

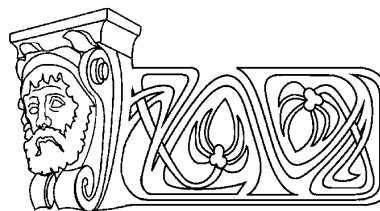


УДК 316.6:159.923

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ И СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ РОССИЙСКИХ МИГРАНТОВ

Н.В. Усова

Институт социального образования (филиал)
Российского государственного социального университета
E-mail: Usova_Natalia@mail.ru



В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей взаимосвязи самоактуализации личности и субъективного благополучия российских мигрантов. Подробно рассматриваются взаимосвязи, обнаруженные в выборке мигрировавших россиян и россиян, проживающих в России. Выделяются общие и частные взаимосвязи самоактуализации личности и субъективного благополучия россиян, а также рассматриваются особенности, характерные для лиц, проживающих в России, Германии, США и Испании.

Ключевые слова: субъективное благополучие, самоактуализация, миграция, аутосимпатия, ценности, общение.

Russian Immigrants' Personal Self-Actualization and Subjective Well-Being

N.V. Usova

The article represents results of empirical research of the interrelation between Russian immigrants' personal self-actualization and subjective well-being. Detailed results based on a sample of Russians who migrated, and Russians who live in Russia are provided. Common and particular interrelations between personal self-actualization and subjective well-being are highlighted. Also the features typical for persons living in Russia, Germany, USA and Spain are considered.

Key words: subjective well-being, self-actualization, migration, auto-sympathy, values, communication.

Если рассматривать субъективное благополучие в узком смысле как удовлетворенность субъективно важных сфер деятельности, поведения, потребностей, то, видимо, его высшей формой является самоактуализация¹. Исходя из этого положения, мы решили рассмотреть вопрос о взаимосвязи самоактуализации личности и субъективного благополучия.

Исследование проходило в 2009 году, в нем приняли участие 243 россиянина, проживающих в разных странах. Из них 65 человек живет в России и 178 человек – более 5 лет в Германии (61), Испании (65), США (52). В качестве методического инструментария использовались шкала субъективного благополучия М.В. Соколовой² и методика исследования самоактуализации личности в адаптации Н.Ф. Калина³.

Согласно данным корреляционного анализа, проведенного по всей выборке, уровень субъективного благополучия связан с ориентацией во времени ($r = -0,38$, при $p > 0,01$). Действительно, человек, который отталкивается в своих суждениях от фактов, а не от личных пессимистических или оптимистических установок, желаний, страхов, надежд и тревог, лишен неуверенности. Его не мучают столь тягостные для большинства людей сомнения и состояние неопределенности, что существенным образом влияет на субъективное благополучие. Например, человек, который всегда возвращается к прошлому, сравнивает его с настоящим или, что еще хуже, мечтает о том, что когда-то начнутся лучшие времена, не может «жить» в полном смысле этого слова, не может получать удовольствие от жизни. В результате таких воспоминаний и мечтаний человек теряет свое время и не успевает насладиться настоящим счастьем.

Следующая взаимосвязь во всей группе была обнаружена между субъективным благополучием и ценностями ($r = -0,33$, при $p > 0,01$). Для людей характерно физическую, социальную и психологическую реальность воспринимать, структурировать и интерпретировать по-разному. Личность, которая неспособна удовлетворить свои базовые потребности, воспринимает мир как вражескую территорию. В этом случае система ценностей сводится к удовлетворению потребностей низшего уровня. В ином случае, когда эти потребности удовлетворены, формируется ощущение психологического достатка. Данное ощущение обуславливает поиск более высокого удовлетворения. Это позволяет нам говорить о том, что такие люди придерживаются уникальных, самобытных для данного человека ценностей. В це-



лом в основании системы ценностей субъективно благополучного человека лежит его философское отношение к жизни, которое сопровождается согласием с собой и своей биологической природой, в результате чего происходит полное принятие социальной жизни и физической реальности.

Далее мы рассматривали взаимосвязи субъективного благополучия и самоактуализации личности, разделив выборку на мигрирующих россиян и тех, кто живет на родине.

