Социально- психологическая работа с детьми мигрантами

- **Тема:**
- **Стратегии межкультурной адаптации.**

- Цифра людей по разным причинам меняющих место жительства постоянно увеличивается, и значительную ее часть составляют вынужденные мигранты - беженцы и вынужденные переселенцы, покинувшие родину в результате этнических, религиозных и военных конфликтов.
- Вынужденные мигранты в процессе болезненного переезда и адаптации на новом месте испытывают множество трудноразрешимых экономических, социальных и психологических **проблем**.
- Везде процесс адаптации мигрантов к новой культуре проходил с **большими сложностями**, причем проблемы возникали не только у мигрантов, но и у местных жителей.

- Известно, что в XX веке миграции из стран Азии и Африки в Европу, Северную Америку, Австралию приобрели массовый характер. Поэтому, начиная примерно с 50 - 60 гг., американские, австралийские, английские психологи стали заниматься исследованиями причин и мотивов миграций, психологических проблем адаптации мигрантов к другой культурной и природной среде, изучением психологических особенностей у мигрантов различных поколений.

- **В отечественной науке** вопросы психологии вынужденной миграции до начала 90-х гг., практически не разрабатывались. Главная причина в том, что эта проблема не была у нас актуальна со времен Второй мировой **ВОЙНЫ** (в военное время серьезно заниматься проблемами беженцев было просто невозможно). **Массовое** появление вынужденных мигрантов в пост советском пространстве поставило перед общественностью и социальными науками новую научную и практическую проблему.

- Вынужденная миграция входит в число трудноразрешимых жизненных ситуаций. С полным правом ее можно отнести к числу экстремальных, когда перед личностью ставится проблема совладания со сверхсложными жизненными обстоятельствами, равносильная проблеме выживания. Ситуация вынужденной миграции требует от индивида усилий, которые находятся на границе его адаптивных возможностей или даже превосходят имеющиеся у него резервы.

- Но, с другой стороны, именно высокая интенсивность ощущения опасности и угрозы самому мигранту, а также наиболее значимым для него людям - членам его семьи, определяет выраженное стремление справиться с возникающими трудностями.
- Эти две стороны как раз определяют значимость, востребованность, возможную высокую эффективность профессиональной психологической помощи.

- Выделяют несколько аспектов в переживании ситуации вынужденной миграции.
- **Это миграция как переживание негативных жизненных событий** - потерь, лишений, изменений, происходящих до и во время переселения.
- **Это адаптация мигрантов в новой социокультурной среде:** миграция как переживание перемен и культурных различий и миграция как переживание изоляций и деприваций.

- *Существование на территории России различных категорий вынужденных мигрантов создает необходимость детального изучения и анализа их взаимоотношений с принимающим населением, условий, в том числе психологических, для их адаптации, а также поиска путей принятия мигрантов местными жителями и установления между ними добрососедских отношений.*

- *Место психолога в процессе организации социально-психологической поддержки детей-мигрантов ?*

- **Психолог как 'посредник'** между культурами, должен найти стратегию психологической помощи, при которой бы ослаб или даже совсем исчез барьер 'свои - чужие'. Для этого психолог вынужден вырастить особую посредническую **культуру - культуру толерантности**, позволяющую мигрантам и людям страны, принявшей мигрантов, понять и принять друг друга, а не воспринимать появление мигрантов как нашествие варваров.

- ***Определение толерантности***

- В соответствии с Декларацией принципов толерантности, принятой ЮНЕСКО в 1995 году, толерантность определяется как ценность и норма гражданского общества, проявляющаяся в праве быть различными всех индивидов гражданского общества; обеспечение устойчивой гармонии между различными конфессиями, политическими, этническими и другими социальными группами; уважение к разнообразию различных мировых культур, цивилизаций и народов; готовности к пониманию и сотрудничеству с людьми, различающимися по внешности, языку, убеждениям и верованиям.

- Психолог как 'посредник' должен работать одновременно на два фронта. Если он окажется не в силах помочь преодолеть **мигрантофобию** (страх перед мигрантами) **коренным** жителям, столкнувшимся с мигрантами страны, то риск роста социальной напряженности в стране возрастет. Если же психолог как 'посредник' потерпит неудачу в **общении с мигрантами**, понимании и принятии мигрантами той культуры, в которой они оказались, то мигранты могут выступить как носители группы социального риска.

