DOI: 10.17689/psy-2019.2.9

УДК 159.9

Теоретический анализ проблемы адаптации мигрантов в контексте феномена субъективного благополучия

© 2019 Путилова Наталья Викторовна*,

*****аспирант кафедры «Общая психология» ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет» (г. Пенза, Россия), natalia-p@bk.ru

Аннотация: В статье изложены результаты изучения взаимосвязи характеристик социально-психологической адаптации мигрантов и субъективного благополучия. Приведены данные о влиянии мотивации к миграции (добровольность или вынужденность) и домиграционных ожиданий на когнитивный компонент (удовлетворенность жизнью) и аффективный компонент (эмоциональный) субъективного благополучия. Рассматривается степень совпадения притязаний и достижений в наиболее важных сферах жизни до и после миграции. Исследуется взаимосвязь феномена субъективного благополучия с успешностью социально-психологической адаптации или дезадаптацией.

Ключевые слова: субъективное благополучие, мигранты, социально-психологическая адаптация, дезадаптация, интеграция, удовлетворенность жизнью, эмоциональное благополучие.

Theoretical analysis of the problem of adaptation of migrants in the context of the phenomenon of subjective well-being

© 2019 Putilova Natalya Viktorovna*,

*Postgraduate Student «General psychology» department of Penza State University (Penza, Russia), natalia-p@bk.ru

Annotation: The paper presents the results of studying the relationship between the characteristics of the socio-psychological adaptation of migrants and subjective well-being. The data on the influence of motivation for migration (voluntariness or compulsion) and pre-migration expectations on the cognitive component (satisfaction with life) and the affective component (emotional) of subjective well-being are presented. The degree of coincidence of claims and achievements in the most important areas of life before and after migration is considered. The relationship of the phenomenon of subjective well-being with the success of socio-psychological adaptation or maladaptation is investigated.

Key words: subjective well-being, migrants, socio-psychological adaptation, maladaptation, integration, life satisfaction, emotional well-being.

Влияние миграции на финансово-экономические, социальные, политические, демографические показатели развития страны вызывает все больший интерес со стороны социальных институтов. Последствия миграции до сих пор являются предметом спора, как среди исследователей данного феномена, так и среди населения.

Численность трудовых ресурсов в РФ постоянно снижается, в условиях старения коренного населения приток рабочей силы становится особо актуальным. Для развития экономики, запланированными правительством РФ темпами, необходим ежегодный прирост рабочей силы на 1-1,5% в год. В 2018 году впервые за долгое время миграционный прирост (приехавшие минус уехавшие) не смог компенсировать естественную убыль населения. Прирост мигрантов 124,8 тыс. чел, естественная убыль населения- 218,4 тыс. чел. По прогнозу специалистов к 2030 году при существующем положении дел неизбежны потери более десяти миллионов трудоспособных граждан. Увеличение пенсионного возраста более 55 лет, замена ряда рутинных профессий роботами не способно компенсировать потери. [23]

Без привлечения трудового человеческого капитала Российская экономика столкнется с существенным ограничением экономического роста.

Здесь мы сталкиваемся с амбивалентностью феномена миграции. При очевидном экономическом эффекте миграции не все так однозначно с социальной стороной этого вопроса. Среди местных жителей часто можно встретить негативное отношение к приезжим. И этому есть свои причины: повышение конкуренции на рынке труда, конфликты на этнокультурной почве, рост преступности.

Значительная часть иностранной рабочей силы прибывает из Центральной Азии, где процветает идеология радикального исламизма. Такие лица могут являться легкой добычей вербовщиков международных террористических организаций. Также известны случаи, когда мигранты являются курьерами для поставки в Россию наркотических веществ. По оценкам представителей российских силовых ведомств 75% из всех зарегистрированных случаев изнасилований приходится на долю приезжих. Причем 90% из них – это выходцы из стран Азии: Узбекистана, Таджикистана, Киргизии [24].

Все вышеуказанные моменты свидетельствуют о необходимости поиска решения в вопросе гармоничной интеграции мигрантов в наше общество.

Один из важнейших критериев, по которому можно оценивать успешность проводимой государством политики, является качество жизни населения. Субъективное благополучие считается одним из главных характеристик качества жизни.

Уровень субъективного благополучия не просто поддается измерениям. Только часть показателей имеют объективную оценку: ВВП на душу населения, уровень смертности, доходов и др. Значительная часть может быть оценена, основываясь только на субъективных представлениях людей о жизни в целом, здоровье, доходах.

