



Психология межкультурного взаимодействия

Концепция «культурного шока»

Культурный шок

- «шок перехода», «утомляемость от культуры»
- это шок от нового; состояние, испытываемое человеком при контакте с чужеродной культурой
- существует и положительная сторона:
- первоначальный дискомфорт ведет к *принятию новых ценностей, аттитюдов, моделей поведения и важен для саморазвития и личностного роста.*
- человек начинает понимать, что все, что он знал, во что он верил, в новой культуре не имеет смысла и надо переосмысливать весь свой опыт заново или замкнуться в себе, что часто сопровождается резким падением самооценки.



Шесть проявлений культурного шока по К. Обергу:

- 1. Напряжение, к которому приводят усилия, требуемые для достижения необходимой психологической адаптации.
- 2. Чувство потери или лишения (друзей, статуса, профессии и собственности).
- 3. Чувство отверженности представителями новой культуры или отвержения их.
- 4. Сбой в ролях, ролевых ожиданиях, ценностях, чувствах и самоидентификации.
- 5. Неожиданная тревога, даже отвращение и негодование в результате осознания культурных различий.
- 6. Чувство неполноценности от неспособности совладать с новой средой.



Симптомы культурного шока:

- чрезмерно частое мытье рук,
- чрезмерная забота о питьевой воде, пище, посуде и постели;
- боязнь физического контакта с представителями новой культуры,
- бессмысленно «далекий» взгляд,
- чувство беспомощности и желание быть под покровительством представителя собственной национальности, долго прожившего в данной культуре,
- страх быть обманутым или оскорбленным. (реакция защиты от новой информации, наплыв которой так огромен, что человек в течение какого-то времени чувствует себя бессильным справиться с этим).



Необходимо учитывать

- Степень выраженности культурного шока и продолжительность адаптации определяются характеристиками визитеров и особенностями своей и чужой культур.
- *Высокообразованные, высокоинтеллектуальные молодые люди адаптируются быстрее. Мужчины адаптируются быстрее, чем женщины. Авторитарные личности адаптируются менее успешно.*

overseas type

Тип личности, адаптирующийся наиболее успешно.

Это экстравертный тип, открытый для общения и интересующийся окружающими, уверенный в себе и профессионально компетентный. В системе его ценностей большое место занимают общечеловеческие.

На приживаемости положительно сказывается

- *наличие доконтактного опыта (знание языка, культуры, условий жизни в определенной стране)*
- *предшествующий опыт пребывания за границей*
- *наличие знакомых и друзей среди местного населения и адаптированных соотечественников*



Культурная дистанция

- *степень культурных различий между культурами стран выхода и поселения мигрантов.*
- CDI (индекс культурной дистанции) включает фиксацию различий между культурами по темам: климат, одежда, пища, язык, религия, уровень образования, материальный комфорт, структура семьи, обычаи ухаживания (сватовства).
- Важно понимать, что на адаптацию оказывает влияние не столько сама культурная дистанция, сколько представление человека о ней, его ощущение культурной дистанции



U-образная кривая адаптации в чужеродной культуре

- Первый этап – «медовый месяц» (1-6 месяцев в новой стране): на новой территории большинству мигрантов вначале нравится практически все, они полны энтузиазма и надежд, им кажется, что поставленная цель (учеба или работа за границей) достигнута.
- Второй этап – «притирка» (6-12 месяцев в новой стране): исчезает эффект «новизны», идет давление со стороны непри- вычного окружения и культуры. Иммигрант снимает свои «розо- вые очки», он пытается преодолеть повседневные насущные проблемы.

- 
- Третий этап – «реинтеграция» (1 – 1,5 года в новой стране): если на стадии «притирки» все раздражение человека было направлено на себя, то сейчас злость и негативные эмоции выплескиваются на окружающих и новую страну. В данный момент культурный шок достигает своего максимума, что может стать причиной серьезных психических болезней. Многие мигранты не выдерживают такого напряжения и возвращаются в родную страну.
 - Четвертый этап – «нейтралитет»: у человека появляется оптимистический настрой, уверенность в себе и удовлетворенность своим положением в новом обществе и культуре. Оценка положительных и отрицательных моментов пребывания в родной и чужой странах становится более объективной и адекватной
 - Пятый этап – «комфорт»: происходит полное включение в новую культуру, ее принятие, возникает взаимное соответствие ожиданий и реальности

Процесс вхождения представителей одной культуры в другую. Последствия межкультурных контактов

- 1. *Геноцид* — это такой тип взаимодействия культур, когда одна этническая или культурная группа, обычно численно доминирующая или обладающая превосходящими технологическими ресурсами, уничтожает всех членов другой группы, с которой она вступает в контакт.
- 2. *Ассимиляция* — это поглощение одной культуры другой. Это происходит, когда этнокультурная группа постепенно добровольно или вынужденно адаптируется к обычаям, ценностям, жизненным стилям доминирующей культуры.
- 3. *Сегрегация* — это изолированное, независимое существование этнических культур.
- *Общим для всех трех вышеперечисленных типов взаимодействия культур является стремление преодолеть трудности межкультурного взаимодействия путем уничтожения самого факта контакта*

Гармоничное взаимодействие между культурами возможно только на принципах интеграции.

- 4. *Интеграция* — это вид совместимости, когда разные культуры сохраняют свои исходно присущие им индивидуальности, хотя объединяются в единое общество на другом, одинаково значимом для них основании.
- • уважать собственную культуру,
- • быть уверенным в ее ценности и значении,
- • почаще вступать в контакт с отличными от нее культурами,
- • не уничтожать *другого*, не стремиться переделать его на свой лад,
- • уважать в нем присущее тебе право быть *самим собой*
- • научиться не страдать от этого различия
- • сознавать, что оно не несет угрозы твоей индивидуальности.

