

## СЕКЦІЯ 1 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

### ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ АКУЛЬТУРАЦІЇ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ

### THEORETICAL FUNDAMENTALS OF THE STUDY OF ACCULTURATION AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

*У статті розкривається психологічний підхід до трактування поняття «аккультурація». Теоретичний аналіз наукових досліджень ефективності аккультурації засвідчує, що існує безпосередній взаємозв'язок між адаптацією мігранта в іноетнічному новому середовищі та показниками психічного здоров'я у разі, коли стрес аккультурації є важким і характеризується розгубленістю, депресією, тривожністю тощо.*

*Міграційні процеси розглядаються в контексті адаптації та аккультурації мігранта до нового етнокультурного середовища. Йдеться про зміни в поведінці, цінностях, соціальних установках тощо. У рамках цього дослідження проаналізовано аккультурацію та основні стратегії аккультурації, їхню специфіку та особливості. Характеризуючи основні стратегії аккультурації за Дж. Беррі, розкрито суть асиміляції як орієнтації особистості мігранта на ідентифікацію себе з новим етносередовищем, тобто відбувається поглинання попереднього стилю життя новим; сепаратизм або сегрегація розглядається як навмисна ізоляція, атрофія свого життя та входження в нову культуру; маргіналізація передбачає відсутність ідентифікації людини з жодною з культур, особистісна стагнація; інтеграція означає ідентифікацію особистості як зі старою, так і з новою етнокультурою та середовищем, що свідчить про активну позицію людини та розвиток.*

*З'ясовано, що на вибір конкретної аккультураційної стратегії впливає низка чинників, зокрема: 1) наявність загальної переваги для використання однієї стратегії, хоча є тенденції до використання різних стратегій залежно від сфери особистості; 2) у процесі апробації стратегії аккультурації людина вибирає ту, яка найбільше задовольняє її і є найефективнішою; 3) однак, вибираючи ту чи іншу аккультураційну стратегію, людина повинна знати, що вона може бути не дозволена домінуючою групою; 4) психічне та фізичне здоров'я особистості; 5) інтегрованість мігранта у соціальне життя.*

**Ключові слова:** аккультурація, аккультураційний стрес, адаптація, стратегії аккультурації, мігрант.

*The article deals with a psychological approach to the interpretation of the concept of "acculturation". Theoretical analysis of research on the effectiveness of acculturation shows that there is a direct relationship between the adaptation of the migrant in a new ethnic environment and mental health indicators, when stress of acculturation is severe and characterized by confusion, depression, anxiety etc.*

*Migration processes are considered in the context of adaptation and acculturation of the migrant to the new ethnocultural environment. We are talking about changes in behavior, values, social attitudes and so on. This study analyzes acculturation and the main strategies of acculturation, their specifics and features. Characterizing the main strategies of acculturation by J. Berry revealed the essence of assimilation as the orientation of the migrant's identity to identify with the new ethnic environment, there is an absorption of the previous lifestyle to the new; separatism or segregation is seen as deliberate isolation, atrophy of one's life and entry into a new culture; marginalization implies the lack of identification of a person with any of the cultures, personal stagnation; integration means the identification of the individual with both the old and the new ethnoculture and environment, which indicates an active human position and development.*

*It was found that the choice of a particular culture strategy is influenced by a number of factors, including: 1) the presence of a general advantage for the use of one strategy, although there are tendencies to use different strategies depending on the area of personality; 2) in the process of approbation of acculturation strategies a person chooses the one that most satisfies him and is the most effective; 3) however, when choosing one or another acculturation strategy, a person should know that it may not be allowed by the dominant group; 4) mental and physical health of the individual; 5) integration of the migrant into social life.*

**Key words:** acculturation, acculturation stress, adaptation, acculturation strategies, migrant.

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.24.2.1>

**Андрушко Я.С.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри теоретичної  
та практичної психології  
Національний університет  
«Львівська політехніка»

**Постановка проблеми.** Темпи розвитку сучасного суспільства засвідчують швидкий ритм міграційних процесів у світі. Навіть в умовах світової пандемії у 2021 р. спостерігається доволі висока мобільність людей через континентальний, національний та регіональний

кордони. Демографічні показники сучасних мігрантів на міжнародній арені підтверджують цю реальність. Наприклад, Міжнародна організація з міграції задекларувала, що в Україну після оголошення карантину у зв'язку з пандемією COVID-19 повернулося 350–400 тис осіб;

кількість міжнародних мігрантів у світі досягла орієнтовної позначки у 275 млн людей у 2020 р., що на 56 млн більше за останнє десятиліття. Це надзвичайне постійне розширення руху людей у всьому світі призводить до нових соціальних викликів.

