

Фред Рюдель МБАНИ – магистрант образовательной программы «Прикладная лингвистика» Института социальных и гуманитарных наук Тюменского государственного университета
Россия, г. Тюмень, e-mail: fredmbani6@gmail.com

УДК 316.7

Для цитирования: Ф.Р. Мбани. Культурная дезориентация как феномен современного социума // Журнал «Общество и государство». 2023. № 4 (44). С. 15-21. DOI: 10.24412/2224-9125-2023-4-15-21

КУЛЬТУРНАЯ ДЕЗОРИЕНТАЦИЯ КАК ФЕНОМЕН СОВРЕМЕННОГО СОЦИУМА

АННОТАЦИЯ

В статье рассматриваются природа, стадии и причины культурной дезориентации, а также предоставлены общие рекомендации по управлению преодолению последствий культурной дезориентации в различных жизненных обстоятельствах. Автор описывает культурную дезориентацию с психофизиологической и социокультурной точек зрения, опираясь на доктринальные источники. Подчеркивается, что оценка имеющегося на сегодня исследовательского опыта культурной дезориентации в социуме предполагает, что ее разрешение должно происходить посредством когнитивной ориентации и поведенческой корректировки, включая признание характеристик культурной дезориентации и реализацию стратегий по ее разрешению.

Ключевые слова: культурная дезориентация, культурная адаптация, межкультурная коммуникация, бикультурализм, этноцентризм, аккультурирование, кинесика, проксемика.

Fred Rudel MBANI – master student of the educational program «Applied Linguistics» of the Institute of Social and Human Sciences, Tyumen State University
Russia, Tyumen, e-mail: fredmbani6@gmail.com

CULTURAL DISORIENTATION AS A PHENOMENON OF MODERN SOCIETY

ANNOTATION

The article discusses the nature, stages and causes of culture shock, and also provides general recommendations for managing overcoming the consequences of culture shock in various life circumstances. The author describes culture shock from psychophysiological and sociocultural points of view, relying on doctrinal sources. It is emphasized that the assessment of the current research experience of culture shock in society suggests that its resolution should occur through cognitive orientation and behavioral adjustment, including recognition of the characteristics of culture shock and the implementation of strategies to resolve it.

Keywords: cultural disorientation, cultural adaptation, intercultural communication, biculturalism, ethnocentrism, acculturation, kinesics, proxemics.

Культурная дезориентация (культурный шок) — это многогранный опыт, формирующийся в результате многочисленных стрессоров, возникающих при контакте индивида с другой культурой [2, с. 237; 4, с. 190]. Как справедливо отмечают представители экспертного сообщества, в настоящее время болезненное вхождение в новую культуру объясняется, во-первых, ее неожиданностью, а во-вторых, возможной переоценкой собственной культуры не в ее пользу [6, с. 2]. Так, культурная дезориентация возникает у мигрантов (прибывших, к примеру, с целью осуществления трудовой деятельности, учебы, лечения и т.д.) [13, с. 33-36; 10, с. 45]; беженцев [1; 7]; бизнесменов, находящихся за границей для налаживания деловых контактов [25] и т.п. Культурная дезориентация может иметь место и у граждан, проживающих в своей стране

под воздействием изменений в национальной культуре и иных общественных институтах, подвергающихся реорганизации (семья, трудовой коллектив, армия и т.д.) [3; 5; 17, с. 101-106; 23].

Реакции на культурную дезориентацию могут вызвать психологические кризисы или социальные дисфункции, когда они мешают индивиду работать в новой культурной или субкультурной среде. В условиях все более увеличивающейся мультикультурности современного общества [22, с. 34-37], каждый из нас сталкивается с различной степенью культурной дезориентации при взаимодействии с незнакомой культурой или субкультурой [19]. Таким образом, можем говорить, что необходимость профессиональной помощи населению в преодолении негативных последствий культурной дезориентации становится все более

актуальной [15, с. 133].

