаимодействия показали, что культурно-конгруэнтные невербальные модели поведения являются более мощным предиктором межличностного влечения, чем этническая принадлежность [Dew & Ward, 1993].

Невербальные формы общения заметно различаются между культурами, и эти различия часто способствуют межкультурному недопониманию. Например, культуры могут отличаться в том, как они отображают физический контакт, взаимный взгляд и жесты [Argyle, 1975, 1982]. Люди из культур с высоким уровнем контакта, таких как культуры Южной Европы и Латинской Америки, имеют небольшие области межличностного пространства и часто общаются, в то время как представители культур с низким уровнем контакта, таких как восточноазиатские общества, кажутся менее интимными. Когда люди из культур с высоким и низким уровнем контакта встречаются, первое может восприниматься как навязчивое, а второе, скорее всего, воспринимается как холодное и недружественное.

Различия во взглядах и жестах. Когда происходят межкультурные взаимодействия, люди из культур с высоким взглядом могут рассматриваться как неуважительные или угрожающие, тогда как люди из культур с низким взглядом могут восприниматься как невежливые, скучающие или нечестные. Арабы и представители латиноамериканских культур демонстрируют сравнительно высокую частоту взаимного взгляда, в то время как европейцы демонстрируют меньшую частоту. Что касается культурных различий, связанных с жестами тела, то, как известно, латиноамериканские культуры очень выразительны, в то время как скандинавы мало используют жесты. Значение и значение жестов также различаются между национальными и культурными группами. На более общем уровне существуют межкультурные различия в предпочтениях или предпочтениях позы тела. Так, японцы предпочитают закрытые позы, в то время как американцы склонны более позитивно реагировать на людей с открытыми позами [McGinley, Blau & Takai, 2004].

Различия в правилах и ценностях. В дополнение к культурно несопоставимому невербальному поведению, правила, регулирующие межличностное поведение, являются основным источником трудностей в межкультурном взаимодействии. Многие из различий в правилах и соглашениях были более широко связаны с межкультурными различиями в ценностях, в частности, индивидуализм-коллективизм и дистанция власти [Hofstede, 2000]. Члены индивидуалистических культур рассматривают человека как основную ячейку социальной организации, в отличие от членов коллективистских культур, которые подчеркивают значение большей группы. Индивидуалисты идиоцентричны; они ценят автономию, уникальность и «выделение». Коллективисты, с другой стороны, ценят «подгонку», нахождение и поддержание своего места среди других [Triandis, 1989]. Теория и исследования предполагают, что люди из индивидуалистических обществ, таких как Соединенные Штаты, предпочитают прямолинейность, принимают более длительные и неравномерно распределенные повороты в разговоре, говорят громче и более охотно выражают негативные эмоции публично. Поскольку коллективисты, особенно люди из восточноазиатских обществ, в большей степени гармонируют с группами ценностей и спасают лицо, они менее охотно участвуют в действиях, которые могут рассматриваться как разрушительные для большей группы. Следовательно, они часто выглядят более сдержанными в социальных взаимодействиях. Азиатские тонкости и косвенность часто интерпретируются западниками как непостижимость. Это усугубляется тем фактом, что во многих азиатских странах слово «нет» редко используется в ответ на запрос, поэтому ответ «да» может фактически означать «нет» или «возможно».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.