

УДК 316.61

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ  
ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ОБРАТНОГО КУЛЬТУРНОГО ШОКА

*Г.А. Азбергена, С.В. Дорохова*

Рассматриваются психологические факторы адаптации личности при возвращении на родину после длительного проживания за границей.

*Ключевые слова:* обратный культурный шок; социально-психологическая адаптация личности; стратегии личностной адаптации; визитер.

---

RESEARCH OF PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ADAPTATION OF PERSONALITY  
IN THE CONDITIONS OF REVERSE CULTURE SHOCK

*G.A. Azbergenova, S.V. Dorokhova*

Psychological factors of adaptation of personality at a return on a motherland after the protracted residence abroad are considered.

*Key words:* reverse culture shock; social-psychological adaptation of personality; strategy of personality adaptation; visitor.

Феномен обратного культурного шока сопровождается процессом возвращения на родину индивида после длительного пребывания за рубежом. Несмотря на то, что многие студенты, туристы, командированные и т. п. указывают на то, что, возвращаясь домой после длительного проживания в другой стране в связи с обучением, профессиональной деятельностью, туризмом и пр., чувствуют беспокойство, тревогу, тоску, апатию, раздражительность и другие негативные эмоции, научное исследование этого феномена проводилось достаточно редко и в подавляющем большинстве зарубежных исследованиями. В отечественных исследованиях данная проблематика не представлена.

Целью данного исследования является рассмотрение основных факторов, которые могут способствовать либо, напротив, препятствовать развитию признаков обратного культурного шока. Их выявление может стать основой разработки психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, с помощью которых будет значительно снижена опасность развития негативных последствий адаптации визитеров на родине.

К.Ф. Gaw [1] определяет обратный культурный шок как процесс реадaptации, реаккультурации и реассимиляции в свою собственную культуру по-

сле проживания в другой культуре в течение значительного промежутка времени. D.A. Meintel [2], R.M. Wielkiewicz и L.W. Turkowski [3] полагают, что отличительной особенностью возвращения на родину является потеря ориентации, когда, сформировав определенную систему ценностей за границей, визитеры, возвращаясь домой, обнаруживают, что они уже “не идут в ногу” со своей родной культурой. Они обнаруживают, что изменились.

J.S. Seiter и D. Waddell [4] полагают, что помимо изменений в себе визитеры замечают и изменения, происходящие в родной культуре, и это усиливает ощущение дистанционности и отстраненности.

В исследовании R.M. Wielkiewicz и L.W. Turkowski [3] отмечается, что при опросе визитеров, недавно вернувшихся домой после длительного пребывания за границей, отрицательная реакция на родную культуру была одной из наиболее часто обсуждаемых тем. Авторы также указывают на то, что многие респонденты отметили ухудшение личных взаимоотношений с друзьями и родными после возвращения из-за рубежа.

**Методика.** В данной статье анализу подвергаются психологические факторы адаптации личности в условиях обратного культурного шока.

Таблица 1 – Средние данные по методике УСК в трех группах испытуемых

Шкалы методики УСК	Группа 1 (n=98)	Группа 2 (n=56)	Группа 3 (n=26)
	M±m	M±m	M±m
Общая интернальность	5,31±0,15	4,28±0,12	4,22±0,1
Интернальность в области достижений	5,9±0,2	5,08±0,29	6,2±0,25
Интернальность в области неудач	4,72±0,16	4,36±0,24	3,41±0,24
Интернальность в области производственных отношений	5,23±0,18	5,04±0,42	4,4±0,16
Интернальность в области семейных отношений	4,17±0,29	4,18±0,32	3,9±0,15
Интернальность в области межличностных отношений	6,31±0,27	4,9±0,49	4,3±0,42
Интернальность в области здоровья	4,4±0,86	4,7±0,16	3,7±0,36

Экспериментальная выборка составила 180 человек – студентов и магистрантов, прошедших за рубежом не менее года и не более трех лет, в возрасте 20–35 лет, различной половой и этнической принадлежности. Первоначально испытуемым была предложена авторская анкета, включающая основные признаки обратного культурного шока. В зависимости от количества и степени выраженности этих признаков выборка испытуемых была разделена на три группы. Первую группу составили визитеры с низким уровнем выраженности признаков обратного культурного шока (98 человек). Вторую группу составили испытуемые со средним уровнем выраженности признаков обратного культурного шока (56 человек). В третью группу вошли испытуемые с высоким уровнем выраженности показателей обратного культурного шока (26 человек).