Факторы, вызывающие культурный шок, разнообразны, включая предыдущий опыт взаимодействия с другими культурами, уровень различий между собственной и новой культурой, наличие социальной поддержки и индивидуальные психологические особенности [8]. Учитывая множество возможных сценариев культурного шока, важно разрабатывать программы подготовки, ориентации и освоения социокультурных навыков, соответствующих принимающей культуре [21, с. 13]. Необходимо понимать, что переживание культурного шока является естественной реакцией на новую социальную среду. Для эффективной борьбы с последствиями культурного шока необходимо распознавать случаи, создающие условия для его проявления, применять модели поведения для его преодоления путем мер адаптации.

Совокупная эффективность комбинированного когнитивно-поведенческого подхода к управлению культурным шоком подкрепляется различными факторами, включая характер ситуаций, приводящих к возникновению культурного шока [12]. Учитывая, что культурная дезориентация частично связана с когнитивной перегрузкой и нарушениями поведения, и поскольку межкультурная эффективность основана на понимании и адаптации поведения, наилучший способ преодоления культурного шока заключается в применении подхода социального обучения, который позволяет новым убеждениям и когнитивной информации интегрироваться в поведенческую систему индивида.

В данной статье представлены рекомендации по более эффективному управлению культурной дезориентацией с использованием стратегий, направленных на повышение осведомленности, обучение и адаптацию. Два основных подхода включают в себя:

- (а) понимание особенностей, этапов и причин культурной дезориентации;
- (б) развитие знаний и поведенческих стратегий для преодоления культурной дезориентации.

Характеристики и стадии культурной дезориентации.

Изначально культурный шок (дезориентация) был определен как реакция на напряжение и тревогу, возникающие при контакте с новой культурой, а также как чувство дезориентации из-за утраты привычных культурных обозначений и социальных норм [20]. Тафт исследовал несколько определений культурного шока и представил сводную характеристику этого явления: чувство беспомощности из-за невозможности адаптироваться к новой среде из-за нехватки знаний о культурных особенностях и навыков социальной роли. [23, с125-153].

Хотя клиническая модель культурной дезориентации как психологической и когнитивной реакции широко утверждается, последствия дезориентации оказываются значительно более разнообразными. Культурная дезориентация возникает как при адаптации к новой культурной среде, так и в результате потери привычной культурной обстановки.

Реакция на культурную дезориентацию и стресс приводит к психологическим и физиологическим изменениям, обусловленным изменениями в социокультурных отношениях, когнитивной перегрузкой, ролевым стрессом и утратой идентичности.

Стадии (фазы) культурного шока (дезориентации) и его разрешения различают по-разному, обычно выделяя четыре [14]. В научной литературе их именуют:

1. Медовый месяц или туристический этап.
2. Фаза кризиса или культурного шока.
3. Фаза адаптации, переориентации и постепенного восстановления.
4. Фаза адаптации, разрешения или аккумуляции.

Фазы являются как последовательными, так и циклическими. Переход от кризисов к коррективке поведения и адаптации может повторяться по мере возникновения новых социальных потрясений, требующих, в свою очередь, дополнительных корректировок. При таких обстоятельствах личность можно фактически стать бикультурной.

Медовый месяц или туристический этап. На первом этапе люди переживают типичные эмоции при погружении в другую культурную среду, будь то медовый месяц, отпуск или короткая деловая поездка. В этот момент возникают интерес, волнение, эйфория, бессонница, позитивные ожидания и идеализация новой культуры. Несмотря на возможные признаки тревоги и стресса, обычно эти эмоции воспринимаются положительно.

Такой опыт носит зачастую ограниченный характер (гостиницы, курорты, аэропорты и т.п.), которые изолируют прибывших людей от всех красок местной культурой.

