

УДК 37.015.3

Локтева Анна Владимировна

*кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей и клинической психологии
ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет»
г. Белгород
e-mail: anechka121212@rambler.ru*

Томаева Александра Андреевна

*психолог
Психологический центр «Дар»
г. Белгород*

ПРОФИЛАКТИКА ТРУДНОСТЕЙ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ У ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Статья посвящена изучению особенностей межличностного общения у вынужденных переселенцев. Анализируются психологические особенности вынужденных переселенцев. Дается краткий обзор подходов к исследованию межличностного общения, механизмов адаптации. Представлены описания психотравмирующих ситуаций мигрантов и их последствий. Обоснована необходимость профилактики трудностей межличностного общения у вынужденных переселенцев.

Ключевые слова: межличностное общение, психическая адаптация, стресс, личность, личностные особенности

Lokteva Anna V.

*Psychology PhD, associate professor of the
Department of general and clinical psychology
Belgorod National Research University
Belgorod
e-mail: anechka121212@rambler.ru*

Tomaeva Aleksandra A.

*psychologist
Psychological center «Dar»
Belgorod*

PREVANTION OF DIFFICULTIES IN INTERPERSONAL COMMUNICATION OF MIGRANTS IN CONDITIONS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

The present article is devoted to the study of the peculiarities of interpersonal communication of migrants. The author analyzes the psychological peculiarities of migrants. A brief overview of the approaches to the study of interpersonal communication, adaptation mechanisms is given. The descriptions of psychotraumatic situations and their consequences are presented. The necessity of prevention of difficulties in interpersonal communication of migrants is substantiated.

Keywords: interpersonal communication, mental adaptation, stress, personality, personal characteristics

С каждым годом все большее число людей по разным причинам меняют свое место жительства. Среди них значительную часть составляют вынужденные мигранты беженцы и переселенцы. На новом месте жительства эти люди сталкиваются не только с различными социальными, экономическими и бытовыми проблемами, но и с другой культурой, новым образом жизни, неприятием со стороны принимающего населения [1]. В большей степени от этого страдают вынужденные мигранты, но представители и той, и другой группы сталкиваются с психологическими проблемами адаптации и культурного шока [2]. В соответствии с существующими современными тенденциями возрастает актуальность, становятся безусловными необходимостью и важность разработки эффективных психологических подходов и методов, способствующих успешной социокультурной адаптации личности в инокультурной среде.

Изучение психологических проблем и нарушений психического здоровья у людей в условиях пребывания в другой культуре исследовались в контексте психологии миграций, психологии аккультурации и адаптации, этнопсихологии и межкультурных коммуникаций (М. Багери, Н.М. Лебедева, Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, Т.Г. Стефаненко, А.А. Сукоколов, В.А. Тишков и др.). Тем не менее вопрос изучения трудностей межличностного общения вынужденных переселенцев в современных условиях является недостаточно изученным. Существующий дефицит такого рода исследований затрудняет разработку культурно-ориентированных методов психологической помощи, предполагающих учет широкого социокультурного контекста новой среды и культурных особенностей людей, сменивших свое прежнее место жительства.

Анализ психологических проблем вынужденных мигрантов показывает, что они носят комплексный характер, затрагивая все основные сферы личности: эмоциональную, когнитивную, поведенческую. Основные психологические проблемы, с которыми сталкиваются вынужденные переселенцы:

1. Посттравматические стрессовые расстройства у лиц с травматическим опытом, пережитым на прежнем месте жительства или в процессе миграции.

2. Стресс аккультурации как реакция на новые социальные и культурные условия в принимающей стране.

Вторая проблема наиболее болезненно переносится лицами подросткового и юношеского возраста ввиду особой необходимости установления социальных контактов со сверстниками, что является способом обмена информацией и получением нового социального статуса мигрантом [3-5].

Ситуация поступления в новый вуз уже является стрессовой и требует времени для адаптации, а у студента-мигранта эта ситуация является едва ли не экстремальной. Страх перед новым обществом, незнакомым в социокультурном плане, и страх неуспеха в установлении социальных контактов являются ведущими [6]. Переживание страха является своего рода барьером между сту-

дентом-мигрантом и обществом и может оставить непоправимый след в психике и будущем социальном взаимодействии. Из этого следует, что вопрос профилактики трудностей межличностного общения у вынужденных переселенцев в условиях обучения в вузе играет важную роль в современном обществе.

