

## **Исследование динамики эмоциональных состояний личности в условиях временной кросс-культурной миграции**

*Гришина Е. А.*

В условиях глобализации, отличающих последние десятилетия, значительно повысилась международная мобильность населения, имеющая серьезные психологические последствия для эмоционального благополучия и психического здоровья человека. Центральной проблемой нашего исследования является динамика протекания и изменения эмоциональных состояний человека в процессе адаптации к инокультурной среде. Мы подходим к данной проблеме как к общепсихологической и объектом своего исследования делаем эмоциональные состояния, развивающиеся в условиях

кросс-культурной адаптации, а предметом – их структуру и динамику протекания на примере временно проживающих в России представителей англоязычных стран. Это благополучная категория временных мигрантов – с добровольной мотивацией к переезду, четкими целями и конкретными планами, достаточно высоким материальным и социальным статусом, поэтому на ее примере можно исследовать эмоциональную структуру и динамику кросс-культурной адаптации без учета дополнительных негативных факторов, осложняющих адаптацию вынужденных мигрантов.

Основная гипотеза исследования: кросс-культурная адаптация временных мигрантов сопровождается развитием стресса аккультурации, проявляющегося в виде сложного динамического комплекса эмоциональных состояний, структура и характер изменений которого обусловлены субъективной оценкой степени сходства между исходной и принимающей культурами и индивидуально-психологическими особенностями адаптантов. Выборка состояла из 110 граждан англоязычных стран с различной длительностью проживания в России.

Основные выводы, сделанные по результатам исследования:

- Несмотря на добровольный и временный характер миграции, наличие четких целей, конкретных планов, материальную обеспеченность, достаточно высокий социальный статус и доброжелательное отношение местного населения, кросс-культурная адаптация представителей англоязычных стран в России сопровождается развитием стресса аккультурации.
- Сравнение интенсивности эмоциональных показателей в подгруппах с разной длительностью проживания в России и оценка сдвигов в показателях в течение шести месяцев позволили выявить следующие стадии динамических изменений эмоциональных состояний:
  - Для начальной стадии адаптации характерен низкий уровень тревожно-депрессивных состояний, а незначительное повышение ситуативной тревожности связано как с негативными, так и с позитивными переживаниями.
  - В среднем после двух месяцев повышается ситуативная тревожность, сопровождающаяся развитием эмоций депрессивного комплекса, таких как печаль, аутоагрессия, стыд, вина.
  - После одного года миграции происходит снижение тревожно-депрессивных состояний, однако это нельзя рассматривать как полностью положительную тенденцию, поскольку оно сопровождается снижением уровня позитивных эмоций на фоне умеренных состояний агрессивного характера.