

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2021.37.49.002

## Культурные и психологические особенности мигрантов из Центральной Азии: от анализа данных к практическим рекомендациям

**Пономарева Ирина Владимировна**

Кандидат психологических наук, доцент,  
завкафедрой психологии,  
Челябинский государственный университет;  
старший научный сотрудник,  
Национальный исследовательский  
Томский государственный университет,  
634050, Российская Федерация, Томск, пр. Ленина, 36;  
e-mail: ivp-csu@yandex.ru

**Пахомова Яна Николаевна**

Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии,  
Челябинский государственный университет;  
научный сотрудник,  
Национальный исследовательский  
Томский государственный университет,  
634050, Российская Федерация, Томск, пр. Ленина, 36;  
e-mail: sizova159@yandex.ru

**Евстафеева Евгения Александровна**

Кандидат психологических наук,  
декан факультета психологии и педагогики,  
Челябинский государственный университет,  
454001, Российская Федерация, Челябинск,  
ул. Братьев Кашириных, 129;  
e-mail: evgeniy-eg@mail.ru

### Аннотация

В статье представлены результаты исследования психологических особенностей мигрантов из Центральной Азии. Изучены такие особенности как система ценностей, личностная беспомощность либо самостоятельность, выученная беспомощность, этническая идентичность. Анализируя данные особенности и их связь со стратегиями психологической аккультурации мигрантов, авторы указывают на особенности оказания психологической помощи. Система ценностей, которой привержен мигрант, его личностные особенности (самостоятельность либо личностная беспомощность),

психологические состояния, которые он переживает в процессе адаптации (выученная беспомощность), а также этническая идентичность выступают факторами, которые включены в качестве внутренних детерминант в процесс аккультурации и определяют его природу. Также психологическая помощь мигрантам должна строиться с учетом этих факторов: работа с этнофанатизмом, этноизоляционизмом и этноэгоизмом, как неконструктивными типами этнической идентичности, культивирование ценностей, способствующих включению в принимающее сообщество, нивелирование симптомов астении, интернального локуса контроля при неудачах и сложностях. Локальная психологическая работа с вышеперечисленными психологическими особенностями облегчит социокультурную адаптацию и поддержит психическое здоровье мигрантов из Центральной Азии.

#### **Для цитирования в научных исследованиях**

Пономарева И.В., Пахомова Я.Н., Евстафеева Е.А. Культурные и психологические особенности мигрантов из Центральной Азии: от анализа данных к практическим рекомендациям // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 5А. С. 19-27. DOI: 10.34670/AR.2021.37.49.002

#### **Ключевые слова**

Миграция, мигранты, психологическая помощь, психологическая аккультурация, психология.

### **Введение**

Стратегией государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года отмечается несовершенство действующей системы социальной и культурной адаптации иностранных граждан в Российской Федерации и их интеграции в российское общество. Как следствие, возникают новые вызовы и угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Одним из основных направлений государственной национальной политики Российской Федерации является укрепление общероссийской гражданской идентичности на основе духовно-нравственных и культурных ценностей народов Российской Федерации.

Для реализации данного направления представляется целесообразным изучить особенности этнической идентичности, культурные ценности, а также психологические особенности (самостоятельность/личностная беспомощность) в первую очередь, у молодежи, мигрирующей в Россию. Молодежь как большая социальная группа наиболее восприимчива ко всему новому, наиболее активна и мобильна [Зимова, 2017]. В этом возрасте активно формируется национальное самосознание личности как результат освоения культуры, складывается гражданская активность личности, ее правосознание. Данные характеристики в дальнейшем определяют жизненные перспективы, цели и идеалы человека в условиях социальных изменений. Их становление осуществляется в системе внешней (культурная среда) и внутренней (психика) детерминаций.

Задача представленного исследования: на основе ранее полученных данных авторов об этнической идентичности, культурных ценностях и психологических особенностях (самостоятельность/личностная беспомощность) мигрантов из Центральной Азии, неспособных

самостоятельно разрешить возникшие противоречия и трудности, в том числе в межкультурном взаимодействии, разработать практические рекомендации оказания психологической помощи.

Исследование культурных ценностей, этнической идентичности и психологических особенностей мигрантов из Центральной Азии проходило в период с 2019 по 2021 год, в нем приняло участие 222 мигранта из Центральной Азии, средний возраст – 21 год. Исследование выполнено при поддержке РФФИ (проект № 19-013-00949 А Культурно-этнические детерминанты самостоятельности-личностной беспомощности молодежи России и стран ближнего зарубежья (на материале мигрантов из Центральной Азии)).