Фаза кризиса или культурного шока. Момент, когда наступит данный этап после периода медового месяца зависит от индивидуальных особенностей, подготовки и других личных факторов. Этот кризисный период может наступить сразу после прибытия в новую среду или отложиться на некоторое время, но обычно происходит в течение нескольких недель или месяца. Фаза адаптации может начаться со столкновения с полномасштабным кризисом или фрагментарными реакциями на новую ситуацию. Для некоторых людей культурная дезориентация может наступить моментально, например, при переезде в мегаполис, такой как Нью-Йорк. Несмотря на индивидуальные различия в реакциях, существуют общие черты культурного шока: возникают препятствия, пустяки становятся проблемами, а культурные различия начинают раздражать. Человек, в момент перехода в данную фазу, начинает испытывать нарастающее напряжение, нетерпение и, как следствие, разочарование, что неизбежно приведет к депрессии, гневу или враждебности и изоляции. Типичными реакциями также являются чрезмерная чувствительность, подозрительность и паранойя со страхом подвергнуться ограблению или нападению. Важным на этом этапе являются поддерживающее поведение, направленное на восстановление привычных куль-

турных моделей поведения и обеспечение изоляции от чужеродной культуры.

Этап адаптации и переориентации. Третий этап связан с обучением эффективной адаптации к новой культурной среде. Преодоление культурного шока заключается в успешном освоении новой культуры, включая различные корректировки. Тем не менее, многие за границей не достигают необходимого уровня адаптации и предпочитают вернуться на родину. Другие выбирают формы изоляции, например, общение в пределах диаспоры, что является типичной реакцией для многих иммигрантов первого поколения.

Однако если индивид желает функционировать эффективно, ему необходимо приспособливаться к окружающей среде. Человек начинает воспринимать культурные традиции с позитивным настроем. Новая культура начинает обретать смысл. На этапе адаптации проблемы не заканчиваются, но у человека развивается позитивное отношение к решению проблем, необходимых для функционирования в новой культуре. Адаптация происходит медленно, включая периодические поведенческие кризисы.

Стадия адаптации, разрешения или аккультурации. Четвертый этап достигается по мере познания особенностей новой культурой. Хотя полная ассимиляция достаточна трудна, а в отдельных случаях даже невозможна, человек аккультурируется, претерпевая существенные личностные изменения посредством культурной адаптации и развития бiculturalной идентичности. Достижение этой стадии требует конструктивного ответа на культурный шок с использованием эффективных средств адаптации.

Причины культурной дезориентации

Воздействие новой окружающей среды вызывает стресс, усиливая физиологические реакции организма человека, расстройство психики, что может вызвать его дисфункцию и привести к иным неблагоприятным последствиям. У людей зачастую усиливается депрессивное состояние, что провоцирует панические атаки и прочие неврозы.

Существенной частью культурной дезориентации и возникающего в связи с ней стресса является когнитивная усталость, вызванная «информационной перегрузкой». Процесс адаптации требует значительных усилий для толкования новых языковых элементов и понимания новой невербальной, поведенческой, контекстуальной и социальной коммуникации. Переход от автоматического, бессознательного и естественного функционирования в рамках собственной культуры к осознанным усилиям и вниманию, необходимым для усвоения всей этой новой информации, приводит к умственной и эмоциональной усталости, а также к выгоранию. Более того, социальные роли, оказывающие влияние на личную идентичность, могут быть утрачены в новой культуре. В новом культурном окружении привычные роли в значительной степени исчезают, уступая место незнакомым ролям и ожиданиям, что вызывает ролевой шок. В результате человек испытывает неопределенность по поводу своего

социального статуса, потерю привычных социальных связей и ролей, а также конфликт с новыми, несовместимыми с предыдущей самоидентификацией представлениями.

Имеется гипотеза Райнсмита о том, что культурный шок может вызвать «преходящий невроз», временное эмоциональное расстройство, и в более критических случаях может иметь черты острого психоза с параноидальными чертами [21]. Ученый Колс продвинулся дальше предположив, что основные и тяжелые симптомы культурного шока могут приводить к уменьшению или чрезмерному сну, а также чрезмерному употреблению еды и питья, раздражительности, граничащей с враждебностью, напряженности и конфликтам в семье, апатии к работе и т.д. [18]. Хотя эти симптомы могут быть характерны и для других заболеваний, «если симптомы проявляются на протяжении проживания и работы за границей, можно быть уверенным, что происходит культурный шок.» [14, с. 143].