В исследовании приняли участие 50 студентов вынужденных переселенцев в возрасте от 18 до 21 года. Основными методами исследования были: беседа, структурированное клинико-психологическое интервью, психодиагностический метод. В качестве диагностического инструментария были использованы следующие психодиагностические методики: опросник «Субъективная оценка межличностного общения («СОМО»)» (С.В. Духновский); «Методика диагностики межличностных отношений» (Т. Лири); методика «Диагностика типа коммуникативной установки» (В. Бойко) [7].

Данные по изучению коммуникативной направленности, полученные с помощью методики «Тип коммуникативной установки», позволяют отметить, что у подавляющего большинства вынужденных переселенцев наблюдается негативная коммуникативная установка (согласно методике, негативная установка может проявляться по нескольким направлениям). Анализ результатов продемонстрировал, что негативная установка в группе проявляется в завуалированной жестокости в отношении к людям, в суждениях о них (72% студентов); негативный личный опыт общения с окружающими (68% студентов); брюзжание, т.е. склонность делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами и в наблюдении за социальной действительностью (24% студентов); открытая жестокость в отношении к людям (12%).

Таким образом, негативная установка, проявляясь замаскированной или приглушенной недоброжелательностью, настороженностью в отношении со многими партнерами, отрицательными суждениями о людях, мешает устанавливать конструктивные межличностные отношения, что ведет к появлению ряда других важных психологических проблем личности.

По результатам опросника «Субъективная оценка межличностного общения» обнаружено, что высокие значения по шкале «Конфликтность» отмечены у 73,1% студентов и проявляются в наличии противоречий, противостояния, противоборства между людьми. Ориентируются на свои интересы, стремятся навязать предпочтительное для себя решение, открыто борются за реализацию своих интересов. Напряженность в межличностных отношениях отмечается у 72% испытуемых, что проявляется в излишней сосредоточенности, поглощенности мыслями об отношениях, повышенной озабоченностью ими, которые являются неустойчивыми, доставляющими беспокойство и дискомфорт. Агрессия как индикатор дисгармоничных межличностных отношений характерна для 68% испытуемых и проявляется в тенденции подчинить себе других, доминировать над ними. Наблюдается стремление обрести контроль, власть над другими людьми, склонность управлять собеседниками. Высокие баллы по шкале «Отчужденность» наблюдаются у 28% опрошенных. Данная особенность проявляется в стремлении дистанцироваться от других людей, в отноше-

ниях имеет место отсутствие доверия, понимания, близости. Общение не вызывает чувства комфорта. Человек осторожен в установлении близких контактов и в выборе лиц, с которыми создает более глубокие эмоциональные связи.

Таким образом, наличие дисгармонии в межличностных отношениях проявляется в отсутствии единства, согласия с другими людьми, ослаблении позитивных эмоциональных связей, преобладании удаляющих чувств (одиночество, неприязнь, злость, вина, раскаяние, зависть, стыд, обида) над сближающими.

По результатам «Методики диагностики межличностных отношений» (Т. Лири) были выявлены следующие закономерности: агрессивный тип межличностного взаимодействия отмечен у 48% студентов, что проявляется в требовательности, прямолинейности, откровенности, строгости и резкости в оценке других. Такие студенты непримиримы, склонны во всем обвинять окружающих, ироничны, раздражительны.

Эгоистичный тип отношения к окружающим встречается у 12% вынужденных переселенцев, что говорит о стремлении быть над всеми, но одновременно в стороне ото всех, такие люди обычно расчетливые, независимые, себялюбивые, трудности перекадывают на окружающих, по отношению к другим держатся несколько отчужденно.

Подозрительный тип отношения наблюдается у 8% опрошенных. Данная особенность говорит о критичности, необщительности и возможных трудностях в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения. Такие люди замкнутые, скептические, разочарованные в окружающих, скрытные, свой негативизм проявляют в вербальной агрессии.

Доминирование авторитарного типа характерно для 8% студентов, что характеризует их как прямолинейных жестких, энергичных.

Преобладание результатов по шкале «Зависимый» наблюдается у 8% вынужденных переселенцев и проявляется в неуверенности, навязчивых страхах, опасениях, переживание эмоционального напряжения.