У психологічних дослідженнях акультурація розуміється як процес психологічних, соціальних та культурних змін, що виходить із балансування двох культур за адаптації особистості до панівної культури в суспільстві. Тобто це процес, в якому людина приймає, набуває та пристосовується до нового культурного середовища. Акультурація може бути першим кроком на шляху до повної асиміляції.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Термін «аккультурація» було впроваджено в науковий контекст у 30-х роках ХХ ст. у США соціологами та етнографами, які вивчали культуру індіанців. Акультурація як поняття застосовується до людей, які зазнали соціальних змін у процесі входження в культуру з несхожими людьми, групами та соціальними впливами. Найчастіше це явище досліджується серед мігрантів, біженців, іноземних студентів тощо.

Із кінця 80-х років ХХ ст. дослідження акультурації є одним з основних напрямів наукових робіт у рамках міжкультурної та полікультурної психології [8; 11]. Теорія акультурації є провідним емпірико-практичним складником, що допомагає розрізнити культурний перехід мігрантів, оскільки вони переходять з одного культурного контексту-середовища в поле елементів, процесів та наслідків міграції, що передбачає насамперед культурний перехід.

На початку 1990-х років популярності набув підхід про «стрес акультурації», тобто виникнення конфлікту між своїми поведінковими патернами, що ускладнює адаптацію та входження в нову культуру. Перевагами цього підходу є взаємозв'язок із психологічними трактуваннями стресу; переживання стресу як негативного досвіду з переживаннями різних емоційних реакцій; проблема виринає в дискурсі міжкультурної взаємодії, а не культури.

Процес акультурації ґрунтується на потужній концептуальній та емпіричній привабливості у соціопсихологічних дослідженнях через зв'язок із психічним здоров'ям особистості [14], соціально-культурною адаптацією, акультуративним стресом [10], самоідентичністю особистості, якістю сімейних стосунків [15].

Теорія акультурації базується на парадигмі стресу та копінг-поведінки людини до середовища. Цю теорію в середині 80-х років ХХ ст. запропонували Р. Лазарус та С. Фолкман. Зокрема, стрес та копінг-поведінка трактуються як невід'ємні та неминучі компоненти акультураційного процесу для осіб, які переживають міграцію.

Стрес акультурації проявляється у соціальній дезінтеграції та особистісній кризі. На індивідуальному рівні це виражається у таких емоційних реакціях, як депресія, невпевненість, ідентифікаційна сплутаність, ворожість. На груповому рівні простежується тривога щодо нових умов, оскільки вже не працюють звичні шаблони та схеми стосунків, міжособистісної взаємодії. У цьому контексті провідну роль відіграють психологічні наслідки від цих афективних явищ. Зокрема, емпіричні дослідження засвідчують, що мігранти переживають фрустрацію стосовно задоволення базових потреб та потреб вищого рівня, що виявляється в розбіжності між очікуваннями та реальною ситуацією. До значних емоційних порушень також належать: спалахи неконтрольованого гніву, агресивність, пригнічення, апатія, втрата сенсу життя, депресія, зростання тривоги, високий рівень збудливості, нестійкість настрою тощо. Однією з основних фізіологічних реакцій є порушення сну, безсоння, жахіття. Порушення когнітивної сфери супроводжується труднощами, пов'язаними із запам'ятовуванням (амнезії, конфабуляції), неухильністю, порушенням мисленнєвої сфери, порушенням сприйняття часу. Очевидно, що такі комплексні порушення всіх сфер особистості (емоційної, когнітивної, поведінкової, комунікативної) можуть призвести до кризи ідентичності, тому важливо відслідкувати перші прояви акультураційного стресу, аби попередити серйозні розлади.

**Постановка завдання.** Аналіз теоретичних підходів та психологічної літератури з акультурації вимагає переосмислення, тому метою наших наукових розвідок є розгляд основних моделей акультурації, які розроблені в рамках культурної психології; аналіз ролі етнічної приналежності та схожості з культурою та культурою сприйняття в акультурації; вираження акультурації, що сприяє формуванню акультураційного стресу.

Для вирішення мети були використані загальнотеоретичні методи: аналіз, синтез положень, що містяться у психологічній та дотичній літературі з проблеми, що вивчається, порівняння, узагальнення, інтерпретація та систематизація теоретичних та емпіричних досліджень.