Тактики преодоления культурной дезориентации и эффективной адаптации к новой среде

Адаптация к культурной дезориентации имеет множество переменных, включая личные черты, цели и потребности человека, а также культурный и социальный контекст этой адаптации. Одновременно с этим, существуют универсальные аспекты, которые необходимо учитывать. Необходимо осознавать дезориентацию, применять навыки урегулирования кризисных ситуаций и понимать, что личные изменения и коррекции поведения играют фундаментальную роль в преодолении культурного шока и его преодоления. Важно отметить, что успешная адаптация не означает необходимости полной ассимиляции. Скорее, он должен научиться приспособливаться (аккультурироваться). Адаптация требует развития толерантности к местной культуре, не отрицающей при этом свою идентичность, ценности или культуру. Многие люди (например, иностранные студенты) могут эффективно справляться с культурным шоком, приспособляясь как к языковой, так и социальной среде, при этом, не внося серьезных изменений в существовавший ранее образ жизни [9, с. 267]. Задача состоит в том, чтобы сделать это в новой культурной среде.

Тафт в семидесятые годы высказал предположение, что управление культурной дезориентацией и процессом адаптации к новому обществу является уникальным случаем адаптации индивида, который может быть рассмотрен в контексте социализации, ресоциализации, а также в индивидуально-групповых отношениях. Этот процесс требует от человека изменения личности для достижения эмоционального комфорта, пересмотра своих референтных групп и социальной идентичности для чувства принадлежности, усвоения новых культурных знаний, навыков, взглядов и убеждений, а также принятия новых культурно обусловленных ролей для обеспечения функциональной интеграции [23, р. 125-153].

Уже в восьмидесятые годы Райнсмит предложил процесс преодоления культурного шока, вклю-

чающий три этапа: выявление причины, анализ реакции и межкультурную адаптацию [21].

Подход теории социального обучения, объединяющий когнитивные и поведенческие стратегии, является эффективным инструментом для межкультурного обучения и повышения эффективности [12, с. 113-136]. Успешное управление культурной дезориентацией зависит от осознания пережитого, когнитивной ориентации, способствующей успешной адаптации, и развития поведенческих навыков, способных смягчить или устранить дезориентацию.

Оценка своей способности адаптироваться к новой культуре это хороший первый шаг еще до перехода к новой культуре. Не все люди в равной степени готовы принять суровые условия культурной дезориентации и дальнейшей социальной адаптации.

Необходимо признать, что проблемы, возникающие в межкультурном контакте, обязательно влекут за собой культурный шок и затрагивают поведенческие начала человека. Культурную дезориентацию можно свести к минимуму, при условии преждевременной подготовки к погружению в чужеродную культуру, используя ресурсы, способствующие скорейшей адаптации.

Процесс успешной адаптации к новой культуре должен поддерживаться межкультурным обучением, поскольку он в целом облегчает культурную акклиматизацию к новой культуре. Исследователи изучаемого явления выделяют межкультурное обучение, как способ приобретения и повышения навыков человека, которые уменьшат непонимание чужой культуры и обеспечат основу знаний для надлежащего поведения [12].

Очень важно осознавать основные конфликты ценностей, с которыми придется столкнуться в новой среде. Ценностные оценки являются важным инструментом самосознания. Отношение человека к новой культуре и его открытость к изменениям играют решающую роль в процессе адаптации. Важно осознавать преимущества жизни в ином культурном окружении, позитивно относиться к приобретаемому опыту и ценить новую культуру, не проводя постоянных параллелей с прежней, родной обстановкой. Также важно готовиться к справляться с собственными предубеждениями и сталкиваться с возможным проявлением дискриминации. Каждая культура имеет тенденцию к этноцентризму, и ее представители обычно воспринимают свои собственные традиции как более превосходные.

Успешная адаптация также зависит от наличия необходимых ресурсов для плавного перехода к жизни в новой культуре. Физиологические потребности, такие как питание и обеспечение безопасности, должны быть удовлетворены должным образом. Решение базовых вопросов, таких как питание, жилье и транспорт, позволяет индивидууму сосредоточить внимание на культурной адаптации.