### **Культурные и психологические особенности мигрантов из Центральной Азии**

Для изучения особенностей личности мигрантов из Центральной Азии нами проводился сравнительный анализ культурных и психологических характеристик молодежи, мигрирующей в Россию из таких стран как Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Туркменистан, Кыргызстан, и молодежи, постоянно проживающей на территории Российской Федерации. Результаты отражены в ряде публикаций, а также в обобщающем виде представлены в Таблице 1.

**Таблица 1 - Культурные и психологические особенности молодежи из Центральной Азии и России**

<b>Культурные и психологические особенности</b>	<b>Молодежь, постоянно проживающая на территории РФ (N=182)</b>	<b>Молодежь, мигрирующая из Центральной Азии (N=222)</b>
Этническая идентичность	этническая индифферентность, позитивная этническая идентичность	этнонигилизм, этноэгоизм, этноизоляционизм, этнофанатизм
Культурные ценности		Традиции, доброта, универсализм, онформность, самостоятельность, стимуляция, гедонизм, власть, безопасность, достижения
Выученная беспомощность	Достоверно чаще испытывают состояние выученной беспомощности	Мобилизуются для успешной адаптации в новой социокультурной среде
Личностная беспомощность (показатели)		Астения Интернальный локус контроля Низкий уровень притязаний
Самостоятельность (показатели)		Высокая продуктивность дивергентного мышления Высокий уровень притязаний

Изучение этнической идентичности показало, что среди мигрантов Центральной Азии в большей степени выражены такие типы этнической идентичности, как этнонигилизм ( $p=0,001$ ), этноэгоизм ( $p=0,001$ ), этноизоляционизм ( $p=0,001$ ), этнофанатизм ( $p=0,001$ ) [Ponomareva, Pakhomova, Podolskaya, 2020, 4717]. Для мигрантов с выраженным этнонигилизмом характерно предпочтение отхода от собственной этнической группы и поиск устойчивых социально-психологических ниш не по этническому критерию. Возможно, данная стратегия позволит быстрее адаптироваться к новой культуре, но радикальный отказ от прежней этнической принадлежности, слом культурных ценностей, может негативно сказаться на личностных

ресурсах. Для мигрантов с этноэгоизмом характерно восприятие этнокультурных взаимодействий через призму конструкта «мой народ» и «не мой народ», предполагает напряженность и раздражение в общении с представителями других этнических групп. Этноизоляционизм проявляется в убежденности в превосходстве «своего» народа, признании необходимости «очищения» национальной культуры, негативном отношении к межэтническим союзам, взаимодействиям. Этнофанатизм предполагает готовность индивида идти на любые действия во имя этнических интересов, заключается в признании приоритета этнических прав народа над правами человека, оправдание любых жертв в борьбе за благополучие своего народа [Солдатова, 2002]. Таким образом, этническая идентичность мигрантов может приводить к сложностям в процессе адаптации к новой культуре, построении межкультурного взаимодействия.

При изучении культурных ценностей среди молодежи России и мигрантов из стран Центральной Азии были обнаружены значимые различия по доминированию таких ценностей как традиции и доброта, универсализм и конформность, самостоятельность и стимуляция, гедонизм и власть, безопасность и достижения ( $p = 0,001$  для всех). Согласно полученным данным, среди мигрантов выражена высокая значимость всех ценностей, по сравнению с респондентами из России. Наиболее значимыми ценностями для представителей Центральной Азии являются «доброта» ( $M = 5,3$ ) и «безопасность» ( $M = 5,2$ ), заключающиеся в стремлении поддержать и повысить благополучие близких людей, в желании удовлетворить потребность в безопасности и стабильности, снизить неопределенность и повысить предсказуемость происходящих событий [Пахомова, Пономарева, 2020, 99].

В зарубежных исследованиях выученную беспомощность принято рассматривать как состояние, возникающее в качестве реакции на неконтролируемые, преимущественно негативные события [Циринг, 2008, 63]. Миграция может выступать преимущественно как неконтролируемое событие. Неконтролируемость последствий деятельности естественным образом формирует пессимизм, пассивность, устойчивое нежелание преодолевать трудности, объектное отношение к окружающей действительности, стремление переложить ответственность за последствия любой активности на внешние детерминанты. Очевидно, что данное психическое состояние будет связано с процессом социокультурной адаптации личности, мигрирующей в другую страну [Ponomareva, Pakhomova, Yagnakova, Semenov, 2020, 39]. Изучая состояние выученной беспомощности, выявлено, что молодые люди из России значимо чаще испытывают состояние выученной беспомощности ( $p=0,001$ ), нежели те, что приехали в Россию. Условия адаптации к новой социокультурной среде требуют от индивида мобилизации собственных ресурсов, проявления настойчивости и самостоятельности. Состояние выученной беспомощности препятствовало бы успешной адаптации и интеграции в принимающее сообщество.

