

ПСИХОЛОГИЯ

DOI 10.24412/1829-0485-2026-2-174-196
УДК 159.923

Поступила: 04.07.2025г.
Сдана на рецензию: 13.07.2025г.
Подписана к печати: 04.01.2026г.

ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ, ЛИЧНОСТНОЙ ИДЕНТИЧНОСТЬЮ И АДАПТИВНОСТЬЮ У МИГРАНТОВ*

А.С. Берберян¹, Н.В. Матвеева²

*Российско-Армянский университет
aspsy@inbox.ru, natoleg@gmail.com*

ORCID¹: 0000-0003-0321-0161, ORCID²: 0009-0002-0318-9438

АННОТАЦИЯ

В современный период политической и экономической нестабильности проблема взаимосвязи личностной идентичности, психологического благополучия и адаптивности у мигрантов является социально значимой и недостаточно изученной в научной литературе. Методологической основой являются труды Э. Эриксона, Дж. Марсиа, К. Роджерса, Б.Г. Ананьева, А. Маслоу, К. Риффа и др.

Для более глубокого изучения этого взаимодействия нами было проведено пилотное эмпирическое исследование, в котором были выдвинуты три гипотезы: 1) предполагалось, что существует связь

* Исследование выполнено при поддержке Комитета высшего образования и науки МОНКС РА (научный проект № 10-2/24SSAH-5A039).

между типами адаптивности и психологическим благополучием у мигрантов; 2) предполагалось, что существует связь между показателями психологического благополучия и уровнем личностной идентичности; 3) существуют различия в показателях психологического благополучия и личностной идентичности среди мигрировавших в Армению и в западные страны. Мы выявили, что существует связь между психологическим благополучием и типами адаптации, а также есть взаимодействие между шкалами психологического благополучия и уровнем личностной идентичности. *Гипотеза* о наличии различий между мигрантами, проживающими в Армении и в западных странах, не подтвердилась. Результаты корреляционного анализа имеют высокую практическую ценность и требуют дальнейшего исследования.

Ключевые слова: идентичность, психологическое благополучие, адаптивность, мигранты.

Введение

Вопрос переселения людей в мире не нов, как и сам процесс развития человечества. Люди переезжают с места на место, спасаясь от войн, конфликтов, политической и экономической нестабильности. По текущим данным ООН, в мире насчитывается около 281 млн международных мигрантов – это 3,6% мирового населения. Люди продолжают перемещаться внутри своей страны из-за политической и экономической ситуаций, насилия, конфликтов, изменения климата. Еще в 2022 году число людей, просивших убежище, выросло с 4,1 млн человек до 5,1 млн в 2024 году [1]. События последних лет на нашем континенте спровоцировали новую волну вынужденной миграции. Переезд в другую страну – это стрессогенный процесс, связанный с определенными трудностями, которые могут вызвать расстройство адаптации, потерю идентичности, повлиять на уровень безопасности, снизить качество жизни и сказаться на психологическом благополучии. Даже при самых благоприятных условиях вхождение в новую среду сопряжено с напряжением и отрицательными эмоциями в связи с поте-

рей статуса и привычного круга общения, путаницей в ценностных ориентациях и собственной идентичности [2]. Важным фактором успешной адаптации будет достижение адекватной личностной идентичности и психологического благополучия. Однако взаимосвязь этих факторов изучена недостаточно, что обуславливает актуальность данных исследований. В научной литературе нередко в качестве значимых факторов рассматриваются условия внешней среды и стрессогенные особенности миграции. Новизна нашего исследования заключается в том, что оно охватывает выявление внутренних психологических механизмов адаптации, связанных со компонентами личностной идентичности и субъективным благополучием. Впервые адаптация рассматривается как процесс, который опосредован особенностями взаимосвязи идентичности и субъективного благополучия личности в ракурсе миграции, что, на наш взгляд, позволяет расширить представление о личностных ресурсах вынужденных мигрантов. Наблюдения исследователей указывают на факт, что в схожих ситуациях люди адаптируются по-разному, из чего можно заключить, что на этот процесс влияет способность к адаптации или адаптивность.