Управление стрессом играет центральную роль в межкультурной адаптации, адаптации и эффектив-

ности, поскольку неопределенность часто служит источником стресса, ее снижение путем осознания процесса межкультурной адаптации, формирования четких и реалистичных ожиданий, а также обучения умению принимать неопределенность, способствует успешной адаптации [25].

Как поддерживающее, так и восстановительное поведение играют важную роль в управлении стрессом и укреплении личного благополучия в процессе культурной адаптации. Поддерживающее поведение представляет собой постоянную деятельность, необходимую для обеспечения чувства благополучия и сохранения культурной идентичности, способствующее восстановлению жизненно важных аспектов личности, потерянных в новой культурной среде. Такие действия как общение на родном языке, поддержание привычного питания, чтение литературы и изданий из родной страны, общение и взаимодействие с гражданами страны проживания, письменная переписка или телефонные звонки родным, избыточный сон, воспоминания и фантазии, или фокусирование на профессиональной деятельности, способствуют поддержанию или восстановлению чувства стабильности и благополучия. Но такое поведение также может стать средством сопротивления изменениям, необходимым для адаптации к новой культуре.

Для преодоления культурного шока важно сохранять или восстановить связи с близкими — семьей или друзьями, способствующими созданию позитивных межличностных отношений, повышению самооценки и удовлетворению эмоциональных и личностных потребностей. Эмоциональную поддержку можно получить через ведение личного дневника или корреспонденцию, где находят отражение внутренние переживания. Наслаждение новой культурой способствует адаптации и способствует поддержанию положительного эмоционального состояния.

Социальная поддержка помогает смягчить различные факторы стресса и предлагает конкретные возможности преодоления культурного шока и межкультурной адаптации, создавая ощущение поддержки, укрепляя самооценку и уверенность, а также предоставляя возможность выразить свои эмоции, что способствует пониманию стрессовых ситуаций.

Успешная межкультурная адаптация приводит к появлению бикультурной личности. Это изменение возможно при условии эмоциональной и познавательной толерантности личности — способности относиться открыто к новым идеям, убеждениям и опыту, а также способности адаптировать своё поведение к требованиям новой культуры.

Нормы общения и взаимодействия в различных культурах.

Владение языковыми навыками считается важным аспектом понимания чужеродной культуры, однако ключевым является широкое изучение моделей невербального общения, включающих паралингвистические элементы, модели социального взаимодействия, кинесику и проксемику, а также

поведенческие и эмоциональные аспекты общения. Эффективная адаптация требует освоения стилей взаимодействия, умения вести переговоры и управлять отношениями в принимающей культуре. Подвижность в межличностных отношениях является ключевым фактором для успешной культурной акклиматизации.

Важным аспектом культурной акклиматизации является принятие того факта, что культура и поведение ее представителей имеют свой собственный смысл и логику, несмотря на различия в логических правилах, что помогает снизить стресс и содействует адаптации [24]. Изучение публикаций о культурном и социальном поведении и нормах, а также анализ культурных письменных материалов помогают развивать познавательные способности, которые помогают преодолеть культурную дезориентацию. Также важно в полной мере участвовать в повседневной жизни культуры принимающей страны, что позволяет изучать модели социального поведения посредством наблюдения, а также регулярная практика и общение.

Для успешной адаптации необходимо умение разрешать конфликты и достигать межкультурной эффективности, принимая факт, что возникновение проблем в новой культуре — это нормальная ситуация. Методика решения проблем, которая учитывает сложные социальные ситуации, анализирует конфликты, выявляет проблемы и разрабатывает потенциальные пути их преодоления, играет важную роль в облегчении культурного шока. Систематические исследования предлагают ряд подходов к решению межкультурных проблем, включая описание, анализ и оценку проблем с точки зрения обеих культур, разработку синергетических стратегий и мультикультурную оценку эффективности. Понимание неизбежности конфликтов с точки зрения принимающей культуры является ценным способом смягчения культурного шока и ослабления собственных культурных представлений, расширяющим перспективу и способствующим избежанию вступления в конфликты.