Субъективное благополучие – это психологический феномен, который олицетворяет естественное стремление человека к внутреннему равновесию, комфорту, ощущению счастья [1].

Еще древние мыслители пытались выяснить, что такое счастье, дать ему определение, рассмотреть этот феномен с разных сторон. Изучали саму возможность наступления счастья, его назначение, можно ли переживая счастье, сознавать его и как долго может длиться это переживание и т.п.

Идея счастья является одной самых исследуемых тем с древних времен до сих пор. Демокрит утверждал, что счастливая жизнь зависит не столько от внешних событий, удачной судьбы, сколько от внутреннего состояния человека. Главным в счастливой жизни является не то, что человек имеет, а что он чувствует при этом. Счастливая жизнь с точки зрения Демокрита – это жизнь, которая оценивается положительно, которой сам человек доволен.

Противоположной точки зрения придерживались Сократ, Платон и их последователи, которые считали, что для счастливой жизни необходимо обладать высшими благами, а самоудовлетворение является их следствием.

Источником счастья для Аристотеля является «деятельность души в полноте добродетели», дающая человеку моральное удовлетворение и наслаждение. По его мнению, живя добродетельно, человек может быть счастлив и обладать высшим благом. Свои идеи о счастье Аристотель систематизировал в «Никомаховой этике» и «Большой этике», став основоположником этики, как науки. Антисфен, основоположник кинической школы, придерживался схожих взглядов на добродетель, которую считал ключом к счастью. Желание и воля у Антисфена являлись необходимым условием добродетели.

В настоящее время существует два основных подхода к пониманию субъективного благополучия – гедонистический и эвдемонистический. К представителям гедеонистического подхода относят Н. Брэдберна и Э. Динера. Н. В основе этого подхода лежит идея, что движущей слой человека является

стремление к наслаждению. Динер увидел связь между субъективным благополучием и богатством. При высоких доходах эта связь ослабевает, по-разному проявляется в разных странах [2]. Эвдемонистический подход видит психологическое благополучие важным критерием самореализации. Данный подход разрабатывался представителями гуманистической психологии А. Маслоу, А. А. Кроник, К. Рифф [2].

В явлении «субъективного благополучия» выделяют два компонента: когнитивный (удовлетворенность жизнью) и аффективный (эмоциональный). Когнитивный компонент включает в себя общую удовлетворенность жизнью в разных сферах жизни, таких как семья, здоровье, работа, доход и т.д. Аффективный компонент основывается на переживании положительных или отрицательных эмоций в различных сферах жизни или по отношению к жизненным обстоятельствам [6,7].

В психологии исследования субъективного благополучия базируются на субъектном и комплексном подходах. С точки зрения субъектного подхода личность рассматривается с точки зрения ее активной позиции, способности к самоактуализации, саморазвитию, наличия поставленных целей, осуществлению собственного выбора, и других качеств, проявляющихся в субъектной позиции личности [5].

Шамионов Р.М. считает, что субъектная позиция предопределяет качественные характеристики отношения личности не только к объектам окружающего мира, но и другим субъектам [3].

Комплексный подход рассматривает субъективное благополучие как сложную модель, которая объединяет в себе как компоненты эвдемонистического подхода, так и гедонистического [2,3].

Многочисленные социально-психологических исследования позволили выявить массу факторов, оказывающих влияние на уровень удовлетворенности жизнью. Одни исследователи большее внимание уделяют внешним факторам, а другие считают, что внутренние факторы оказывают более существенное

значение на удовлетворенность жизнью и ощущение счастья. В свою очередь факторы удовлетворенности жизнью условно можно поделить на объективные и субъективные. Объективные факторы – это возраст, пол, семейное и социально-экономическое положение, среда обитания и др. К субъективным относят такие факторы как совпадение достижений и притязаний, уверенность в себе, психологическая устойчивость и др. Субъективные факторы дополняют объективные и оказывают большое влияние на удовлетворенность жизнью. Это обусловлено тем, что удовлетворенность объективными условиями тесно связана с особенностями их субъективного восприятия и личностной оценкой в зависимости от системы ценностей, ожиданий, потребностей, и др. [15, 16].

По мнению Шамионова Р.М., «удовлетворенность жизнью – сложное, динамичное социально-психологическое образование, основанное на интеграции когнитивных и эмоционально-волевых процессов, характеризующееся субъективным эмоционально-оценочным отношением <…> и обладающее побудительной силой, способствующей действию, поиску, управлению внутренними и внешними объектами» [1, 9].