Дружелюбный тип отношения к окружающим выявлен у 8% испытуемых. Следовательно, можно отметить дружелюбие таких студентов, они любезны со всеми, ориентированы на принятие и социальное одобрение, стремятся удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, ориентируются на цели микрогрупп, имеют развитые механизмы совладания, эмоционально лабильны.

У 4% студентов преобладает альтруистичный тип межличностного общения. Таких людей можно охарактеризовать как гиперответственных, всегда приносящих в жертву свои интересы, стремящихся помочь и сострадать всем, навязчивых в своей помощи и слишком активных по отношению к окружающим, принимающих на себя ответственность за других.

Подчиняемый тип отношений наблюдается у 4% студентов и проявляется в застенчивости, кротости. Эти люди легко смущаются, склонны подчиняться более сильному. Студентам с доминированием данного типа присущи склонность к самоунижению,

слабовольности, стремление уступать, всегда ставить себя на последнее место и осуждать себя, приписывать себе вину, пассивность, стремление найти опору в ком-либо более сильном.

Исследование отношения студентов вынужденных переселенцев к своему социальному окружению с помощью проективной методики «Я и мое социальное окружение» осуществлялось следующим образом: испытуемым предлагалось изобразить свое окружение. Для удобства проведения анализа рисунков были выделены отдельные характеристики, такие как: светлые (яркие) и темные (тусклые) цвета, размер изображения линии общения (малый, средний, большой), положение самого человека на листе бумаги (левая и правая половина листа, центр, вверх и низ листа) и общее впечатление о рисунке. Основные аспекты общения, изображенные на рисунках испытуемых, разделились следующим образом: семья изображена у 84% студентов, одноклассники и друзья по вузу – у 72% студентов, друзья – у 96% студентов, контакты в социальных сетях – у 100% испытуемых. Особенно примечателен тот факт, что некоторые студенты в качестве своего социального окружения изображали своих домашних животных и компьютерную и телевизионную технику, что говорит о нарушении восприятия и установления социальных контактов и возможном избегании «живого» общения с людьми ввиду определенных причин. Отмечено, что семья у 48% студентов изображена «большим нависающим облаком, которое мешает» и темными цветами (коричневый, черный, серый, простой карандаш), что говорит о возможных внутрисемейных проблемах, требующих психологического вмешательства. Друзья по вузу у 42% опрошенных изображены в светлых (ярких) цветах, занимают центральное место в жизни испытуемых, тогда как 58% студентов, отметивших на рисунке друзей по вузу, изобразили этот аспект в дальних верхних и нижних углах и исключительно темными цветами (коричневый, темно-серый и простой карандаш), что говорит о низкой эмоциональной связи с этой группой и возможном дефиците общения. Себя как участника социального общения с окружающим миром, изобразили все испытуемые, за исключением одного студента. С ним была проведена дополнительная беседа с целью выявления причин, по результатам которой были сделаны пометки, и с помощью некоторых упражнений нашего психологического тренинга удалось устранить причины (низкая самооценка и недоверие к окружающим).

Результаты рисуночной методики «Я и мое социальное окружение» позволили определить, что основными участниками взаимодействия являются семья, друзья и товарищи по вузу.

Таким образом, для вынужденных переселенцев юношеского возраста характерны особенности межличностного общения, проявляющиеся в низкой контактности, негативной коммуникативной установке, повышенной конфликтности и агрессивности. Это способствует нарушению межличностных отношений и появлению проблем в установлении социальных контактов, особенно важных для студенческого возраста, что, в свою очередь, требует своевременной и целенаправленной психологической работы по профилактике трудностей межличностного взаимодействия и повышению адаптационного потенциала вынужденных переселенцев.

В ходе нашего исследования испытуемые были разделены на 2 группы по 25 человек: экспериментальную и контрольную. С первой группой была проведена работа, направленная на развитие коммуникативных навыков. По результатам исследования мы определили следующие основные направления деятельности психолога:

1. Формирование позитивного самоотношения.
2. Закрепление положительного опыта общения и избавление от неконструктивных способов реагирования.
3. Формирование навыков доверительного общения.
4. Развитие психологической наблюдательности в межличностных отношениях.
5. Формирование навыков вербального и невербального общения.
6. Развитие способности прогнозировать поведение собеседника.
7. Познание своих индивидуально-личностных особенностей в аспекте межличностных взаимоотношений.
8. Формирование рефлексивного компонента в общении.