Важным аспектом успешной адаптации является предотвращение эскалации культурных конфликтов, избегание которых необходимо в межкультурных ситуациях. Атрибуция, показывающая, что в случае незнания действующих лиц или их рассуждений человек склонен приписывать причину их поведения их (негативным) личностным качествам, должна быть контролируема, так как ее проявление может обострить взаимоотношения. Следует активно использовать систему культурной атрибуции, признающую, что представители различных культур действуют в соответствии с их культурными ценностями. Необходимо развивать непредвзятое восприятие и практиковать культурный релятивизм, признающий, что культурное поведение разумно в рамках культурной жизни, в которой оно проявляется.

Культурный шок возникает в результате дискомфорта при межкультурном общении. Очевидно, что способности, способствующие эффективному

взаимодействию в межкультурной среде, должны также снижать потенциал культурного шока. Аспекты межкультурной эффективности, рассмотренные в исследовании Эйба и Уайзмана [11], включают умение справляться с психологическим стрессом, эффективное коммуникативное взаимодействие, умение устанавливать межличностные отношения, адаптацию к другой культуре и умение справляться с различными социальными вызовами. Хорошо развитые навыки межкультурной эффективности, включая культурную эмпатию, основанную на толерантности и понимании культурных различий в обществе, а также коммуникативное поведение, основанное на уважении к членам общества, не только смягчают культурный шок, но и способствуют успешной адаптации.

Несмотря на ограниченное количество систематических исследований, оценивающих относительную эффективность различных теорий, объясняющих культурный шок [15], ученые пришли к выводу о необходимости проведения систематических оценок программ обучения культурному шоку. Это необходимо для выявления важных факторов, влияющих на межкультурную адаптацию в различных ситуациях и для различных типов людей [12]. Такие оценки позволят определить, какие подходы наиболее эффективны для обучения людей разрешению культурных конфликтов и успешной межкультурной адаптации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Гафиятуллин Э.Э. Феноменология переживания вынужденной миграции у беженцев, временно находящихся на территории России [Электронный ресурс] // Молодой ученый. 2021. № 35 (377). — С. 56-57. — URL: <https://moluch.ru/archive/377/83839/> (дата обращения: 12.09.2023).
2. Игнатова И.Б., Бурькина В. Г. Культурный шок и пути его преодоления иностранными студентами // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETИКА. 2010. № 4. — С. 236-239.
3. Ковальчук В.К. Культурный синдром и его влияние на развитие предпринимательства // Представительная власть — XXI век: законодательство, комментарии, проблемы. 2016. № 2. — С. 59-62.
4. Куликова О.А. Культурный шок: социально-психологическая адаптация к новой культурной среде // Вестник университета. 2017. № 5. — С. 190-195.
5. Мясникова Д.В. Адаптация военнослужащих к срочной службе в армии [Электронный ресурс] // Science Time. 2021. № 12 (96). — С. 44-47. — URL: <file:///C:/Users/HP/Downloads/adaptatsiya-voennosluzhaschih-k-srochnoy-služhbe-v-armii.pdf> (дата обращения: 12.09.2023).
6. Питерова А.Ю. Культурный шок: особенности и пути преодоления [Электронный ресурс] // Электронный научный журнал «Наука. Общество. Государство». 2014. № 4 (8). — С. 1-14. — URL: <https://>

esj.pnzgu.ru/files/esj.pnzgu.ru/piterova_ayu_14_4_17.pdf?ysclid=ln4u04fiuw871509543 (дата обращения: 12.09.2023).

7. Стегний В.Н., Антипов К.А. Проблемы адаптации беженцев из Украины в России // *Власть*. 2015. № 6. — С. 138-145.

8. Хэ Я. Проблема межкультурного общения в образовании: культурный шок и адаптация к нему // *Человек и культура*. 2023. № 5. — С. 17-28. — URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=43838 (дата обращения: 12.09.2023).