Личностная беспомощность определяет особенности взаимоотношений человека, проявляясь в виде трудностей в установлении и сохранении контакта с другими, в виде неудовлетворенности этими отношениями. Кроме того, беспомощность личности проявляется в поведении субъекта пассивностью, в деятельности – снижением ее успешности. Индивид с личностной беспомощностью часто оказывается в условиях, которые воспринимаются им как неподконтрольные как в силу объективных причин, так и в силу особенностей его системы убеждений, эмоциональных реакций и всей организации внутреннего мира, отношения к миру в целом. Противоположной по своей природе является самостоятельность [Циринг, 2009]. Процесс адаптации требует от индивида мобилизации личностных ресурсов. Успешность

адаптации зависит не столько от внешних факторов, сколько от внутренних характеристик субъекта. Личностные особенности, обуславливая поведение, деятельность и взаимоотношения мигранта, могут способствовать либо препятствовать процессу адаптации и интеграции в принимающее сообщество. В ходе проведенного исследования обнаружено, что у граждан России с самостоятельностью дивергентное мышление развито в меньшей степени, чем у мигрантов, которым также присущ более высокий уровень притязаний. Также выявлено, что граждане России с личностной беспомощностью отличаются менее выраженной астенией, большей степенью экстернальности локуса контроля и более низким уровнем притязаний, чем личностно беспомощные респонденты из Центральной Азии. Таким образом, культурные и психологические особенности мигрантов из Центральной Азии выступают в качестве внутренних детерминант и обуславливают специфику приспособления к новым культурным условиям.

Изучение культурно-психологической специфики личности мигрантов позволяет создать теоретическую базу для решения прикладных задач социально-психологического сопровождения адаптации и интеграции мигрантов.

### **Практические рекомендации при разработке стратегий оказания психологической помощи**

Попадая в отличную от родной культуры среду, мигрант вынужден отказаться от привычного образа жизни, осваивать другие социальные нормы и правила, регулирующие поведение в обществе. Состояние беспомощности, возникающее в ситуации неопределенности, может повлечь за собой сложности в процессе адаптации. В результате проведенного исследования нами был выявлен ряд психологических и культурных особенностей мигрантов из Центральной Азии. Руководствуясь данными, которые получены эмпирическим путем, мы сформулировали практические рекомендации по сопровождению процесса адаптации мигрантов в новой культурной среде.

При изучении ценностей у мигрантов юношеского возраста, мы обнаружили, что вне зависимости от этапа адаптации наиболее выраженной ценностью является «Доброта», предполагающая поддержание и повышение мигрантом благополучия людей, с которыми он находится в близких отношениях. Построение доброжелательных отношений позволяет удовлетворить потребности мигранта в позитивном взаимодействии и в аффилиации. Необходимо отметить, что у мигрантов из ЦА, в первую очередь, происходят культурные изменения (язык, обычаи и традиции, нормы и ценности), так называемая психологическая аккультурация (по Т. Грейвсу). Процесс адаптации мигранта и его благополучие во многом зависят от аккультурационной стратегии, которой придерживается индивид: поддерживает свою культуру или включается в межкультурные контакты (по Дж. Берри). Так могут быть реализованы четыре стратегии аккультурации: интеграция, ассимиляция, сепаратизм, маргинализация. Изучая этническую идентичность мигрантов, установлено, что для них в большей мере характерны этнонигилизм, этноэгоизм, этноизоляция и этнофанатизм [Ponomareva, Pakhomova, Podolskaya, 2020, 4717]. Учитывая особенности этнической идентичности и ведущие ценности мигранта возможно оказание психологической помощи в реализации аккультурационной стратегии или ее коррекции. Так, например, «этнонигилистам», которым свойственно отходить от собственной этнической группы, и в то же время для них ценно благополучие других людей, необходимо помочь включиться в принимающее

сообщество. Тогда как «этнофанатам» необходимо корректировать их стратегию аккультурации, во избежание Сепаратизма и Маргинализации.