На субъективное благополучие оказывают влияние такие установки, как оптимизм и пессимизм. В соответствии с указанными установками субъект строит отношения с внешним миром и собой, проецируя внутренние позитивные или негативные установки [5]. Л.В. Куликов отмечает, что субъективное благополучие, являясь важнейшей составной частью доминирующего настроения, оказывает значительной влияние на психическое состояние личности [4].

По данным Р.М. Шамионова, мир информатизации, высочайшей динамики, конкуренции, социальных сдвигов вводит огромное количество критериев «хорошей», «счастливой», «благополучной, комфортной» жизни, среди которых по-преимуществу выделяется материальная составляющая [1].
На пути к своей цели, во время движения, активных действий, не смотря на препятствия и лишения, многие счастливы и благополучны. А достигнув своей

цели, например, в виде желаемого уровня доходов, материального достатка, чувствуют пустоту, фальшь манившей их «красивой картинки», поскольку ощущения счастья и благополучия не испытывают.

Ошибочно считать, что только состояние удовлетворенности является благоприятным для человека. Неудовлетворенность в свою очередь служит двигателем активности, заставляя человека идти вперед. Личное развитие, в том числе происходит через желание изменить сложившуюся ситуацию во всех сферах жизни. В. Франкл в своей работе «Человек в поиске смысла» говорит о том, что некоторое напряжение вызванное неудовлетворенностью, необходимо для душевного благополучия [1].

С точки зрения кросс-психологии имеют значение: 1)добровольность или вынужденность миграции (мигранты добровольно принимают решение о переселении, а беженцы и коренные жители – вынужденно); 2) отсутствие или наличие территориального перемещения (переселенцы оказываются в инокультурной среде и вынуждены вступать в межнациональные контакты, приспосабливаясь к новым условиям, в то время как коренные жители попадают в ситуацию взаимодействия с другой культурой на своей территории); 3) временные рамки миграции (иммигранты и беженцы покидают свою Родину на длительный срок, либо навсегда; деловые люди, студенты и др. живут в другой культуре достаточно длительное время; туристы, участники различных конференций оказываются в непривычном окружении ненадолго) [8,12].

Благополучные страны более привлекательны для мигрантов, что не может не сказаться на субъективном благополучии коренного населения.

Условия труда и жизни коренных жителей выступают показателями общей удовлетворенностью жизнью, ее оценки как счастливой.

В рамках данного проблемнго поля проводилось незначительное количество исследований, полученные результаты свидетельствуют о прямой

зависимости субъективного благополучия коренного населения от масштабов и динамики миграции.

Влияние на субъективное благополучие структурных характеристик миграции проводилось в Великобритании, в различных округах. В районах с разнородным происхождением по странам и этнической принадлежности приезжими, белые англичане испытывают более низкую удовлетворенность от жизни, чем в кварталах с более однородным составом жителей. В европейских городах в кварталах с разнородным населением, особенно с преобладанием населения с иными этническими корнями, снижается такой показатель, как доверие к людям. Этот фактор является одним из важнейших составляющих субъективного благополучия [21].

Одновременно с этим не обнаруживается значимой обратной связи между религиозным разнообразием и субъективным благополучием, объясняется адаптацией коренного населения к существованию разных конфессий и компактностью поселения мусульман. Террористические угрозы, которые исходят от радикальных исламистских формирований, несколько ухудшают отношение к мусульманам в целом в принимающих странах [21].

Исходя из проведенных исследований, можно увидеть, что миграция оказывает противоречивое воздействие на субъективное благополучие принимающего общества. Инокультурный компонент иммиграции порождает риски дестабилизации и дезинтеграции принимающего общества, тем самым оказывая понижающее воздействие на удовлетворенность жизнью коренного населения.

Однако в Европе негативное воздействие нивелируется положительным эффектом общей численности иммигрантов и интенсивности их потоков на социальное самочувствие коренного населения. Исследования, проведенные в Германии в период с 1997 по 2007 гг., показали не сильный позитивный эффект повышения доли мигрантов в численности населения на удовлетворенность жизнью местного населения [19]. Результаты, полученные на материалах

Европейского социального исследования (ЕСИ) по 26 странам за период 2002-2010 гг. показывают, что приток мигрантов оказывает небольшое статистически значимое воздействие на ощущение счастья и удовлетворенность жизнью коренных жителей. При увеличении объема миграционных потоков на 10% уровень субъективного благополучия местного населения в последующий год увеличивается на 00,07 балла [20].