- Служба психологической помощи мигрантам является службой поддержки разнообразия, службой проектирования культуры толерантности, а не только службой разрешения споров и конфликтов

Миграция как переживание негативных жизненных событий

- *Необходимая вынужденным мигрантам психологическая поддержка не может быть адекватно реализована без работы с их тяжелым жизненным опытом - с переживаниями страданий, потерь, лишений до и во время переселения. В психологии при обсуждении таких переживаний и их отдаленных последствий широко используются два понятия - **'стресс'** и **'травма'**.*

Встреча с новой культурой: вторая стадия травматизации

- Другая культура вынуждает мигранта отказаться от прежнего образа жизни, принять иные социальные нормы, правила и способы поведения. Этот процесс называют **социокультурной адаптацией** (от лат. adaptatio - приспособление).

- **Меняется все:** от природы и климата до одежды и пищи, от социальных, экономических и психологических отношений с миром и другими людьми до отношений в собственной семье. Самая **важная часть изменений** - **культурные:** другой язык, обычаи, традиции, ритуалы, нормы и ценности. В этом чуждом, непонятном мире невозможно не почувствовать себя лишним, никому не нужным скитальцем. *Местные жители с опаской и недоверием принимают приезжих. Невидимые социальные границы изолируют мигрантов, замыкая их в губительном одиночестве. А ведь этим людям, как никому другому, помимо материальной и социальной помощи, так необходимы человеческая поддержка и участие.*

- Даже при благоприятных условиях **адаптация - трудный, стрессогенный процесс.** Адаптация - один из основных критериев разграничения нормы и патологии в психической деятельности человека.

- В качестве основных показателей успешности социокультурной адаптации мигрантов можно выделить следующие:

- -
- -
- -
- -

- установление позитивных связей с новой средой, решение ежедневных житейских проблем (школа, семья, быт, работа),
- участие в социальной и культурной жизни принимающего общества,
- удовлетворительное психическое состояние и физическое здоровье,
- адекватность в общении и в межкультурных отношениях,
- целостность и интегрированность личности.

Гипотеза культурного шока

- Исследователи все больше внимания стали уделять изучению результатов столкновения мигрантов с чужой культурой. Состояние, которое переселенцы нередко испытывали в другой стране, американский антрополог К.Оберг назвал 'культурным шоком', утверждая, что вхождение в новую культуру для каждого человека является запутывающим, смущающим и дезорганизующим переживанием (Oberg, 1960).

- Такое сильное нервное потрясение может произойти под влиянием новых условий, когда сенсорные, символические, вербальные и невербальные системы, бесперебойно обеспечивавшие нормальную жизнь на родине, отказываются адекватно работать.

- Многие исследователи пытались уточнить понимание культурного шока, подчеркивая различные стороны пребывания в другой культуре. Для этого использовались термины '**культурное утомление**' (Guthrie, 1975), '**языковой шок**' (Smalley, 1963), '**ролевой шок**' (Byrnes, 1966) и др. П. Бок описал культурный шок как эмоциональную реакцию, возникающую вследствие неспособности понять, проконтролировать и предсказать поведение других (Bock, 1970). Другие авторы связывали культурный шок с неопределенностью норм и ожиданий и, следовательно, с трудностями контроля над ситуацией и ее прогнозирования.

- В связи с этим возникает **тревожность, замешательство и апатия**, продолжающиеся до тех пор, пока не сформируются новые когнитивные конструкции для понимания другой культуры и выработки соответствующих моделей поведения.

- **Оберг выделял шесть основных психологических признаков культурного шока: напряжение, сопровождающее усилия, необходимые для психологической адаптации.**

- Чувство потери или лишения (статуса, друзей, родины, профессии, имущества).
- Чувство отверженности (неприятие новой культурой) и чувство отвержения (неприятие новой культуры).
- Сбой в ролевой структуре (ролях, ожиданиях), путаница с самоидентификацией, ценностях, чувствах.
- Чувство тревоги, основанное на различных эмоциях (удивление, отвращение, возмущение, негодование), возникающих в результате осознания культурных различий.
- Чувство неполноценности вследствие неспособности справиться с новой ситуацией.

- Однако известно, что некоторые мигранты не ощущают депрессии и тревоги, иногда даже с удовольствием переживают новый опыт и успешно адаптируются к условиям другой культуры с первых дней пребывания.