В ходе изучения эффективности профилактической работы были проанализированы результаты сравнения показателей экспериментальной и контрольной групп путём ретестирования. По результатам тестирования испытуемых экспериментальной и контрольных групп были обнаружены статистически значимые различия по шкалам «Завуалированная жестокость» (экспериментальная группа 40% испытуемых и контрольная группа 72% студентов; $\varphi^*=2,323$, $p<0,01$) и «Негативная коммуникативная установка» (экспериментальная группа 44% испытуемых и контрольная группа 68% студентов; $\varphi^*=1,725$, $p<0,01$) (методика «Тип коммуникативной установки» В. Бойко).

Из этого следует, что у респондентов экспериментальной группы снизились показатели негативной коммуникативной установки, что говорит об эффективности нашей психологической профилактики. Благодаря участию в тренинге испытуемые экспериментальной группы научились принимать себя и окружающих, открыто высказывать свое мнение относительно ситуации общения. Вынужденными переселенцами были освоены основные способы и приемы взаимодействия с другими людьми, стратегия и тактика общения, способы реагирования в сложных ситуациях, навыки конфликтологической компетентности, умение добиваться цели.

По результатам итогового тестирования испытуемых экспериментальной и контрольных групп с помощью методики «Субъективная оценка межличностных отношений» были обнаружены статистически значимые различия по шкалам «Напряженность» (экспериментальная группа 40% испытуемых и контрольная группа 72% студентов; $\varphi^*=2,323$, $p<0,01$), «Агрессивность» (экспериментальная группа 28% испытуемых и контрольная группа 76% студентов; $\varphi^*=3,546$, $p<0,01$), «Конфликтность» (экспериментальная группа 44% испытуемых и контрольная группа 76%; $\varphi^*=2,358$, $p<0,01$).

Из этого следует, что результаты экспериментальной группы характеризуются преимущественно средним уровнем напряжён-

ности отношений, что способствует поддержанию интенсивности межличностных отношений. Такие студенты чувствуют комфорт в отношениях, субъективное эмоциональное благополучие, им свойственно ощущение удовлетворения тем, как складываются отношения с другими людьми. Наблюдается снижение отчуждённости, конфликтности и агрессии в отношениях.

Таким образом, вынужденным переселенцам, которые успешно прошли профилактическую работу, свойственны достаточно гармоничные межличностные отношения, носящие стабильный характер, предполагающий длительное сохранение взаимодействия, вызывающего эмоциональный комфорт у партнёров по общению. Отношения таких испытуемых носят открытый, естественный характер.

Результаты изучения типа межличностных отношений после психокоррекционной программы («Методики диагностики межличностных отношений» Т. Лири) показали, что данные по шкале «Агрессивный» у двух групп существенно различаются (экспериментальная группа 20% испытуемых и контрольная группа 44% студентов; $F^*=1,853$, $p<0,01$). Обнаружены различия по показателю «Дружелюбный» (экспериментальная группа 40% испытуемых и контрольная группа 12% студентов; $F^*=2,341$, $p<0,01$). Прослеживается чёткая тенденция снижения показателя доминирования и увеличения показателя дружелюбия. Такие респонденты способны к сотрудничеству, легко идут на компромиссы и стремятся, в первую очередь, понять собеседника, выслушав его точку зрения.

Таким образом, психопрофилактическая работа по преодолению трудностей межличностного общения у вынужденных переселенцев в условиях обучения в вузе способствует устранению психологических проблем в установлении социальных контактов.

Литература

1. Свиридов Н.А. Социальная адаптация личности в коллективе // Социологические исследования. – 2011. – № 3. – С. 47-48.
2. Витковская Г.С. Вынужденная миграция: проблемы и перспективы. – М., 2009 – 173 с.
3. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 2009. – 255 с.
4. Павловец Г.Г. Психологическая адаптация вынужденных мигрантов: дис. ... д-ра психол. наук. – СПб., 2009 – 122 с.
5. Солдатова Г.У. Психология беженцев и вынужденных переселенцев. – М.: Смысл, 2011. – 262 с.
6. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погорельца В.М. Межличностное общение: учеб. для вузов. – СПб.: Питер, 2011. – 544 с.
7. Духновский С.В. Диагностика межличностных отношений: психологический практикум. – СПб.: Речь, 2009. – 141 с.