Объяснение позитивному эффекту, исходя из проведенных исследований, в использовании иностранной рабочей силы, которая благотворно влияет на положение многих местных работников. Улучшение материального положения, социального статуса, как следствие ощущение субъективного благополучия, могут усиливаться эффектом социальных сравнений с худшим положением остальных групп. По объективным показателям, таким как уровень заработной платы, уровень занятости/безработицы и т.п., к числу менее благополучных групп относятся, и мигранты [19,20].

Ряд исследователей отмечает более низкую удовлетворенность жизнью иммигрантов по сравнению с местным населением. Мигранты реже испытывают позитивные эмоции – ощущение счастья радость, а чаще негативные чувства – печаль, гнев, беспокойство и т.п. Причинами могут служить сложности адаптации, дискриминация, социальная изоляция, завышенные ожидания, снижение социального статуса с домиграционным. Увеличение доли мигрантов среди населения Канады вызывает снижение удовлетворенности жизнью местного населения на 0,07 балла. Указанный незначительный негативный эффект, который отличается от выявленного в Европе, автор объясняет преобладанием среди иммигрантов выходцев из незападных стран, что вызывает враждебную реакцию местного населения [14].

А. А. Реан описывал адаптацию как «процесс и результат внутренних изменений, активного внешнего приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования» [12]. В.В. Константинов дает такое определение: «Адаптация является процессом внутренних изменений и

активного внешнего приспособления личности к новым условиям существования» [8]. Это определение адаптации соответствует двумерной классификации А. А. Реана: оценка социальной адаптации в соответствии с реальным поведением человека к требованиям окружающего общества («внешний критерий») и достижению внутреннего личного комфорта, ощущению безопасности («внутренний критерий»).

Социальной адаптацией является деятельность, направленная на установление взаимоотношений между субъектом и окружающей средой. Основной способ адаптации мигрантов – принятие норм и ценностей, устоявшихся форм социального поведения новой социальной группы.

Важнейшим условием социально-психологической адаптации к изменяющимся условиям и одновременно критерием ее успешности/неуспешности на эмоциональном уровне является степень удовлетворенности индивида различными сторонами своей жизнедеятельности и связанное с ним ощущение субъективного благополучия личности [16].

В случае, если субъект не сумел приспособиться к новым условиям жизни, возникает дезадаптационный синдром, следствием которого являются негативные эмоциональные состояния, нарушения во взаимодействиях со средой, возможно образование симптомов невротического или психотического характера.

Широкую известность получили описанные четыре базовые стратегии в адаптации иммигрантов:

1) Стратегия «геттоизации» (пассивная автаркия) - когда мигранты оказываются в чуждом для себя окружении, испытывают культурный шок, стараются избежать контактов или свести их к минимуму. Мигранты создают свои сообщества, в которых продолжают существовать в рамках своей родной этонокультуры. Пассивная автаркия, как правило, свойственна для представителей этнических меньшинств, проживающих на территории крупных населенных пунктов.

2) Стратегия «культурной колонизации» (агрессивной автаркии) – проявляется в активном этноцентризме и интолерантности. Культура принимающей стороны категорично отвергается и подвергается критике. Мигранты напротив, стремятся привнести свои культурные стереотипы, моральные устои и образ жизни в культуру принимающей стороны, проявляя себя в качестве колонизаторов.

3) Ассимиляция, предполагающая (вынужденный или добровольный) отказ мигрантов от родной культуры, идентификацию с новым этнокультурным сообществом.

4) Интеграция (аккультурация) – наиболее успешная и гармоничная стратегия адаптации. В этом случае происходят одновременно и сохранение своей принадлежности к родной этнокультуре, и параллельно с этим интернализация культуры принимающего общества.

Юдина Т.Н. выделяет диалоговую модель интеграции, которая позволяет анализировать сложные взаимодействия между иммигрантами и коренным населением, отслеживать всевозможные стратегии интеграции на различных уровнях. В качестве стратегий интеграции можно выделить:

- включение – процесс взаимного признания и двухсторонней адаптации, результатом которого является общая культура с небольшим разнообразием;

- плюрализм – стратегия, применяемая в мультикультурном обществе, требует взаимного признания при принятии и создании культурного разнообразия;

- ассимиляцию – требует односторонней утраты мигрантами своей культуры и принятие норм и правил аборигенов;

- сегрегацию – принудительное отделение какой-либо группы населения по расовому или этническому признаку, одна из форм расовой дискриминации;