Также фокусом внимания психологов может стать так называемый «иждивенческий комплекс» [Солдатова, 2002], который связан с такой характеристикой личности как личностная беспомощность и таким состоянием как выученная беспомощность. Выше мы описывали особенности проявления этих феноменов у мигрантов из ЦА. Данный комплекс может проявляться в неспособности самостоятельно справляться с жизненными трудностями и выражается в отсутствии инициативности, постоянном ожидании помощи со стороны других. С одной стороны личностная беспомощность, и возникающее состояние выученной беспомощности, освобождает мигранта от нравственных мучений, которые связаны с иждивенческой позицией, а с другой закрепляет беспомощное поведение и препятствует проявлению самостоятельности, принятию зрелых решений. Нами выявлено, что для мигрантов характерны такие показатели личностной беспомощности, как высокий уровень притязаний, астения, интернальный локус контроля. В таком случае психологу следует работать с уровнем требований, которые предъявляет мигрант к себе и другим, выявлять имеющиеся у мигранта ресурсы личности для нейтрализации симптомов астении, а также объяснение причин неудач и трудностей, в том числе внешними обстоятельствами с применением рационально-эмотивной терапии, к примеру. Такие локальные стратегии психологической помощи помогут мигрантам в процессе психологической аккультурации.

### Заключение

Психологическая адаптация мигрантов в новой социальной среде – это многообразный процесс взаимодействия представителей различных культур, вследствие которого происходит создание новой позитивной общественной идентичности, соответственной модифицировавшимся общественным условиям [Константинов, 2018]. Данный процесс сопровождается высокими требованиями к личности мигранта, к его ресурсам. Стратегии психологической аккультурации напрямую зависят от психологических особенностей личности мигрантов. Система ценностей, которой привержен мигрант, его личностные особенности (самостоятельность / личностная беспомощность), психологические состояния, которые он переживает в процессе адаптации (выученная беспомощность), а также этническая идентичность – выступают факторами, которые включены в качестве внутренних детерминант в процесс аккультурации и определяют его природу. Также психологическая помощь мигрантам должна строиться с учетом этих факторов: работа с этнофанатизмом, этноизоляционизмом и этноэгоизмом, как неконструктивными типами этнической идентичности, культивирование ценностей, способствующих включению в принимающее сообщество, нивелирование симптомов астении, интернального локуса контроля при неудачах и сложностях. Локальная психологическая работа с вышеперечисленными психологическими особенностями облегчит социокультурную адаптацию и поддержит психическое здоровье мигрантов из Центральной Азии.

### Библиография

1. Елагина А.С., Смирнова О.О. Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 4В. С. 257-265.

2. Елагина А.С., Смирнова О.О. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 238-244.
3. Зимова Н.С. Социальная адаптация трудовых мигрантов из стран Центральной Азии в России // Миграция и социально экономическое развитие. Креативная экономика. 2017. Т. 2. № 1. С. 19-28.
4. Константинов В.В. Социально-психологическая адаптация мигрантов в принимающем поликультурном обществе: дис. ... канд. психол. наук. Саратов, 2018. 535 с.
5. Пахомова Я.Н., Пономарева И.В. Исследование культурных ценностей и выученной беспомощности студентов-мигрантов из Центральной Азии // Человеческий капитал. 2020. № 12 (144). С. 99-107.
6. Солдатова Г.У. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности. М.: Смысл, 2002. 479 с.
7. Циринг Д.А. Концепция личностной беспомощности с позиции субъектно-деятельностного подхода // Психология человека в современном мире. М., 2009. Том 4. 378 с.
8. Циринг Д.А. Современные подходы к коррекции выученной беспомощности у детей и подростков // Сибирский психологический журнал. 2008. № 29. С. 63-68.
9. Ponomareva I.V., Pakhomova Y.N., Podolskaya M.V. Ethnic identity and personal helplessness in young migrants from the Central Asia // Eurasia J Biosci. 2020. 14. P. 4717-4722.
10. Ponomareva I.V. et al. Learned helplessness and values in young migrants from the Central Asia in the process of sociocultural adaptation // AD Alta: Journal of Interdisciplinary Research. 2020. № 10/02-XIV. P. 39-42.

## **Cultural and psychological characteristics of migrants from Central Asia: from data analysis to practical recommendations**

**Irina V. Ponomareva**

PhD in Psychology, Associate Professor,  
Head of the Department of Psychology,  
Chelyabinsk State University;  
Senior Researcher,  
National Research Tomsk State University.  
634050, 36, Lenina ave., Tomsk, Russian Federation;  
e-mail: ivp-csu@yandex.ru

**Yana N. Pakhomova**

PhD in Psychology,  
Associate Professor of the Department of Psychology,  
Chelyabinsk State University;  
Researcher,  
National Research Tomsk State University.  
634050, 36, Lenina ave., Tomsk, Russian Federation;  
e-mail: sizova159@yandex.ru