В группе мигрантов нами была обнаружена положительная связь между эмоциональным компонентом субъективного благополучия и потребностью в общении ($r = 0,2$, при $p > 0,01$). Такая связь говорит нам о том, что отсутствие доверительных, теплых отношений с друзьями, коллегами, соседями отрицательно влияет на ощущение субъективного благополучия. Стоит отметить, что подобная связь в группе россиян, живущих в родной стране, отсутствует. Скорее всего, это связано с тем, что для россияне поддерживают гораздо более тесные взаимоотношения, нежели это принято в странах западного мира. Россиянин, и это отразилось в художественной литературе, склонен иной раз полностью забыть о себе, о своих нуждах, слиться с близким ему человеком, раствориться в нем, стать его частью. Его отношения, которые подчас можно отнести к разряду интимных, служат примером абсолютного, предельного отождествления себя с другим. Сблизиться с чужим человеком достаточно сложно; в ходе бесед, проводимых с нашими испытуемыми, мы выяснили, что общение мигрирующих россиян сводится к контактам с людьми, которые тоже приехали из России или других славянских стран. С коренными жителями отношения складываются в основном на деловой, а не интимно-личностной основе. Таким образом, у российских мигрантов круг общения достаточно узок, людей, с которыми они поддерживают по-настоящему дружеские отношения и которых могут назвать друзьями, очень мало, а это оказывает негативное влияние на ощущение благополучия.

Субъективное благополучие мигрантов также взаимосвязано со способностью про-

являть гибкость в общении ($r = -0,34$, при $p > 0,01$). Данную закономерность можно объяснить, связывая это качество с потребностью в общении. Людям, которые живут за границей, необходимо завязывать новые отношения и контакты, в том числе с людьми, отличающимися по социальному статусу, уровню образования, политическим убеждениям, цвету кожи. На процесс общения влияют различные факторы: настроение, стечение обстоятельств, характер, коммуникабельность или застенчивость человека. В ситуации миграции от того, насколько правильно построено общение, зависит очень многое (принятие другими, работа, карьера). Поэтому мигранту так необходимо правильно выбирать манеру поведения, тон, жесты, слова, иными словами, уметь проявлять гибкость.

Еще одним компонентом самоактуализирующейся личности, который находится во взаимосвязи с ощущением субъективного благополучия, является самопонимание. Так, в нашем исследовании самопонимание взаимосвязано с психоэмоциональной симптоматикой в группе мигрирующих россиян ($r = -0,35$, при $p > 0,01$), в группе тех, кто живет в России, такой взаимосвязи не обнаружено. Отчасти, на наш взгляд, это можно объяснить тем, что мигрантам свойственна независимость от физической и социальной среды. Главными мотивами миграции выступают не дефицитарные потребности, а мотивы роста (карьерного, культурного, духовного). Источники удовлетворения потребности в росте и развитии находятся не во внешней среде, а внутри человека – в его потенциальных возможностях и скрытых ресурсах. Потребности в любви, безопасности и уважении удовлетворить можно извне. Но затем встает другая проблема человеческого бытия – роста и саморазвития. Иными словами, человеку становится «тесно», ему нужны иные источники для «подпитки». В то же время, чтобы испытать истинное счастье, ему не нужны другие люди, в какой-то момент они могут стать сдерживающим фактором на пути дальнейшего развития (например, привязанность и любовь к родителям не дает возможности уехать так далеко). Источники удовлетворения такого человека интраиндивидуальны и



никак не опосредованы социумом. Следует предположить, что люди, способные принять миграционное решение, менее зависимы от внешних обстоятельств, от других людей и от культуры в целом. Такая независимость от среды означает более высокую стабильность перед возможными потрясениями, ударами судьбы. Теми, у кого не возникает потребностей, для удовлетворения которых им необходимо переехать в другую страну, скорее всего, движут потребности дефициентных уровней. Вследствие этого они нуждаются в других людях, поскольку только от них могут получить столь необходимые им любовь, безопасность и уважение. В результате такой зависимости возникает ощущение неблагополучия.

В группе опрошенных, живущих в родной стране, мы обнаружили взаимосвязь между субъективным благополучием и спонтанностью ($r = -0,31$, при $p > 0,01$). Возможно, что человек, попавший в чужую страну, постоянно контролирует себя. Коренные жители могут себе позволить естественное и непринужденное поведение. Это позволяет им быть достаточно спонтанными в своих мыслях, побуждениях, желаниях, поведении. На наш взгляд, сама возможность спонтанного поведения делает жизнь человека богаче, дает ощущение свободы, удовлетворенности и вносит свой вклад в ощущение субъективного благополучия.