- принудительную ассимиляцию – непризнание местным населением права иммигрантов на культурные отличия;

- апартеид – разрешает культурное разнообразие, но ведет к большим лишениям в правах, власти, статусе, престиже;

- этническую чистку – сильное и радикальное непринятие коренными жителями групп мигрантов, вплоть до физической ликвидации, запрещение въезда в страну любых групп иммигрантов;

- маргинализацию – политика в отношении мигрантов, лишающая возможности многие группы мигрантов формировать отличительную культурную группу, так как данная культура рассматривается как второстепенная;

- индивидуализм – стратегия подтверждения разнообразия индивидов, где коренной житель или мигрант рассматриваются как потенциально независимые индивиды от культурной группы, поэтому они свободны в выборе норм и правил поведения [22].

Выбор стратегии адаптации зависит от целого ряда микро и макросоциальных факторов [8].

Микросоциальные факторы следующие:

Индивидуально-личностные характеристики, такие как пол, возраст, уровень образования, профессиональный стаж, уровень ожиданий и притязаний и т.д.;

Объективное и субъективное сходство и различие между этническими культурами.

К макросоциальным факторам можно отнести:

Социально-экономическая и политическая обстановка в принимающей стране;

Миграционная политика, проводимая в государстве;

Наличие общественных организаций, сообществ земляков на новой территории и др.

Адаптация является универсальным процессом приспосабливания людей к жизни социума, который зависит от институционального уровня и через

активную деятельность реализует отношения между средой и личностью. С другой стороны, этот процесс движим внутренней мотивацией, определяющей действия человека и сохраняющей при этом социальные установки. Таким образом, адаптации присущи качества, как процесса приспособления (социального феномена), так и особого состояния личности: настроений, притязаний и ожиданий, ценностных ориентаций. Обладая заложенными возможностями, человек может стать в значительной степени независимым от окружающей среды и вести свою деятельность конструктивно, изменяя собственное поведение и окружающую социальную реальность [8].

Уровень адаптации зависит во многом от мотивации мигрантов.

Приезжающие на сезонные заработки, как правило, не мотивированы на изучение языка и культурных основ принимающей стороны, их движущий мотив – экономический. То же самое относится к студентам, которые не планируют оставаться после окончания обучения.

По результатам исследований, проведенных в Соединенных Штатах, большинство мексиканских мигрантов планируют жить в Соединенных Штатах всего несколько лет, отправляя деньги на содержание своих семей и общин в Мексике. Находясь в Соединенных Штатах, они много работают на работах, в основном невидимых для публики, часто рядом с другими носителями испанского языка и мало знакомыми с английским языком. У них мало возможностей и мало мотивации для интеграции в англоязычное сообщество [25].

Австралия является мультикультурной страной благодаря последовательным волнам миграции из Европы и в последнее время из Азии. Тем не менее, новые мигранты, прибывающие в Австралию, не всегда могут адаптироваться к австралийской культуре из-за языковых и культурных барьеров. Барьеры могут зависеть от различных факторов, таких как этническая принадлежность, возраст на момент миграции, продолжительность проживания в новой стране и схема аккультурации.

Исследования показывают, что язык играет центральную роль в процессе культурной адаптации, и что продолжительность пребывания влияет на культурную адаптацию, главным образом, через языковую компетентность и знание средств массовой информации.

Для иммигрантов модель аккультурации коррелирует с обменом взглядами, ценностями и поведенческими моделями между собственной культурой и культурой принимающей стороны. Важно отметить, что эти культурные изменения могут относиться и к проблемам со здоровьем, в том числе связанным с различным поведением, связанным со здоровьем, таким как чрезмерное употребление пищи и алкоголя [27].

Для мигрантов, приехавших из стран, с более теплым климатом предстоит еще длительная оклиматизация к новым природным условиям. Более суровые климатические условия провоцируют частые простудные заболевания, разница в системе питания затрудняет процесс адаптации на физиологическом уровне.[18]

Удовлетворенность климатическими условиями оказалась связана с местом исхода и местом поселения мигрантов. Она повысилась у многих мигрантов из Узбекистана, осталась практически неизменной у мигрантов из Казахстана и Украины в Саратовскую область; понизилась у некоторых приехавших, поселившихся на Смоленщине. В ходе опроса мигранты Смоленской области жаловались на небольшое количество солнечных дней в году, на непродолжительное и нежаркое лето.[16]

На данный момент не достаточно данных о том, как климатические различия могут психологически влиять на людей, которые мигрируют из одного географического района в другой. Можно предположить, что миграция из более требовательных климатических районов в менее требовательные климатические области приведет к лучшим психологическим результатам, в то же время, прогнозируя обратное для миграции из менее требовательного к более требовательному климату. Перемещение в районы, климатически

сходные с домом, приведет к лучшим психологическим результатам, тогда как любое значительное отклонение приведет к худшим результатам.