Н.С. Минаева и Я.В. Лентач [3] рассматривают адаптивность как особый род социальной установки, в основе которой лежат различные потребности личности, особенности индивида, которые проявляются в определенных условиях. По сути, адаптивность – это способность меняться в соответствии с требованиями окружающей среды, сохраняя психологическое равновесие, продуктивность, собственную индивидуальность и целостность, получая при этом удовлетворение от своих достижений [4]. Об адаптации и адаптивности личности говорили Ж. Пиаже, К. Лоренц, Л.С. Леонтьев, В.С. Мерлин, К. Роджерс, А. Маслоу, Р. Мэй. Собственно, адаптация – одно из ключевых понятий науки знания о человеке, ведь именно она обеспечивает возможность существования человека в постоянно меняющихся условиях окружающей среды. С позиции психоаналитического подхода (З. Фрейд, Г. Гартман) адаптация происходит через определенные конфликтные ситуации, в которых личность выбирает собственные способы справ-

ляться с ситуацией, исходя из своего жизненного опыта. Личностную адаптацию невозможно отделить от социальной адаптации. Джон У. Берри [5] считает, что суть социальной адаптации – это особый тип социального процесса. Для самих мигрантов – это переключение с одного образа жизни на другой в связи с обстоятельствами непреодолимой силы, вырвавшими людей из собственного общества. Даже если решение мигрировать являлось взвешенным и осознанным – процесс адаптации несет с собой ряд психологических трудностей. Вынужденное переселение же являет собой особый образ жизни, который может характеризоваться подавлением личности экстремальностью ситуации. Все эти аспекты накладывают существенный отпечаток на структуре личности – ценностных ориентациях, восприятии, состоянии, поведении.

Успешность адаптации зависит от типа реакции на процесс изменений, а также от фазы, на которой находится человек в этом процессе. М. Коксинен и В. Раутен [6] выделяют следующие стадии социокультурной адаптации:

1) *Фаза первой реакции*. Наступает на фоне психологического диссонанса при первом контакте с другой культурой и выражается в снижении социальной активности (несколько дней или недель).

2) *Фаза апатии* проявляется в психологических защитах: возрастает автоматизм, блокирование любой информации, снижении контактов, ухудшение когнитивных функций, ощущение нереальности происходящего (1–3 месяцев).

3) *Контрастная фаза* – преобладают биологические потребности, может проявиться агрессивность. Начинается активный поиск своего места в новой стране. Характерна потеря целостности личности и окружения (4–6 месяцев).

4) *Фаза реабилитации* – нахождение путей включения в сеть взаимодействий с миром, способность удовлетворять собственные потребности, принятие норм и стереотипов новой страны.

Изучение миграционных процессов и психологического состояния мигрантов привело к пониманию, что важными составляющими

адаптации являются эффективные взаимоотношения с социумом в новой стране, а умение получать удовлетворенность от нахождения в новой среде непосредственно связано с таким понятием, как психологическое благополучие.

Проблемой психологического благополучия занимались такие исследователи, как К. Рифф (модель Психологического благополучия), М. Селигман (теория PERMA), Э. Деси и Р. Райан (Теория самодетерминации), Д. Леонтьев (взаимосвязь ценностей и осмысленности жизни с психологическим благополучием), Ф. Василюк (психологическое благополучие через призму преодоления кризисных ситуаций) и др.

Понятие психологического благополучия рассматривают по двум направлениям: гедонистическому – субъективное благополучие (В. Вислон [7], А.С. Ватерман [8]) и эвдемоническому – психологическое благополучие. Если субъективное благополучие рассматривается как достижение удовольствия, что предполагает удаление от проблем, то в понимании психологического благополучия речь идет о состоянии удовлетворения в связи с решением проблем. Концепцию психологического благополучия разработала К. Рифф, объединив в себе теории, объясняющие позитивное функционирование человека (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Э. Эриксон, К.Г. Юнг и др.). Модель К. Рифф включает шесть компонентов: *автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие*. Психологическое благополучие может стать ориентиром качественной адаптации к новым условиям. Это состояние удовлетворенности жизнью, эмоционального равновесия, вовлеченности в жизнь, которое способно колебаться в зависимости от жизненных обстоятельств, но при этом приносить человеку ощущение целостности и осмысленности.