- Например, П. Адлер (Adler, 1975) и К. Девид (David, 1972) установили, что хотя культурный шок часто ассоциируется с негативными последствиями, он в определенных дозах оказывает **положительное влияние на личностный рост.** Результатом культурного шока может быть приобретение новых ценностей, установок и паттернов поведения. В столкновении с другой культурой индивид получает знания опытным путем, начиная понимать источники своего собственного этноцентризма и приобретая новые взгляды на природу человеческого многообразия.

- **С. Бочнер** в 1982 г. выделил **четыре категории**, которые в настоящее время широко используются для понимания **последствий межкультурных контактов**, а также для описания стратегий межкультурного взаимодействия мигрантов:

- **интеграция - аккомодация** собственных культурных ценностей и ценностей принимающего общества;
- **ассимиляция** - отказ от собственных культурных норм и ценностей и добровольное или вынужденное принятие норм и ценностей другой культуры вплоть до полного в ней растворения;
- **сегрегация** - раздельное существование и развитие культурных групп;
- **геноцид** - намеренное уничтожение другой группы.

- На основе выделенных категорий Бочнер предложил четыре стратегии адаптации в новой культуре:
- 'посредничество': 'посредники' синтезируют особенности двух культур; такая стратегия соответствует процессу интеграции;

- **'переход'**: 'перебежчики' практически переходят в другую культуру, изменяя своей собственной; такая стратегия характерна для процесса ассимиляции;
- **'маргинальный синдром'**: 'маргиналы' остаются на границах двух культур, переживая в результате этого тяжелые внутриличностные конфликты; эта стратегия характерна для процесса сегрегации;
- **'шовинизм'**: 'шовинисты', или 'националисты', отрицают чужую культуру.

- # Стратегии межкультурной адаптации

- Психологи исследуют процесс аккультурации, сосредотачивая усилия не только на ее трудностях, сколько на поиски успешных стратегий адаптации мигрантов к новым жизненным условиям.

- Под **аккультурацией** понимается 'непосредственное взаимодействие групп индивидов, принадлежащих к разным культурам, которое влечет за собой изменения в первоначальных культурных характеристиках одной или обеих групп' (Редфилд (Redfield), Линтон (Linton), и Герцковиц (Herskovits), 1936).

- Эта классификация основана на допущении, что недоминирующие группы и их отдельные члены имеют свободу выбрать свой способ аккультурации

- **Четыре стратегии аккультурации**

Эти стратегии имеют различные названия, в зависимости от того, какой тип группы (доминирующий или недоминирующий) рассматривается в данный момент.

- **Недоминирующим группам**, члены которых не стремятся сохранить культурное своеобразие и ежедневно ищут взаимодействие с другими культурами, соответствует стратегия **Ассимиляция**.
- Напротив, стратегия индивидов, пытающихся сохранить свою исконную культуру и, в то же время, пытающихся избежать влияния других культур, определяется как **Отделение**..

- Когда же речь идет о желании не только сохранить культурную самобытность, но и непрерывно взаимодействовать с другими группами, мы имеем дело со стратегией **Интеграции**. В этом случае сохраняется определенная культурная целостность, а также проявляется стремление участвовать на правах интегрального члена в более широкой социальной сети.

- Наконец, в случае если интерес либо возможность сохранения культуры невелика (часто по причине навязанного отказа от культуры), и заинтересованность в отношениях с другими практически отсутствует (по причине исключения из коллектива или дискриминации) имеет место стратегия **Маргинализации**

- *Отношение индивидов и групп к этим четырем путям аккультурации может меняться, и их фактические модели поведения могут меняться соответственно. Вместе, это отношение и модели поведения составляют то, что называют стратегиями аккультурации (Берри (Berry), 1990). Предпочтения в выборе одной из четырех альтернатив изучаются во многих исследованиях (см. в Берри и др., 1989). Национальная политика и программы могут также служить предметом анализа в рамках этих четырех подходов (Берри, 1990).*

Стресс аккультурации

- В 1974г. канадскими психологами Дж.Берри и Р.Аннис в качестве одного из видов стресса, который испытывают мигранты на новом месте, был описан так называемый '**стресс аккультурации**' (Berry, Annis, 1974).