Исследователями из Китая было проведено продольное многосайтовое исследование с участием более 1000 студентов-мигрантов, которые переехали из различных районов Китая в 12 городов. Удовлетворенность жизнью участников и уровень стресса оценивались по прибытии и в конце семестра. Многоуровневый анализ показал, что участники сообщили о наименьшем стрессе и наибольшей социокультурной адаптации, когда они мигрировали в места размещения, которые были климатически похожи на их дома. Изменение климатических условий в любую сторону вызывало повышение стресса и снижение социокультурной адаптации [26].

Важным фактором, влияющим на субъективное благополучие мигрантов, является поддержка семьи в миграционных желаниях.

В результате исследований было выявлено значительное влияние семьи на субъективное благополучие британских мигрантов перед отъездом в Новую Зеландию. Основные вопросы исследования касались взаимосвязи между поддержкой семьи и субъективным благополучием мигрантов, различиями миграционных желаний в парах и влиянием поддержки расширенной семьи. В опросе приняли участие 95 участников онлайн-форумов для мигрантов в Новую Зеландию, и результаты показали, что поддержка со стороны ближайших родственников была связана с улучшением благополучия и снижением стресса. Мигранты, которые являлись инициаторами переезда, сообщили о значительно большем стрессе и меньшей поддержке семьи, чем мигранты, у которых были партнеры, которые разделяли идею переезда за границу. Временные мигранты чувствовали большую поддержку со стороны расширенной семьи, чем мигранты, которые намеревались уехать навсегда. В целом миграционный стресс и преодоление трудностей начались задолго до отъезда из страны происхождения [28].

Факторы, влияющие на адаптацию мигрантов, могут включать планы на продолжительность проживания в новой культуре, культурные знания, степень взаимодействия и идентификации с принимающей страной, беглость речи и стратегии аккультурации.

Исходя из проведенных исследований, доминирующими факторами, влияющими на удовлетворенность жизнью у мигрантов являются мотивация к переселению (добровольность или вынужденность), совпадение домиграционных ожиданий с реалиями, уровень притязаний.

Временные мигранты чувствуют большую поддержку со стороны семьи, сохраняется культурная идентичность и прежние социальные связи. Мигранты, которые намерены уехать навсегда, оказываются в более сложной ситуации. Прежние социальные связи рвутся, иммигранты встречаются с отчуждением, как со стороны соотечественников, так и со стороны принимающего общества, повышается уровень стресса и снижается уровень субъективного благополучия.

Необходимо учитывать зарубежный опыт адаптации мигрантов, но не менее важно адаптировать его к российским реалиям. На данный момент проблема адаптации мигрантов не имеет однозначного решения. Важно продолжать исследования сложностей в процессе адаптации мигрантов в новой социокультурной среде.

Литература:

1. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов: Научная книга. 2008. С. 296–297.

2. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105–115.

3. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: этнопсихологический аспект // Проблемы социальной психологии личности. Саратов: Изд-во Саратовского университета, 2008. С. 45–52.

4. Куликов Л.В. Психогигиена личности: вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: учеб. пособие. СПб.: Питер, 2004. 464 с.

5. Абульханова К.А. Соотношение индивидуальности и личности в свете субъектного подхода // Мир психологии. 2011. № 1. С. 22–31.
6. Diener E., Biswas-Diener R. New directions in subjective well-being research: the cutting edge. Mimeo univ. of Illinois, 2000.
7. Diener E., Diener M., Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations //J. of Personality and Social Psychology. 1995. V. 69. P. 851–864.
8. Константинов В. В. Социально-психологическая адаптация мигрантов: теория и эмпирические исследования Москва: Перо, 2018. – 236 с.
9. Шамионов Р. М. Личность как субъект отношений и взаимоотношений // Известия
10. Саратовского университета. Новая серия. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2011. № 1. Т. 11. С. 94–99.
11. Аргайл М. Психология счастья. М.: Прогресс, 1990. 336 с.
12. Реан, А. А. Психология адаптации личности / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов; Регион. лечеб.-диагност. мед. центр «Бехтерев», Благотвор. некоммер. фонд «Здоровое будущее». – СПб. : Мед. пресса, 2002. – 349 с.
13. Бочарова Е.Е. Взаимосвязь субъективного благополучия и социальной активности личности: кросскультурный аспект // Социальная психология и общество. 2012. № 4. С. 53–63.
14. Цапенко И.П. ВЕСТНИК РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК, 2015, том 85, № 10, с. 906–915 «Социальные эффекты иммиграции»
15. Смотрова Т. Н., Гриценко В. В. Удовлетворенность различными сторонами жизнедеятельности как показатель успешности социально-психологической адаптации соотечественников в России // Изв. Сарат. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2017. Т. 6, вып. 1 (21). С. 53–58. DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-1-53-58.
16. Гриценко В. В., Смотрова Т. Н. Соответствие домиграционных ожиданий реальным условиям проживания как фактор успешности адаптации соотечественников из Украины и Казахстана // Социально-психологическая