**Вклад основного матеріалу.** Зарубіжні вчені Дж. Беррі та Уорд пов'язували принципи теорії акультурації з психологічною теорією стресу та формуванням поведінки подолання (копінгом). Із цієї позиції акультурація трактується як культурна адаптація, яка виступає неминучим процесом, якого зазнає суспільство. При цьому людина намагається управляти стресорами та змінами, які спричиняє міграція. Тобто існує переплетений взаємозв'язок між патернами поведінки подолання

та акультурацією в період зазнання культурних змін та переходу в іншу культуру.

У цьому контексті ми прагнемо розкрити психологічні теоретико-емпіричні дослідження, що стосуються акультурації та психологічної адаптації серед мігрантів. У наших наукових розвідках термін «мігрант» використовується виключно для позначення осіб, котрі добровільно беруть участь у міграції. Особливу увагу зосереджуємо на психологічних та психічних аспектах адаптації мігрантів із позиції переживання стресу, акультурованого стресу, переживання дискримінації тощо.

Відповідно до концепції міжкультурної взаємодії Дж. Беррі, акультураційні стратегії складаються з таких компонентів, як:

1) соціокультурні установки;

2) реальна поведінка людини в конкретних умовах [6].

Поєднання цих двох компонентів трактується як використання особистістю формалізованих моделей поведінки, що можуть розходитися з мотивацією людини в прийнятті певного поведінкового рішення та соціальним обмеженням поведінки. Підхід канадського вченого Дж. Беррі заснований на двох критеріях орієнтації індивіда:

1) на власну групу, що передбачає збереження своєї ідентичності та культурної спадщини;

2) на інші групи, що передбачає тісну взаємодію з етнотрусами та представниками домінуючої культури [7].

На думку вченого, акультурацію зумовлюють чинники, які впливають на вибір чотирьох основних стратегій. Отже, до цих чинників належать:

1) збереження культури як прототипу власної ідентичності;

2) участь у контактах, тобто включення в іншу етнотрупу або залишення у власній групі [7].

Основою акультурації є комунікація, тобто набуття мігрантом комунікативних здібностей нової культури. Таким способом людина здобуває досвід спілкування, який необхідний для адаптації до нового середовища. У процесі спілкування виокремлюється пізнавальний, афективний та поведінковий аспекти. Відповідно, це пов'язано зі сприйняттям, переробкою інформації, чиниться взаємовплив на інших, під час цього відбувається адаптація до навколишнього середовища. Адаптація – це кінцевий результат акультурації. А тривалість адаптації не має чітких меж (від декількох місяців до п'яти років). Основними показниками успішної психологічної адаптації є психологічний комфорт (відчуття задоволення, переживання внутрішньої гармонії) та соціальний статус. Головним компонентом неуспішної адаптації є втрата ресурсів. Цьому

можна запобігти, якщо постійно вчасно їх відновлювати. Опорою у цьому процесі є соціальна підтримка, що включає такі компоненти (Л.Е. Орбан-Лембрик, Ю. Подгурецькі):

1) емоційний (упевненість у тому, що про людину турбуються, її люблять і високо цінують);

2) комунікативний (задовольняється потреба в тому, щоб виговоритися);

3) оцінний (відбувається ситуація соціального порівняння, у ході якої індивід отримує відповідь на питання про правильність свого ставлення до того чи того факту чи явища);

4) інформаційний (має місце конкретна інформація про те, як сприймати ситуацію);

5) інструментальний (отримання конкретної дієвої допомоги) [1].

Окрім цього, для успішної адаптації до іншої культури людина повинна розуміти її на раціональному рівні і, що більш цінно, поділяти з іншими людьми свої почуття, тобто сприймати нову етнокультуру на афективному рівні. Варто розуміти свої емоції, стани, адже в різних етнокультурних просторах є різні критерії вияву своєї емоційності, переживань тощо. Так вправляються алгоритми та стереотипи, які в майбутньому доводяться до автоматичного рівня.

У західних дослідженнях процесу акультурації простежується три основні лінії дослідження:

1) специфіка стресу та методи його подолання. У цьому контексті аналізуються психологічні моделі стресу, який переживає мігрант, та особливості адаптації до нових соціокультурних умов;

2) здобуття нового культурного досвіду. Акцент на дослідженнях соціальної психології, де перевага надається міжкультурним взаємодіям, які потрібні особистості для досягнення успіху;

3) соціальна ідентифікація з іншими та оточенням загалом, сприйняття себе в ньому [9; 10; 12].