9. Шагбанова Х.С. Лингвистическая адаптация иностранцев: сущность, структура, функции // *Образование и право*. 2019. № 8. — С. 264-269.

10. Шагбанова Х.С., Бобкова Е.А. Проблема языкового барьера в предупреждении незаконной миграции // *Право и государство: теория и практика*. 2019. № 8 (176). — С. 44-48.

11. Abe H., & Wiseman R. A cross-cultural confirmation of the dimensions of intercultural effectiveness // *International Journal of Intercultural Relations*. 1983. № 7. — P. 53-67.

12. Black S. J., & Mendenhall M. Cross-cultural training effectiveness: A review and theoretical framework for future research // *Academy of Management Review*. 1990. № 15. — P. 113-136.

13. Dodge S. Culture shock and alienation remain problems for many foreign students on U.S. campuses // *The Chronicle of Higher Education*, 1990, March 7. — P. A33, 36.

14. Ferraro G. *The cultural dimension of international business*. — Englewood, 1990. — xi, 178 p.

15. Furnham A., & Bochner S. *Culture shock*. — London, England: Methuen, 1986. — xx, 298 p.

16. Harris P.R., Moran R. T., Moran S. V. *Managing Cultural Differences*. — Oxford: Butterworth-Heinemann, 2004. — 600 p.

17. Knobel L. Hewlett-Packard's cultural shock // *Management Today*. 1988, June. — P. 101-106.

18. Kohls R. *Intercultural training: Don't leave home without it*. — Washington, DC: Sietar, 1984. — 17 p.

19. Merta R., Stringham E., & Ponterotto J. Stimulating culture shock in counselor trainees: An experiential exercise for cross-cultural training // *Journal of Counseling and Development*. 1988. № 66. — P. 242-245.

20. Oberg K. *Culture shock [Электронный ресурс]*. — Indianapolis, IN: Bobbs-Merrill Series in Social Sciences, 1954. — URL: www.smcm.edu/academics/internationaled/pdf/cultureshockarticle.pdf (дата обращения: 12.09.2023).

21. Rhinesmith S. *Bringing home, the world*. — New York: Walsh & Co, 1985.

22. Schwartz J., & Exter T. *All our children* // *American Demographics*, 1989, May. — P. 34-37.

23. Taft R. *Coping with unfamiliar cultures*. In N. Warren (Ed.), *Studies in cross-cultural psychology / Vol. I*. — London, England: Academic Press, 1977. — P. 125-153.

24. Toffler A. *Future shock*. — New York: Random House, 1970. — 505 p.

25. Walton S. *Stress management training for overseas effectiveness* // *International Journal of Intercultural Relations*. 1990. № 14. — P. 507-527.

SPISOK LITERATURY:

1. Gafijatullin Je. Je. *Fenomenologija perezhivaniya vyzhdennoy migracii u bezhencev, vremennonahodjashhihsja na territorii Rossii [Elektronnyj resurs]* // *Molodoj uchenyj*. 2021. № 35 (377). — S. 56-57. — URL: <https://moluch.ru/archive/377/83839/> (дата обращения: 12.09.2023).

2. Ignatova I.B., Burykina V. G. *Kul'turnyj shok i puti ego preodolenija inostrannymi studentami* // *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Pedagogika. Psihologija. Sociokinetika*. 2010. № 4. — С. 236-239.

3. Koval'chuk V.K. *Kul'turnyj sindrom i ego vlijanie na razvitie predprinimatel'stva* // *Predstavitel'naja vlast' — XXI vek: zakonodatel'stvo, kommentarii, problemy*. 2016. № 2. — S. 59-62.

4. Kulikova O.A. *Kul'turnyj shok: social'no-psihologicheskaja adaptacija k novoj kul'turnoj srede* // *Vestnik universiteta*. 2017. № 5. — С. 190-195.