адаптация мигрантов в современном мире : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. В. В. Константинов. Пенза, 2016. С. 53–59.
17. Галиахметова Л. И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью : проблема взаимосвязи // Вестн. Башк. ун-та. 2015. Т. 20 вып. 3. С. 1114–1117.
18. Кашпур В. В. Социокультурная адаптация мигрантов: проблемы и стратегии (томский кейс) / В. В. Кашпур, И. Г. Поправко // Вестник Томского государственного университета. 2012. № 354. С. 88-93.
19. Akay A., Constant A., Giulietti C. The Impact of Immigration on the Well-Being of Natives. IZA DiscussiomPaper. 2012. № 6630. http://ftp.iza.org/dp6630.pdf
20. Betz W., Simpson N. The Effects of International Migration on the Well-being of Native Populations in Europe // IZA Journal of Migration. 2013. № 12.
21. Longhi S. Cultural Diversity and Subjective Well-being //IZA Journal of Migration. 2014. № 3.
22. Юдина Т.Н. Миграция: словарь основных терминов. Учебное пособие. – М.: РГСУ, 2007.
23. Федеральная служба государственной статистики РФ (Росстат) – данные за 2018 г.
24. Выступление министра внутренних дел РФ генерала полиции Владимира Колокольцева в Совете Федерации в рамках «правительственного часа» по вопросам противодействия экстремизму и обеспечения общественной безопасности от 25.03.2015 г.
25. Strengthening Social Capital through Bilingual Competence in a Transnational Migrant Community: Mexicans in Upstate New York. Kate Grim-Feinberg International MigrationVolume 45, Issue 1.
26. Climatic effects on the sociocultural and psychological adaptation of migrants within China: A longitudinal test of two competing perspectives. Alexander S. English Jonas R. Kunst David L. Sam First published: 15 April 2019 https://doi.org/10.1111/ajsp.12363

27. Australian migrants' social cultural adaptation and consumption behaviour towards food and alcohol. Denni Arli Jeawon Kim Sharyn Rundle-Thiele Aaron Tkaczynski https://doi.org/10.1111/ijcs.12439

28. Family social support during the predeparture period: The experience of British migrants. Aidan S. Tabor Taciano L. Milfont https://doi.org/10.1080/00207594.2011.634008

References:

1. SHamionov R.M. Sub"ektivnoe blagopoluchie lichnosti: psihologicheskaya kartina i faktory. Saratov: Nauchnaya kniga. 2008. S. 296–297.

2. Sozontov A.E. Gedonisticheskij i evdemonisticheskij podhody k probleme psihologicheskogo blagopoluchiya // Voprosy psihologii. 2006. № 4. S. 105–115.

3. SHamionov P.M. Sub"ektivnoe blagopoluchie lichnosti: etnopsihologicheskij aspekt // Problemy social'noj psihologii lichnosti. Saratov: Izd-vo Saratovskogo universiteta, 2008. S. 45–52.

4. Kulikov L.V. Psihogigiena lichnosti: voprosy psihologicheskoj ustojchivosti i psihoprofilaktiki: ucheb. posobie. SPb.: Piter, 2004. 464 s.

5. Abul'hanova K.A. Sootnoshenie individual'nosti i lichnosti v svete sub"ektnogo podhoda // Mir psihologii. 2011. № 1. S. 22–31.

6. Diener E., Biswas-Diener R. New directions in subjective well-being research: the cutting edge. Mimeo univ. of Illinois, 2000.

7. Diener E., Diener M., Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations //J. of Personality and Social Psychology. 1995. V. 69. P. 851–864.