Резюмуючи ці тези, відзначаємо, що дезадаптованість мігранта, перш за все, пов'язана з неможливістю задовольнити власні потреби та бажання. Той культурний шок, який переживає мігрант, відбувається на рівні індивідуальної свідомості як конфлікт двох культур.

Відповідно до того, який варіант вибирає людина, Дж. Беррі виокремив чотири стратегії акультурації: асиміляцію, сегрегацію, маргіналізацію та інтеграцію. Проаналізуємо їх детальніше [5].

*Асиміляція* – це відмова від своєї культурної ідентичності та традицій, аби перейти у значиму етнотрупу. Це робиться з метою швидшого входження в нове середовище.

*Сегрегація (сепарація)* розуміється як відсутність значимих стосунків із великими соці-

альними групами, під час якої зберігаються етнічна ідентичність та традиції. Якщо ми розглядаємо це з позиції групових процесів, то залежно від того, яка група (домінуюча або не домінуюча) контролює ситуацію, акультурація може набути форми сепарації або сегрегації. Коли людина прагне зберегти свою культурну ідентичність, при цьому відбувається уникнення контакту з представниками домінуючої культури, то це сепарація.

Натомість якщо особистість хоче зберегти свою ідентичність та водночас налагодити взаємодію з членами інших етногруп, то йдеться про *інтеграцію*. Інтеграція – це процес збереження часткової культурної цілісності групи (може виступати як опір змінам) і прагнення стати повноцінним членом нової соціальної спільноти (пристосування). Тобто у цьому контексті особистість прагне зберегти свою національну ідентичність і при цьому приєднатися до суспільства, в якому перебуває.

Водночас *маргіналізація* виражається виступами проти більшості суспільства, почуттям відчуження, втратою ідентичності. Провідною характеристикою є акультураційний стрес. Тобто відбувається втрата культурної приналежності та психологічного контакту як зі своєю культурою, так і не набувають потенційно можливі та вагомі взаємозв'язки в новому етнокультурному середовищі (людина або виключена із соціуму, або вона відмовилася від цього). Причиною маргіналізації може бути виключення або дискримінація.

Вибір тієї чи іншої акультураційної стратегії залежить від певних чинників, зокрема:

1) наявності загальної переваги для використання однієї стратегії, хоча є тенденції до використання різних стратегій залежно від сфери особистості. Наприклад, в особистісній сфері людина може відчувати підтримку та допомогу на противагу громадській чи робочій сфері. Значну роль відіграє національний контекст під час вибору стратегії акультурації. Тобто якщо людина знаходиться в полікультурному середовищі, то вона може використовувати інтеграцію, а в групах, які є асимільовані, – асиміляцію;

2) у процесі апробації стратегій акультурації людина вибирає ту, яка найбільше задовольняє її й є найефективнішою;

3) однак вибираючи ту чи іншу акультураційну стратегію, людина повинна знати, що вона може бути не дозволена домінуючою групою. Прикладом може слугувати асимільований соціум, в якому ухвалення стратегії інтеграції обмежене національною ідеологією, яка береже єдність культури та державності [4].

Водночас варто диференціювати поняття «акультурація» та «асиміляція», оскільки перша виступає кроком до іншої, а асиміля-

ція є процесом повної втрати людиною своєї мови та культури під час контакту з іншою культурою, яка є домінуючою. Проте асиміляція є тривалим процесом, що може відбуватися протягом десятиліть. У літературі можна знайти синонім асиміляції – «деетнізація» [1].

Американський антрополог Л. Вірт [13] розробив теорію асиміляції та акультурації, яка знайшла подальше своє відображення у дослідженні американського вченого М. Гордона [9]. Зокрема, науковець зауважував, що акультурація є процесом змін в етнокультурних цінностях, звичаях та традиціях етнічних меншин; асиміляція як зміна структури спілкування, а саме послаблення спілкування з членами своєї групи і посилення комунікації з членами домінуючої етнокультури.

Вимушений або добровільний мігрант перебуває у стані кризи ідентичності або «культурного шоку», що виражається в домінуванні несвідомих сценаріїв соціальної поведінки та відреагування. Тобто чим більша культурна дистанція, тим сильніший і глибший шок передбачається.