Остаться собой в изменившемся мире возможно лишь благодаря ответам на вопросы: «Кто Я?» «С кем Я?» «Какой Я?». Личностная идентичность и адаптивность в течение всей жизни человека взаимосвязаны. Если вопрос адаптации – это вопрос приспособления, выживания, то идентичность на каждом этапе этого процесса говорит о

самосознании и самоопределении. В этой связи трудно определить причинно-следственные связи: с одной стороны, адаптация, как приспособление, формирует идентичность, с другой стороны, социальная адаптация как самовыражение, самоактуализация, изменяет этот контекст, предъявляя требования к уровню самосознания, идентичности личности. Личность же с высоким уровнем интеграции опыта, с осмысленными ценностями, целями, границами, использует выстроенный способ жизнедеятельности и способ адаптации.

Личностную идентичность исследовали Э. Эриксон, Д. Марсия, К. Роджерс, К. Ясперс, С. Хартер, Б.Г. Ананьев, А. В. Петровский, Л.С. Выготский, а также современные авторы: И.А. Апполонов, И.А. Шляпникова, А.А. Таганова. Взаимосвязь социальной адаптации и личностной идентичности исследовали И.В. Михайлова и О.С. Боровкова. Личностная идентичность, как писал Б.Г. Ананьев, – это осознанное переживание собственной индивидуальности и уникальности в рамках своего жизненного пути и личностного развития [9].

В целом, влияние на развитие теории идентичности оказала философская идея взаимодействия «Я-Другой». Американский философ и психолог Дж.Мид объяснял понятие идентичности через «самость» [10]. По его мнению, самость – это целостность личности, которая формируется в результате ее социального и личностного взаимодействия. Возникает идентичность в виде ценностей и установок других (так называемая «неосознанная идентичность»). Со временем они присваиваются личностью и осознаются как собственные, что помогает впоследствии, с помощью рефлексии, рассматривать себя как социальное «Я» и примерять различные общественные роли. Термин «идентичность» впервые был применен У. Джеймсом, который выделял такие свойства идентичности, как тождественность и соответствие себе и обществу, борьба чужого и своего [11].

По мнению Э. Эриксона, «Идентичность – это процесс, протекающий на всех уровнях психической деятельности, посредством которого индивид оценивает себя с точки зрения того, как другие, по его мнению, оценивают его в сравнении с собой и в рамках значимой для

них типологии; в то же время он оценивает их суждения о нем с точки зрения того, как он воспринимает себя в сравнении с типами, значимыми для него» [12]. Для Эриксона идентичность – это результат развития личности, важнейшая характеристика целостности личности, переживание тождественности с собой и другими. Это – усвоенный и принимаемый образ себя через отношение человека к окружающему миру, стабильное осознание собственного «Я», независимо от изменений «Я» и ситуации. Н.Л. Иванова определяет основную функцию идентичности: участие в приспособлении к новым социальным условиям, сохраняя целостность «Я» [13].

Вслед за Э. Эриксоном Дж. Марсиа размышляет о процессах, которые формируют личностную идентичность: активный поиск, выражающийся в размышлениях, исследовании различных ролей, переосмотре ценностей и обязательств: степень ответственности, в соответствии с которой человек принимает решения относительно своей жизни. Дж. Марсиа предполагал, что это – временные состояния, которые могут сменяться в связи с определенными обстоятельствами. Достигнутый статус идентичности – это основной признак для прогнозирования успешности социальной адаптации.

Феномен миграции оказывает воздействие, которое носит противоречивый характер, на субъективное благополучие принимающего общества. Оно заключается в том, что иммиграция может породить риски, связанные с дестабилизацией и дезинтеграцией принимающего общества, что, в свою очередь, снижает удовлетворенность жизнью местного населения. Исследователи определяют адаптацию в соответствии с двумерной классификации: социальная адаптация в ракурсе с реальным поведением человека, по критериям требований социума и достижения внутреннего личного комфорта.