*Гипотезой* данного исследования выступило предположение о том, что степень выраженности и длительность протекания обратного культурного шока зависят от некоторых психологических факторов (личностные особенности, мотивационно-потребностная сфера личности).

Психологические факторы адаптации личности к условиям обратного культурного шока проверялись при использовании методики УСК Дж. Роттера в адаптации Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда [5] и ИТО Л.Н. Собчик [6], а также методики диагностики степени удовлетворенности основных потребностей [5].

Целью использования методики УСК была необходимость проверки предположения, что уровень субъективного контроля визитера (экстернальный и интернальный) может оказывать влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока. Результаты, полученные с помощью данной методики в выделенных группах испытуемых, представлены в таблице 1.

Как следует из таблицы 1, у визитеров первой группы наблюдаются более высокие показатели по шкале интернальности в области достижений (5,9) и по шкале интернальности в области меж-

личностных отношений (6,31). При этом самый низкий уровень интернальности касается области семейных отношений (4,17). По-видимому, испытуемые, принимая решение об участии в программах международного обмена и, соответственно, получая опыт самостоятельной жизни, начинают чувствовать себя более независимыми и уверенными в своих силах, что приводит к усилению ответственности за свои достижения. Интернальность в области межличностных отношений может быть связана с успешным опытом установления контактов с окружающими как на родине, так и за рубежом. Общий показатель интернальности у них находится на среднем уровне (5,31), что говорит о нахождении разумной середины между принятием ответственности за свои действия, решения и поступки, с одной стороны, и умением признавать влияние факторов – других людей, случайности, которые невозможно контролировать и т. п. – с другой.

В группе визитеров второй группы общий уровень интернальности ниже среднего (4,28), т. е. они характеризуются экстернальностью. Самый высокий показатель набран в области достижений (5,08), самый низкий уровень интернальности – в области семейных отношений (4,18).

В группе визитеров третьей группы общий уровень интернальности ниже среднего (4,22), т. е. они характеризуются экстернальностью. Самый высокий показатель набран в области достижений (6,2), самый низкий уровень интернальности – в области неудач (3,41).

При этом между тремя группами испытуемых выявлены достоверные различия по некоторым шкалам методики УСК. Прежде всего, выявлены достоверные различия по шкале общей интернальности ( $U = 312$  при  $p \leq 0,05$ ): визитеры первой группы характеризуются более высоким уровнем общей интернальности по сравнению с визитерами третьей группы, то есть они принимают на себя большую ответственность за события, происходящие с ними.

Также выявлены достоверные различия между второй и третьей группой испытуемых по шкале интернальности в области достижений ( $U=318$  при  $p \leq 0,05$ ): визитеры третьей группы принимают ответственность на себя при достижении успеха в большей степени, чем визитеры второй группы.

Достоверные различия между первой и третьей группой испытуемых выявлены также по шкале интернальности в области неудач ( $U=324$  при  $p \leq 0,05$ ): визитеры третьей группы в гораздо меньшей степени готовы принимать на себя ответственность за свои неудачи и ищут виноватых либо среди окружающих, либо видят в этом случайность, судьбу, невезение и пр., в отличие от визитеров первой группы.

Достоверные различия между первой и третьей группой испытуемых выявлены также по шкале интернальности в области межличностных отношений ( $U=407$  при  $p \leq 0,01$ ): визитеры первой группы принимают на себя ответственности за установление и характер межличностных отношений с другими людьми в большей степени, чем визитеры третьей группы.

Таким образом, локус субъективного контроля оказывает влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока. Прежде всего, речь идет об общей интернальности, интернальности в области неудач, а также интернальности в области межличностных отношений. Чем выше эти показатели, тем менее выражены признаки обратного культурного шока.

Целью использования методики диагностики степени удовлетворенности основных потребностей явилась необходимость проверить предположение о том, что особенности мотивационно-потребностной сферы визитеров могут оказывать влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока. Результаты, полученные с помощью данной методики в выделенных группах испытуемых, представлены в таблице 2.

Как следует из таблицы 2, для визитеров первой группы характерна достаточно высокая степень удовлетворенностью своей жизнью в целом. В зоне удовлетворения находятся материальные потребности (12,2), социальные потребности (13,4), потребность в признании (9,1) и в самовыражении (8,6). В зоне частичной неудовлетворенности находятся потребности в безопасности (16,4). Это может быть связано с тем, что приезд на родину после длительного отсутствия вызывает у испытуемых некоторое беспокойство по поводу того, как они теперь будут устраивать свою жизнь, что их ожидает в будущем.