**Evgeniya A. Evstafeeva**

PhD in Psychology,  
Dean of the Faculty of Psychology and Pedagogy,  
Chelyabinsk State University,  
454001, 129, Brat'ev Kashirinykh str., Chelyabinsk Russian Federation;  
e-mail: evgeniy-eg@mail.ru

**Abstract**

The paper provides a qualitative analysis of the personality characteristics of migrants from Central Asia. Such features as the value system, personal helplessness / independence, learned helplessness, ethnic identity are studied. The objective of the presented study: based on the authors' previously obtained data on ethnic identity, cultural values and psychological characteristics (independence/personal helplessness) of migrants from Central Asia who are unable to independently resolve contradictions and difficulties that have arisen, including in intercultural interaction, to develop practical recommendations for psychological assistance. Analyzing these features and their connection with the strategies of psychological acculturation of migrants, the authors point to the features of psychological assistance. Targeted psychological assistance to migrants should be based on the factors studied: work with ethno-fanaticism, ethno-isolationism and ethno-egoism as non-constructive types of ethnic identity, cultivating values that promote inclusion in the host community, leveling the symptoms of asthenia, the internal locus of control in case of failures and difficulties. The results can be useful for migration services, social services working with migrants. Psychological assistance to migrants should be built considering these factors: working with ethnophanaticism, ethno-isolationism and ethno-egoism as non-constructive types of ethnic identity, cultivating values that contribute to inclusion in the host community, leveling the symptoms of asthenia, internal locus of control in case of setbacks and difficulties. Local psychological work with the above psychological characteristics will facilitate sociocultural adaptation and support the mental health of migrants from Central Asia.

**For citation**

Ponomareva I.V., Pakhomova Ya.N., Evstafeeva E.A. (2021) Kul'turnye i psikhologicheskie osobennosti migrantov iz Tsentral'noi Azii: ot analiza dannykh k prakticheskim rekomendatsiyam [Cultural and psychological characteristics of migrants from Central Asia: from data analysis to practical recommendations]. 19-27. DOI: 10.34670/AR.2021.37.49.002

**Keywords**

Migration, migrants, psychological assistance, psychological acculturation, psychology.

**References**

1. Elagina A.S., Smirnova O.O. (2017) Development of institutions of psychological support in rural areas: opportunities and restrictions. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 6 (4B), pp. 257-265.
2. Elagina A.S., Smirnova O.O. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 238-244.
3. Konstantinov V.V. (2018) *Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya migrantov v prinyimayushchem polikul'turnom obshchestve. Doct. Dis.* [Socio-psychological adaptation of migrants in a host multicultural society. Doct. Dis.]. Saratov.
4. Pakhomova Ya.N., Ponomareva I.V. (2020) Issledovanie kul'turnykh tsennostei i vyuchennoi bespomoshchnosti studentov-migrantov iz Tsentral'noi Azii [Research of cultural values and learned helplessness of migrant students from Central Asia]. *Chelovecheskii kapital* [Human capital], 12 (144), pp. 99-107.
5. Ponomareva I.V. et al. (2020) Learned helplessness and values in young migrants from the Central Asia in the process of sociocultural adaptation. *AD Alta: Journal of Interdisciplinary Research*, 10/02-XIV, pp. 39-42.
6. Ponomareva I.V., Pakhomova Y.N., Podolskaya M.V. (2020) Ethnic identity and personal helplessness in young migrants from the Central Asia. *Eurasia J Biosci*, 14, pp. 4717-4722.
7. Soldatova G.U. (2002) *Psikhologicheskaya pomoshch' migrantam: travma, smena kul'tury, krizis identichnosti* [Psychological assistance to migrants: trauma, culture change, identity crisis]. Moscow: Smysl Publ.
8. Tsiring D.A. (2008) *Sovremennye podkhody k korrektsii vyuchennoi bespomoshchnosti u detei i podrostkov* [Modern



- 
- approaches to the correction of learned helplessness in children and adolescents]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian psychological journal], 29, pp. 63-68.
9. Tsiring D.A. (2009) Kontsepsiya lichnostnoi bespomoshchnosti s pozitsii sub"ektno-deyatelnostnogo podkhoda [The concept of personal helplessness from the standpoint of the subject-activity approach]. In: *Psikhologiya cheloveka v sovremennom mire* [Human Psychology in the Modern World]. Moscow. Vol. 4.
  10. Zimova N.S. (2017) Sotsial'naya adaptatsiya trudovykh migrantov iz stran Tsentral'noi Azii v Rossii [Social adaptation of labor migrants from Central Asian countries in Russia]. *Migratsiya i sotsial'no ekonomicheskoe razvitie. Kreativnaya ekonomika* [Migration and socio-economic development. Creative economics], 2, 1, pp. 19-28.