

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ В ОСВОЕНИИ «ЧУЖОЙ КУЛЬТУРЫ» – «КУЛЬТУРНЫЙ ШОК»

На сегодняшний день многие исследователи направили свои усилия на осознание и раскрытие проблем аккультурации и адаптации. Известно множество отечественных и зарубежных научных трудов посвящённых этой теме. Исходя из наблюдений, проблема психологической аккультурации мигрантов занимает лидирующую позицию.

Пребывая в чужой культуре, почти все иммигранты испытывают стрессогенное воздействие новой культуры, нарушение психического здоровья, относительное психическое потрясение. Именно такое состояние принято называть – «культурный шок».

Американский исследователь, антрополог Калерво Оберг впервые употребил термин «культурный шок» в 1954 году.

Различие культур считается центральной проблемой, из-за которой и возникает культурный шок.

Культурный шок можно описать шестью проявлениями:

- тревога, приходящая при понимании культурных различий;
- напряжение связанное с психологической адаптацией;
- чувство потери (общение с друзьями, должность, личный статус);
- состояние одиночества;
- ощущение неполноценности;
- не сбывшиеся надежды, самоутверждение, личная идентификация.

Процесс коммуникации и культурный шок имеют прямую взаимосвязь. Способность распознавать культурные сведения и материалы другого культурного общества, психологическая совместимость с культурными субъектами другой страны, умение правильного понимания и принятия ценностей непохожей культуры и нации – всё это является важнейшей частью в процессе межкультурной коммуникации.

Как показывает практика, существуют самые различные признаки культурного шока. У некоторых культурных субъектов проявляются незначительные эмоциональные расстройства, а у других – серьёзно выраженные нервные срывы и психические нарушения.

Продолжительность явлений культурного шока зависит от индивидуальных особенностей личности и по времени может проявляться в течении месяца либо нескольких лет.

Отметим, что культурный шок имеет не только негативные последствия. Исследователи XXI века рассматривают его как нормальную реакцию, как часть естественного процесса адаптации к новым условиям. Этот процесс позволяет субъекту культуры не только обретать знания о новой культуре и нормах поведения в ней, но способствует культурному формированию и развитию, даже в следствии испытываемого стресса.

Так, канадский психолог Джон Берри даже предложил вместо термина «культурный шок» использовать понятие «стресс аккультурации»: «слово шок ассоциируется только с негативным опытом, а в результате межкультурного контакта возможен и положительный опыт – оценка проблем и их преодоление». [3]

Американский психолог Гарри Триандис выделяет пять этапов процесса адаптации визитёров. [4]

Первый этап – «медовый месяц», характеризуется энтузиазмом, приподнятым настроением и большими надеждами. Действительно, большинство визитёров стремятся учиться или работать за границей. Кроме того, их ждут на новом месте: ответственные за приём люди стараются, чтобы они чувствовали себя «как дома» и даже обеспечивают некоторыми привилегиями.

На втором этапе адаптации непривычная окружающая среда начинает оказывать своё негативное воздействие [1]: «устойчивая печаль, мысли только о родине, нарушенный сон или длительное бодрствование, упадок сил, понижение аппетита и жажды, чувство страха, оцепенение...». [2]

На третьем этапе симптомы культурного шока могут достигать критической точки, что проявляется в серьёзных болезнях и чувстве полной беспомощности.

На четвёртом этапе депрессия медленно сменяется оптимизмом, ощущением уверенности и удовлетворения. Человек чувствует себя более приспособленным и интегрированным в жизнь общества.

Пятый этап характеризуется полной – или долгосрочной, по терминологии Джона Берри, – адаптацией, которая подразумевает относительно стабильные изменения индивида в ответ на требования среды. В идеале процесс адаптации приводит к взаимному соответствию среды и индивида, и мы можем говорить о его завершении. В случае успешной адаптации её уровень сопоставим с уровнем адаптации индивида на родине.

Значительно отличается от описанного выше процесс адаптации переселенцев, ведь им необходимо полностью интегрироваться в культуру – достичь высокого уровня культурной компетентности, полностью включиться в жизнь общества и даже трансформировать социальную идентичность [1].

Срок длительности межкультурной адаптации, а также степень выраженности культурного шока зависит от разных факторов. Исследователи делят факторы на две группы – внутренние (индивидуальные: возраст, пол, черты характера) и внешние (групповые: культурная дистанция; особенности культуры, к которой принадлежат мигранты; условия страны пребывания).

Таким образом, при контакте с чужой культурой происходит ознакомление с новыми художественными ценностями, социальными и материальными творениями, поступками людей, которые зависят от картины мира, ценностных представлений, норм и условностей, форм мышления, характерных другой культуре.

Любая культура имеет большое количество образов и стереотипов поведения, при помощи которых культурный субъект автоматически может действовать в различных условиях и обстоятельствах.

- 
1. Стефаненко, Т. Г. Этнопсихология / Т. Г. Стефаненко. – М. : Институт психологии РАН, «Академический проект», 2000. – 320 с.
  2. Ясперс, К. Ностальгия и преступление // Собрание сочинений по психопатологии: в 2 томах / К. Ясперс. – М. : Издательский центр «Академия»; СПб. : Белый кролик, 1996. – Т. 1.
  3. Berry, J. W. Immigration, acculturation and adaptation // Applied psychology: An international review / J. W. Berry. – 1997. Vol. 46 (1).
  4. Triandis, H. C. Culture and social behavior / H. C. Triandis. – N.Y. etc.: McGraw-Hill, Ш., 1994.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