Водночас американський учений Ч. Кука-тас [2] критикує мультикультуралізм, звертає особливу увагу на посилення міграційних процесів, де міграція розуміється як централізоване явище в полікультурності. Саме тому активізація міграції провокує етнокультури осмислювати національні патерни власної ідентичності. Науковець визначає п'ять типів реакції держави на проблему зіткнення культур, а саме: апартеїд, ізоляція, асиміляція, м'який або жорсткий мультикультуралізм. Ще один термін, який варто диференціювати від акультурації, яка відбувається на рівні соціальних груп, – інкультурація, яка відбувається на рівні індивіда.

Російська дослідниця Г. Солдатова [4] виокремлює показники успішної акультурації мігранта, а саме:

1) позитивні взаємозв'язки з новим середовищем, за допомогою якого людина здатна вирішити свої життєві проблеми;

2) залученість до соціокультурного життя соціуму;

3) фізичне та психічне здоров'я в нормі;

4) адекватність комунікації та міжособистісної взаємодії;

5) стійкість та інтегрованість особистості.

Отже, домінуючими чинниками є соціальні, однак визначальними залишаються показники психологічного благополуччя, зрілості, гармонійності людини.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Отже, можна вважати акультурацію одним із варіантів міжкультурної взаємодії та контакту, що може виступати наслідком адаптації до нового етносередовища, при цьому зберігається власна етнокультура завдяки сприй-



няттю елементів іншої культури. Однак при цьому є рівнозначна для етногруп база, на її основі відбувається інтеграція в єдиний соціально-культурний простір.

Теоретичний аналіз поняття «акультурація» дає змогу засвідчити позитивний взаємозв'язок між адаптивним процесом у новому етнокультурному середовищі та показниками ментального здоров'я. У тому разі коли стрес акультурації протікав важко і затягнувся в часі, що знайшло відображення в когнітивній, емоційній, поведінковій та комунікативній сферах особистості.

Перспективу подальших наукових розвідок убачаємо в експериментальному дослідженні взаємозв'язку та взаємовпливу акультураційних та адаптаційних процесів серед мігрантів-українців за кордоном.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Картунов О.В. Вступ до етнополітології : науково-навчальний посібник. Київ : Ін-т економіки, управління та господарського права, 1999. 300 с.
2. Кукатас Ч. Теоретические основы мультикультурализма. *Диалог.ua*. URL: [http://dialogs.org.ua/ua/issue\\_full.php?m\\_id=10227](http://dialogs.org.ua/ua/issue_full.php?m_id=10227).
3. Рыжова С.В. Социальные аспекты межкультурного восприятия. *Социология межэтнической толерантности*. Москва : ИС РАН, 2003. С. 161.
4. Солдатова Г.У. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности : учебник. Москва : Смысл, 2002. 479 с.
5. Adler, P. Beyond cultural identity : reflections on cultural and multiculturalism. *Cultural Learning: Concepts, Application and Research*. Honolulu, 1997. P. 24–41.
6. Berry, J.W. Acculturative Stress. *Psychology and Culture*. Allyn & Bacon., 1994. P. 287–298
7. Berry, J.W. *Cross-cultural psychology*. Cambridge : University Press, 2002. 588 p.
8. Berry J.W. Stress perspectives on acculturation. *The Cambridge of acculturation psychology*. New York : Cambridge University Press, 2006. P. 43–57.
9. Gordon, M. *Assimilation in American Life*. N.Y. : Oxford University Press, 1964. 276 p.
10. Kuo, Ben C.H. Coping, acculturation, and psychological adaptation among migrants: a theoretical and empirical review and synthesis of the literature. *Health Psychol Behav Med*. 2014. № 2(1). P. 16–33. DOI: 10.1080/21642850.2013.843459. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4346023/>.
11. Sam, D.L., Berry, J.W. *The Cambridge handbook of acculturation psychology*. New York : Cambridge University Press, 2006.
12. Rethinking the Concept of Acculturation. Implications for Theory and Research / S.J. Schwartz et al. *Am Psychol*. 2010. № 65(4). P. 237–251. DOI: 10.1037/a0019330. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3700543/>.
13. Wirth, L. Social Interaction: The Problem of the Individual and the Group. *In: AJS*. 1939. Vol. 44. P. 965–979.
14. A meta-analysis of acculturation/enculturation and mental health / E. Yoon et al. *Journal of Counseling Psychology*. 2012. № 60. P. 1–16. DOI: 10.1037/a0030652.
15. Yoshihama, M. Battered women's coping strategies and psychological distress: Differences by immigrant status. *American Journal of Community Psychology*. 2002. № 30. P. 429–452. DOI: 10.1023/A:1015393204820.