Можно предположить, что в процессе адаптации, проходя различные ее фазы, человек может испытывать различные состояния, переходить от растерянности и агрессии до принятия и удовлетворенности. Как мы видим, существует теоретическое обоснование взаимосвязи адаптивности, личностной идентичности и психологического

благополучия. Для более глубокого изучения этого взаимодействия мы провели пилотажное исследование.

Гипотезы пилотажного исследования

Генеральная гипотеза. Предполагается, что существует взаимосвязь между типами адаптивности и психологическим благополучием у мигрантов.

Частная гипотеза № 1. Предполагается, что существует взаимосвязь между показателями психологического благополучия и уровнем личностной идентичности.

Частная гипотеза № 2. Существуют различия в показателях психологического благополучия и личностной идентичности у мигрантов двух групп.

Цель исследования: изучение взаимосвязи уровня психологического благополучия, типа адаптации и личностной идентичности, а также их компонентов у мигрантов, проживающих в Армении и в странах Запада.

Выборка: зрелые люди жен. и муж. пола в возрасте от 26 до 65 лет, иммигрировавшие 1–3 года назад. 21 человек иммигрировали в Армению, 20 человек – в страны Запада (Германия, Аргентина, Нидерланды, Франция, Великобритания, Канада, США и др.)

Описание исследовательского процесса

На первом этапе был проведен анализ теоретической литературы по проблемам исследования сущности психологического благополучия, этапов идентичности и особенностей адаптации мигрантов мигрантов в новой социальной среде, это дало возможность рассмотреть основные понятия и выявить характер исследования. Второй этап был посвящен формулировке цели, гипотез исследования, а также обоснованию психодиагностических методик. На третьем этапе было проведено эмпирическое исследование на базе указанных методик. Заклю-

чительный этап был посвящен анализу и интерпретации полученных данных с использованием методов математической статистики, на основе которых были сформулированы выводы и практические рекомендации. Язык тестирования – русский, была проведена предварительная беседа по знанию русского языка и получена положительная оценка. Возрастной ценз выборки обоснован тем, что в на данном этапе жизненного пути личностная идентичность в целом, сформирована и устойчива, что актуализирует возможность исследования и ее структурных компонентов и изменений в условиях миграции. К тому, накоплен опыт социально-культурной адаптации, позволяющий выявить различные типы адаптации, а психологическое благополучие в среднем возрасте – относительно стабильно, что повышает надежность полученных данных.

Методологическая база

Работы Э. Эриксона, Дж. Марсия, К. Роджерса, Б.Г. Ананьева, Л.С. Леонтьев, В.С. Мерлин, А. Маслоу, Ролло Мэй, Г. Олпорт, К. Рифф и др. теоретические положения по проблемам идентичности Э. Эриксона, Дж. Марсия; по проблемам психологического благополучия, сформулированные в трудах К. Рифф; а также адаптации, отраженные в научных работах К. Роджерса, Д.С. Леонтьев, В.С. Мерлина и др. Наиболее существенную роль в разработке теоретико-методологической основы исследования сыграли концепция психосоциальной идентичности и представления о кризисе идентичности Э. Эриксона (Erikson, 1967); теория социальной идентичности Г. Тежфела и его коллег (Tajfel, Turner, 1986) и социальной самокатегоризации Дж. Тернера (Turner, 1987); гипотеза о формировании сознания по типу идентификационной матрицы С. Московичи (Moscovici, 1984), концепции межэтнической напряженности и этнических конфликтов (Солдатова, 1998; Burton, 1990; Coser, 1958; Fisher, 1990).

Важную методологическую основу для исследования идентичности в процессе адаптации личности составили отечественные этно-

психологические исследования и западная кросскультурная психология (Асмолов, Шлягина, 1984; Лебедева, 1993; Левкович, Панкова, 1985; Науменко, 1992; Павленко, 2001; Павленко, Таглин, 1992; Солдатова, 1988, 1998; 2001а; Стефаненко, 1999а,б; Стефаненко, Шлягина, Ениколопов, 1993; Brislin, 1980; Deschamps, 1999; Gudykunst, Ting-Toomey, Chua, 1988; Hofstede, 1983, 1984; Hui, 1984; Markus, Kitayama, 1991; Triandis, 1986, 1987, 1994); теории аккультурации и культурного шока (Berry, 1990; Furnham, Bochner, 1986; Oberg, 1960) и теория неадаптивной активности личности (Петровский, 1996).