У россиян, живущих на родине, обнаружена взаимосвязь между субъективным благополучием и аутосимпатией ($r = -0,25$, при $p > 0,01$). На наш взгляд, это обусловлено тем, что некоторая тревожность и неуверенность в себе свойственна большинству проживающих в современной России. Социально-экономические изменения, обстоятельства последних лет вызывают у людей сомнения в собственной компетентности, в своих силах, занижают их самооценку. В таком состоянии внимание человека акцентируется на собственных недостатках. В результате, ему трудно принять себя и свою далеко не идеальную сущность, со всеми изъянами и недостатками. Если удастся их принять, то он живет в гармонии с собой, что способствует достижению субъективного благополучия.

Отсутствие связи между аутосимпатией и субъективным благополучием в группе мигрантов можно объяснить тем, что люди, которые стремятся изменить свою жизнь, являются более активными, целеустремленными. Они уверены в своих силах, возможностях и способностях, благодаря чему им намного легче жить в ладу с собой.

При более детальном рассмотрении матриц интеркорреляций удалось выявить связи между уровнем субъективного благополучия и креативностью у опрошенных в США ($r = -0,47$, при $p > 0,01$), Германии ($r = -0,43$, при $p > 0,01$), России ($r = -0,46$, при $p > 0,01$). Такое количество достаточно тесных взаимосвязей субъективного благополучия и креативности весьма показательны в том отношении, что креативность, действительно, выступает базовым механизмом субъективного благополучия и по-разному участвует в процессе его образования. Полученные результаты подтверждают данные о том, что креативность приобретает значение, становится существенным фактором в зависимости от социального, культурного, интеллектуального развития и критерием образования субъективного благополучия для высокоразвитой личности⁴.

В ходе более детального анализа нами были выявлены связи между уровнем субъективного благополучия и аутосимпатией у опрошенных в США ($r = -0,43$, при $p > 0,01$) и между уровнем субъективного благополучия и самопониманием у лиц, опрошенных в Испании ($r = -0,42$, при $p > 0,01$). Кроме этого, у респондентов, живущих в Испании, нами были обнаружены положительные связи между ценностями и субъективным благополучием. В данном случае положительная связь свидетельствует о том, что если человек разделяет ценности самоактуализированной личности, то он становится менее субъективно благополучным. Скорее всего, данный результат говорит лишь о рассогласованности между личностными ценностями, присущими российскому менталитету, и социальными ценностями, характерными для испанцев.

Таким образом, результаты нашего исследования позволяют сделать ряд выводов.



На субъективное благополучие личности положительное влияние оказывают способность противостоять социальному давлению, независимость, саморегуляция, а также позитивное отношение к себе и своему прошлому, осознание и принятие разных сторон своего «Я».

У мигрантов в Испании достижение субъективного благополучия зависит от ощущения автономности, которая имеет корреляционные связи с психоэмоциональной симптоматикой, изменением настроения, значимостью социального окружения и самооценкой здоровья.

Для мигрантов в США основой субъективного благополучия является аутосимпатия, она имеет тесные корреляционные взаимосвязи с такими компонентами, как напряженность и чувствительность, изменение настроения, значимость социального окружения и удовлетворенность повседневной деятельностью.

У россиян, живущих в России, субъективное благополучие находится во взаимосвязи с креативностью и с принятием природы человека. В ходе исследования нами обнаружены следующие корреляционные свя-

зи: взгляд на природу человека и напряженность, креативность и психоэмоциональная симптоматика, взгляд на природу человека и значимость социального окружения, а также креативность и изменение настроения.

Для мигрантов в Германии детерминирующим фактором субъективного благополучия являются ценности, характерные для самоактуализирующейся личности. Нами обнаружены следующие корреляционные зависимости: ценностей с напряженностью, изменением настроения, значимостью социального окружения, а также – ценностей и удовлетворенности повседневной деятельностью.

Примечания

¹ См.: Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы / Р.М. Шамионов. Саратов, 2008. С.41.

² См.: Соколова М.В. Шкала субъективного благополучия / М.В. Соколова. Ярославль, 1996.

³ См.: Диагностика самоактуализации личности (А.В. Лазукин в адаптации Н.Ф. Калина) // Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. М., 2002. С.426–433.

⁴ См.: Шамионов Р.М. Указ. соч. С.113.