5. Mjasnikova D.V. *Adaptacija voennosluzhashchih k srochnoj sluzhbe v armii [Elektronnyj resurs]* // *Science Time*. 2021. № 12 (96). — S. 44-47. — URL: <file:///C:/Users/HP/Downloads/adaptatsiya-voennosluzhaschih-k-srochnoy-sluzhbe-v-armii.pdf> (дата обращения: 12.09.2023).

6. Piterova A. Ju. *Kul'turnyj shok: osobennosti i puti preodolenija [Elektronnyj resurs]* // *Elektronnyj nauchnyj zhurnal «Nauka. Obshhestvo. Gosudarstvo»*. 2014. № 4 (8). — S. 1-14. — URL: https://esj.pnzgu.ru/files/esj.pnzgu.ru/piterova_ayu_14_4_17.pdf?ysclid=ln4u04fiuw871509543 (дата обращения: 12.09.2023).

7. Stegnij V.N., Antip'ev K.A. *Problemy adaptacii bezhencev iz Ukrainy v Rossii* // *Vlast'*. 2015. № 6. — С. 138-145.

8. Hje Ja. *Problema mezhekul'turnogo obshhenija v obrazovanii: kul'turnyj shok i adaptacija k nemu* // *Chelovek i kul'tura*. 2023. № 5. — S. 17-28. — URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=43838 (дата обращения: 12.09.2023).

9. Shagbanova H.S. *Lingvisticheskaja adaptacija inostrancev: sushhnost', struktura, funkcii* // *Obrazovanie i pravo*. 2019. № 8. — С. 264-269.

10. Shagbanova H.S., Bobkova E.A. *Problema jazykovogo bar'era v preduprezhdenii nezakonnoj migracii* // *Pravo i gosudarstvo: teorija i praktika*. 2019. № 8 (176). — С. 44-48.

11. Abe H., & Wiseman R. A cross-cultural confirmation of the dimensions of intercultural effectiveness // *International Journal of Intercultural Relations*. 1983. № 7. — P. 53-67.

12. Black S. J., & Mendenhall M. Cross-cultural training effectiveness: A review and theoretical framework for future research // *Academy of Management Review*. 1990. № 15. — P. 113-136.

13. Dodge S. Culture shock and alienation remain problems for many foreign students on U.S. campuses // *The Chronicle of Higher Education*, 1990, March 7. — P. A33, 36.

14. Ferraro G. *The cultural dimension of international business*. — Englewood, 1990. — xi, 178 p.

15. Furnham A., & Bochner S. *Culture shock*. — London, England: Methuen, 1986. — xx, 298 p.
16. Harris P.R., Moran R. T., Moran S. V. *Managing Cultural Differences*. — Oxford: Butterworth-Heinemann, 2004. — 600 p.
17. Knobel L. *Hewlett-Packard's cultural shock // Management Today*. 1988, June. — P. 101-106.
18. Kohls R. *Intercultural training: Don't leave home without it*. — Washington, DC: Sietar, 1984. — 17 p.
19. Merta R., Stringham E., & Ponterotto J. *Stimulating culture shock in counselor trainees: An experiential exercise for cross-cultural training // Journal of Counseling and Development*. 1988. № 66. — P. 242-245.
20. Oberg K. *Culture shock [Elektronnyj resurs]*. — Indianapolis, IN: Bobbs-Merril Series in Social Sciences, 1954. — URL: www.smcm.edu/academics/international/pdf/cultureshockarticle.pdf (data obrashhenija: 12.09.2023).
21. Rhinesmith S. *Bringing home, the world*. — New York: Walsh & Co, 1985.
22. Schwartz J., & Exter T. *All our children // American Demographics*, 1989, May. — P. 34-37.
23. Taft R. *Coping with unfamiliar cultures*. In N. Warren (Ed.), *Studies in cross-cultural psychology / Vol. I*. — London, England: Academic Press, 1977. — P. 125-153.
24. Toffler A. *Future shock*. — New York: Random House, 1970. — 505 p.
25. Walton S. *Stress management training for overseas effectiveness // International Journal of Intercultural Relations*. 1990. № 14. — P. 507-527.