- В рамках клинического подхода стресс аккультурации рассматривался вначале как форма **аномической депрессии** (аномия - утрата ценностей и норм) (Jiles, 1982). Позже Дж.Вестермайер представил стресс аккультурации как отдельный **синдром, сочетающий в себе депрессивные, параноидные и тревожные симптомы**. Он считал, что при такого рода расстройствах мало эффективны как фармакологические, так и социальные или психологические вмешательства (Westermeyer, 1989).

- *Эти клинические наблюдения подтверждают результаты изучения ностальгии - тоски по родине. Этот термин ввел швейцарский врач И.Хоффер, и психиатры начали изучать это явление еще в XV// веке. На рубеже X/X и XX веков результаты исследований ностальгии обобщил немецкий психиатр и философ **Карл Ясперс.***

- В качестве проявлений стресса аккультурации большинство исследователей и практических психологов называют социальную дезинтеграцию и **личностный кризис**. Привычный социальный порядок и культурные нормы утеряны, и человек может легко растеряться в измененной ситуации.

- На групповом уровне источником тревожности становится тот факт, что в новых условиях не работают прежние схемы властных отношений, общественного порядка и экономические стратегии, а на индивидуальном уровне могут возникнуть враждебность, неуверенность, идентификационная спутанность и депрессия.

- Важно учитывать, что стресс аккультурации накладывается на предшествующий травматический опыт мигрантов, что приводит к их взаимному усилению. Это одна из **основных причин повсеместности ПТСР** среди беженцев и вынужденных переселенцев.

- Исследования Хофстеда по категоризации культур широко известны в кросс-культурной психологии. Хофстед выделил **четыре основных социокультурных измерения:** индивидуализм/коллективизм, маскулинность/феминность, дистанция по отношению к власти и степень избегания неопределенности. Оказалось, что эти социокультурные размеренности достаточно полно характеризуют культурную специфику, в частности, в отношении психотерапии

- **Индивидуализм/коллективизм.** Эта размеренность показывает, в частности, как человек воспринимает себя - как независимое существо или через свою принадлежность к группе. И индивидуализм, и коллективизм присутствует во многих культурах, но различается степень их выраженности. В крайних формах индивидуализм в контексте психотерапии, соответственно, может предполагать в качестве конечной цели взаимодействия 'терапевт-клиент' самоактуализацию последнего, тогда как в коллективистском контексте целью будет установление гармоничных взаимоотношений в терапевтическом контакте.

- От принадлежности мигранта к индивидуалистической или коллективистской культурам зависит оценка его реакции в условиях нового социокультурного окружения. Например, в индивидуалистическом обществе одиночество, вина и отчуждение считаются критериями негативного психического состояния, а в коллективистских культурах конформность и подавление личных стремлений неразрывно связаны с чувством общности.

- **Дистанция власти.** Это измерение отражает значимость власти и природу ее проявления. В культурах со значительной дистанцией власти терапевта и клиента разделяет широкая пропасть: терапевт знает и направляет, а клиент следует, с благодарностью или возмущением, повинуюсь или бунтуя.

- Наоборот, в культурах с низкой дистанцией власти имеется широкое поле для сотрудничества, эгалитарной (равноправной) терапии. Но в тех случаях, когда показана фокусированная, направленная терапия (это важно и при ПТСР), эгалитарная терапия может привести к неудаче.

- Ролевая дифференциация и социальная дистанция в культурах противоположного типа могут быть условием развития интенсивных эмпатичных взаимоотношений, что может обеспечивать быстрый успех при терапии ПТСР.

- **Избегание** неопределенности может препятствовать инновациям, но диктовать уважение к науке, фактам, уверенности и четкости. Культурные терапевтические движения, непроверенные и неподтвержденные методы будут отметаться в культуре, в которой высоко стремление избежать неопределенности.

- Здесь предпочтение отдается биологии, а не психологии, поведенческим методам, а не эмпирической и психоделической терапии. И, наоборот, в культурах с низким избеганием неопределенности будут процветать различные методы самопомощи.

- **Маскулинность/феминность.** Феминность связана с заботой, а маскулинность - с совладанием, и эти две модальности необходимо учитывать при терапевтических вмешательствах в той или иной культуре. В маскулинных культурах можно ожидать нацеленности на восстановление продуктивности и эффективности, тогда как феминные культуры будут направлены на внутренний мир и ориентированы на переживание удовлетворения по отношению к себе и другим, на достижение счастья.