8. Konstantinov V. V. Social'no-psihologicheskaya adaptaciya migrantov: teoriya i empiricheskie issledovaniya Moskva: Pero, 2018. – 236 s.

9. SHamionov R. M. Lichnost' kak sub"ekt otnoshenij i vzaimootnoshenij // Izvestiya

10. Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Ser. Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika. 2011. № 1. T. 11. S. 94–99.

11. Argajl M. Psihologiya schast'ya. M.: Progress, 1990. 336 s.

12. Rean, A. A. Psihologiya adaptacii lichnosti / A. A. Rean, A. R. Kudashev, A. A. Baranov; Region. lecheb.-diagnost. med. centr «Bekhterev», Blagotvor. nekommer. fond «Zdorovoe budushchee». – SPb. : Med. pressa, 2002. – 349 s.
13. Bocharova E.E. Vzaimosvyaz' sub"ektivnogo blagopoluchiya i social'noj aktivnosti lichnosti: krosskul'turnyj aspekt // Social'naya psihologiya i obshchestvo. 2012. № 4. S. 53–63.
14. Capenko I.P. VESTNIK ROSSIJSKOJ AKADEMII NAUK, 2015, tom 85, № 10, s. 906–915 «Social'nye effekty immigracii»
15. Smotrova T. N., Gricenko V. V. Udovletvorennost' razlichnymi storonami zhiznedeyatel'nosti kak pokazatel' uspeshnosti social'no-psihologicheskoj adaptacii sootechestvennikov v Rossii // Izv. Sarat. un-ta. Nov. ser. Ser. Akmeologiya obrazovaniya. Psihologiya razvitiya. 2017. T. 6, vyp. 1 (21). S. 53–58. DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-1-53-58.
16. Gricenko V. V., Smotrova T. N. Sootvetstvie domigracionnyh ozhidanij real'nym usloviyam prozhivaniya kak faktor uspeshnosti adaptacii sootechestvennikov iz Ukrainy i Kazahstana // Social'no-psihologicheskaya adaptaciya migrantov v sovremennom mire : materialy III Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. / otv. red. V. V. Konstantinov. Penza, 2016. S. 53–59.
17. Galiahmetova L. I. Blagopoluchie, sub"ektivnoe blagopoluchie, udovletvorennost' zhizn'yu : problema vzaimosvyazi // Vestn. Bashk. un-ta. 2015. T. 20 vyp. 3. S. 1114–1117.
18. Kashpur V. V. Sociokul'turnaya adaptaciya migrantov: problemy i strategii (tomskij kejs) / V. V. Kashpur, I. G. Popravko // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. 2012. № 354. S. 88-93.
19. Akay A., Constant A., Giulietti C. The Impact of Immigration on the Well-Being of Natives. IZA DiscussiomPaper. 2012. № 6630. http://ftp.iza.org/dp6630.pdf
20. Betz W., Simpson N. The Effects of International Migration on the Well-being of Native Populations in Europe // IZA Journal of Migration. 2013. № 12.

21. Longhi S. Cultural Diversity and Subjective Well-being //IZA Journal of Migration. 2014. № 3.
22. YUdina T.N. Migraciya: slovar' osnovnyh terminov. Uchebnoe posobie. – M.: RGSU, 2007.
23. Federal'naya sluzhba gosudarstvennoj statistiki RF (Rosstat) – dannye za 2018 g.
24. Vystuplenie ministra vnutrennih del RF generala policii Vladimira Kolokol'ceva v Sovete Federacii v ramkah «pravitel'stvennogo chasa» po voprosam protivodejstviya ekstremizmu i obespecheniya obshchestvennoj bezopasnosti ot 25.03.2015 g.
25. Strengthening Social Capital through Bilingual Competence in a Transnational Migrant Community: Mexicans in Upstate New York. Kate Grim-Feinberg International MigrationVolume 45, Issue 1.
26. Climatic effects on the sociocultural and psychological adaptation of migrants within China: A longitudinal test of two competing perspectives. Alexander S. English Jonas R. Kunst David L. Sam First published: 15 April 2019 https://doi.org/10.1111/ajsp.12363
27. Australian migrants' social cultural adaptation and consumption behaviour towards food and alcohol. Denni Arli Jeawon Kim Sharyn Rundle-Thiele Aaron Tkaczynski https://doi.org/10.1111/ijcs.12439
28. Family social support during the predeparture period: The experience of British migrants. Aidan S. Tabor Taciano L. Milfont https://doi.org/10.1080/00207594.2011.634008