Для визитеров второй и третьей группы характерна частичная неудовлетворенность своей

жизнью в целом. Все базовые потребности, за исключением материальных, находятся у них в зоне частичной неудовлетворенности.

Кроме того, между группами испытуемых выявлены достоверные различия по степени удовлетворенности базовых потребностей.

Прежде всего, выявлены достоверные различия по степени удовлетворенности потребности в признании между первой и второй ( $U=340$  при  $p \leq 0,05$ ), первой и третьей группами ( $U=318$  при  $p \leq 0,05$ ): у визитеров второй и третьей группы степень удовлетворенности этой потребности достоверно ниже, чем у визитеров первой группы.

Между первой и второй ( $U=324$  при  $p \leq 0,05$ ), первой и третьей группами ( $U=312$  при  $p \leq 0,05$ ) испытуемых выявлены достоверные различия по степени удовлетворенности потребности в самовыражении: у визитеров второй и третьей группы степень удовлетворенности этой потребности достоверно ниже, чем у визитеров первой группы.

И, наконец, выявлены достоверные различия между первой и второй ( $U=310$  при  $p \leq 0,05$ ), первой и третьей ( $U=316$  при  $p \leq 0,05$ ) группами испытуемых по общей удовлетворенности своей жизнью: визитеры первой группы в большей степени удовлетворены своей жизнью, чем визитеры второй и третьей группы.

Таким образом, нахождение за рубежом способствовало удовлетворению базовых потребностей визитеров первой группы, что стало для них ресурсом возвращению на родину. У испытуемых со средним и высоким уровнем выраженности признаков обратного культурного шока присутствует частичная неудовлетворенность потребности в признании и в самовыражении, что может стать фактором риска: не получив удовлетворения этих потребностей за рубежом, визитеры, вероятно, попытаются удовлетворить их дома, доказывая, например, что они больше знают, лучше умеют что-то делать, обладают большим опытом и пр., что может привести к отчуждению между ними и окружающими их людьми и затруднить адаптацию.

Целью использования методики ИТО явилась необходимость проверить предположение о том, что некоторые индивидуально-типологические особенности личности могут оказывать влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока. Результаты, полученные с помощью данной методики в выделенных группах испытуемых, представлены в таблице 3.

Как следует из таблицы 3, у визитеров первой группы все показатели находятся в пределах нормы. При этом близкими к акцентуированности являются экстраверсия (4,8) и лабильность (4,6).

Таблица 2 – Средние данные по методике диагностики степени удовлетворенности основных потребностей в трех группах испытуемых

Базовая потребность	Группа 1 (n=98)	Группа 2 (n=56)	Группа 3 (n=26)
	M±m	M±m	M±m
Материальные потребности	12,2±1,2	13,8±0,6	12,3±0,5
Потребность в безопасности	16,4±0,4	18,6±0,1	18,1±0,5
Социальные потребности	13,4±1,2	16,1±0,6	18,4±0,5
Потребность в признании	9,1±0,5	18,6±0,3	19,4±0,3
Потребность в самовыражении	8,6±0,4	17,4±0,6	19,3±0,6
Степень удовлетворенности жизнью	11,94±0,5	16,9±0,3	17,6±0,6

Таблица 3 – Средние данные по методике ИТО в трех группах испытуемых

Шкалы методики	Группа 1 (n=98)	Группа 2 (n=56)	Группа 3 (n=26)
	M±m	M±m	M±m
Экстраверсия	4,8±0,3	2,3±0,23	5,4±0,15
Спонтанность	4,4±0,29	3,1±0,4	7,2±0,4
Агрессивность	4,4±0,23	5±0,24	5,3±0,3
Ригидность	3,1±0,3	6,2±0,32	3,4±0,3
Интроверсия	4±0,29	5±0,3	5,6±0,32
Сензитивность	2±0,23	6,4±0,41	6,5±0,35
Тревожность	3,5±0,22	6,5±0,3	5,2±0,3
Лабильность	4,6±0,32	6,4±0,2	6±0,28

Это означает, что испытуемые первой группы отличаются открытостью, вовлеченностью в мир отношений с людьми, умеренной спонтанностью и гибкостью, защитной агрессивностью, некоторой изменчивостью настроения. У испытуемых второй группы все показатели находятся на уровне акцентуации, но не выходят за границы нормы, за исключением экстраверсии (2,3) и спонтанности (3,1). У испытуемых третьей группы все показатели, кроме ригидности, находятся на уровне акцентуированности, а показатель “спонтанность” превышает норму (7,2). Это означает, что для испытуемых этой группы характерна непродуманность в высказываниях и поступках.