В соответствии с целью и гипотезой были отобраны соответствующие методы исследования:

Теоретический анализ литературы, анкетирование, тестирование, математическая обработка данных.

В работе использовались следующие методики:

- 1) Анкета.
- 2) Опросник: «Адаптация личности к новой социокультурной среде». (Л. В. Янковский).
- 3) Опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко).
- 4) Л.Б. Шнейдер. Методика исследования личностной идентичности (МИЛИ).

Методы математической обработки результатов: U-критерий Манна – Уитни; ранговая корреляция r_s – критерий Спирмена. Статистическая обработка данных проведена с помощью пакета статистических программ IBM SPSS Statistics 22; исследование методом Пирсона.

В исследовании рассматривались корреляционные связи между шкалами психологического благополучия и личностной идентичности с помощью опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф и методики исследования личностной идентичности «МИЛИ» Л.Б. Шнейдер (применялся метод Пирсона).

Корреляционные связи между типами адаптивности и психологическим благополучием: опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф и опросник: «Адаптация личности к новой социо-

культурной среде» (Л.В. Янковский) (применялся метод Спирмена). А также связи между психологическим благополучием и личностной идентичности у мигрантов двух групп (применялся U-критерий Манна – Уитни).

В тесте «Шкала психологического благополучия» рассматривались следующие компоненты: положительные отношения с другими, автономия, управление окружением, личностный рост, цель в жизни, самопринятие.

В опроснике «Адаптация личности к новой социокультурной среде» такие критерии, как адаптивность, конформность, интерактивность, депрессивность, ностальгия и отчужденность. По опроснику МИЛИ Л.Б. Шнейдер определяет уровень личностной идентичности.

Результаты исследования

Респондентам было предложено ответить на вопросы анкеты о том, с кем они переехали в другую страну, есть ли дети, срок прибытия на новом месте, о наличии профессиональной деятельности, об удовлетворенности материальным положением, планируют ли вернуться обратно, хотели бы остаться в новой стране или есть намерение переехать еще раз, какие чувства и эмоции чаще всего испытывают, что помогает справляться в процессе адаптации.

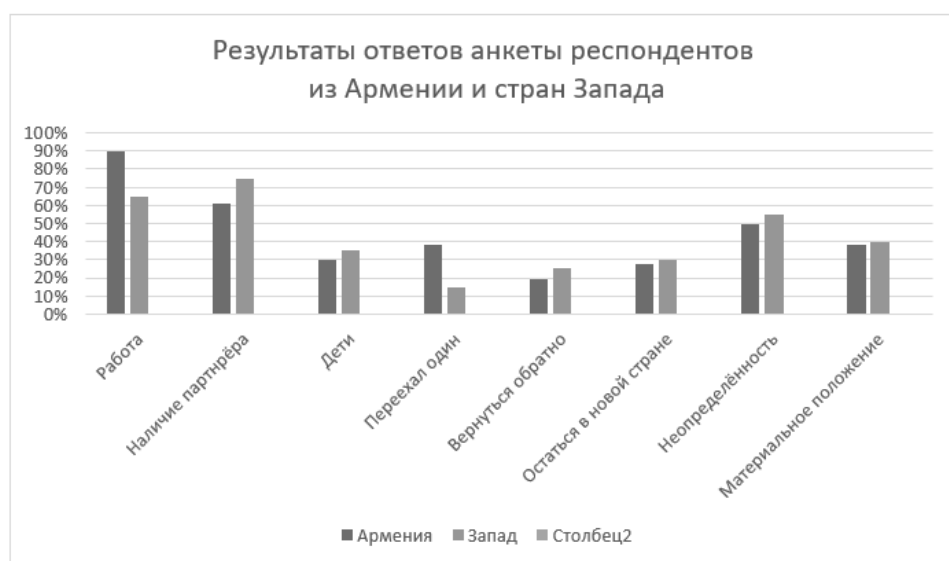
Результаты анкетирования показали, что испытуемые переехали в новую страну от 1 до 3 лет назад. У респондентов, переехавших в Армению, в 90% случаев есть работа, но довольны материальным положением лишь 38%, 61% – замужем или женаты, у 30% есть дети. 31% опрошенных покинули родную страну одни, 20 % планируют вернуться обратно на родину, остаться в Армении хотят 28% мигрировавших, и половина не может определиться с тем, куда хотели бы уехать.