Между тремя группами испытуемых выявлены достоверные различия по некоторым шкалам. У визитеров первой группы в меньшей степени выражена сензитивность по сравнению с визитерами второй и третьей группы ( $U=407$  при  $p \leq 0,01$  и  $U=415$  при  $p \leq 0,01$  соответственно), т. е. они в меньшей степени склонны к пессимизму в оценке окружающих событий и менее впечатлительны; также у них меньше выражена тревожность по сравнению с испытуемыми второй и третьей группы ( $U=410$  при  $p \leq 0,01$  и  $U=430$  при  $p \leq 0,01$  соответственно), т. е. они в меньшей степени ощущают себя незащищенными, меньше беспокоятся и тревожатся без повода; меньше выражена лабильность по сравнению с испытуемыми второй и третьей

группы ( $U=428$  при  $p \leq 0,01$  и  $U=435$  при  $p \leq 0,01$  соответственно), т. е. они менее склонны к изменчивости настроения, мотивационной неустойчивости, сентиментальности.

Во второй группе испытуемых присутствует внутренний конфликт при одинаковой выраженности качеств “ригидность” и “лабильность”. Это отражается в том, что, с одной стороны, у них присутствует повышенное стремление к отстаиванию своих взглядов и принципов, критичность в отношении иных мнений, а с другой, эмотивность, выраженная изменчивость настроения, мотивационная неустойчивость. У них в большей степени выражена ригидность по сравнению с испытуемыми первой и второй группы ( $U=422$  при  $p \leq 0,01$  и  $U=430$  при  $p \leq 0,01$  соответственно), т. е. они отличаются инертностью установок, субъективизмом, повышенным стремлением к отстаиванию своих взглядов и принципов, критичностью в отношении иных мнений.

У испытуемых третьей группы также выявлен внутренний конфликт, поскольку одинаково выраженными оказались качества “спонтанность” и “сензитивность”. Это указывает на то, что испытуемые сначала могут непродуманно действовать, говорить что-то, не подумав, а потом долго анализируют свои слова, расстраиваются, если обидели кого-то, мысленно проигрывают уже прошедшую ситуацию, т. е. происходит застревание на неприятных инцидентах. У них в большей

степени выражена спонтанность по сравнению с испытуемыми первой и третьей группы ( $U=420$  при  $p \leq 0,01$  и  $U=425$  при  $p \leq 0,01$  соответственно), т. е. они отличаются непродуманностью в высказываниях и поступках.

Таким образом, индивидуально-типологические особенности визитеров могут оказывать влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока. Речь идет не столько о чертах личности, сколько о степени их акцентуированности, а также о наличии внутриличностного конфликта.

Проведенное психодиагностическое исследование подтвердило выдвинутую нами гипотезу о том, что уровень субъективного контроля, особенности мотивационно-потребностной сферы, а также индивидуально-типологические особенности визитеров могут оказывать влияние на степень выраженности признаков обратного культурного шока, а на успешность социально-психологической адаптации личности.

#### Литература

1. Gaw K.F. Reverse culture shock in students returning from overseas // *International Journal of Intercultural Relations*. 2000. 24. P. 83–104.
2. Meintel D.A. Strangers, Homecomers and Ordinary Men // *Anthropological Quarterly*. 1973. 46(1). P. 47–58.
3. Wielkiewicz R.M., Turkowski L.W. Reentry Issues Upon Returning From Study Abroad Programs // *Journal of College Student Development*. 2010. 51 (6). P. 649–664.
4. Seiter J.S., Waddell D. The Intercultural Reentry Process: Reentry Shock, Locus of Control, Satisfaction, and Interpersonal Uses of Communication // *Conference Paper, Annual Meeting of the Western Speech Communication Association*. Washington: Spokane, 1989.
5. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности: учеб. Пособ. / А.А. Реан. СПб.: изд-во СПб. ун-та, 2001. 224 с.
6. Собчик Л.Н. Психодиагностика в медицине: практическое руководство / Л.Н. Собчик. Боргес, 2007. 416 с.