65% проживающих на данный момент в странах Запада имеют работу, на 25% меньше, чем в 1-й группе. Всего 40% респондентов удовлетворены своим материальным положением, 75% опрошенных имеют семьи или состоят в отношениях, у 35% есть дети. Всего 15%

респондентов переехали одни. Вернуться обратно хотели бы 25%, остаться в новой стране 30%, испытывают неопределенность и не знают, какую выбрать следующую страну для проживания – 55%. Как мы видим, по многим показателям ответы отличаются незначительно.

Таблица 1.

Результаты ответов анкеты респондентов из Армении и стран Запада



Поиск своего места в новой стране сопровождается различными чувствами, в обеих группах они схожи.

Чаще всего люди испытывают тревогу (69%), затем – благодарность (57%), интерес (54%), половина испытуемых отмечают «эмоциональные качели», дальше идут сомнения, радость, спокойствие. Раздражение, печаль и гнев – последние в списке. Возможно, это согласуется с тем, что мигранты находятся в новой стране в среднем 2–3 года (на 4-й фазе адаптации, при успешном прохождении). Каждый респондент выбирает свои собственные способы справляться со стрессом, чаще всего помогают прогулки на природе, путешествия, общение с

друзьями и семьей, спорт, хобби, чтение художественной литературы, развлечения, сон, работа с психологом, алкоголь.

Таблица 2.

**Эмоции и чувства, которые чаще
испытывают мигранты**



В результате исследования по трем вышеперечисленным методикам мы пришли к выводу о том, что первая и вторая гипотеза подтвердилась, третья гипотеза – не получила подтверждения.

1) В первой гипотезе предполагалось, что существует взаимосвязь между типами адаптивности и психологическим благополучием у мигрантов (Табл. 3). Исследование методом Пирсона подтвердило достоверную корреляционную связь между типами адаптивности и психологическим благополучием у мигрантов ($r=0.463$) на уровне значимости $p=0.01$.

Положительные отношения с другими – фактор психологического благополучия, напрямую связано с адаптивностью. Удовлетворительные, доверительные отношения с окружающими, проявление

заботы о других, способность сопереживать, умение строить близкие отношения, умение договариваться связано с личным удовлетворением, ощущением сопричастности к обществу, с чувством социальной и физической защищенности, что говорит о высокой адаптивности личности. В то же время, чем выше балл по шкале «положительное отношение к другим», тем они выше по шкале конформности, что может означать зависимость от группы, когда поведение мигрантов формируется под воздействием ожидания социума. Обратная значимая корреляция выявлена с отчуждением, что, в целом, понятно: трудно испытывать удовлетворение от отношений с людьми, если происходит неприятие нового социума, несогласование притязаний и реальных возможностей, ощущение, что приложенные усилия не могут изменить ситуацию, от чего возникает тревога, ощущение покинутости, нетерпеливость.

Значимая обратная взаимосвязь обнаружилась по шкале автономия и такими шкалами, как депрессия и ностальгия. Мы не можем установить причинно-следственную связь, но, фактически, чем выше показатели депрессии и ностальгии, тем ниже автономия. Это может означать, что зависимость от мнения окружающих, оглядка на других в принятии важных решений, податливость попыткам общества думать и действовать определенным образом связано с дисгармоничностью личности, отсутствием смысла и ценностей, негативным эмоциональным фоном, невозможностью реализовать свой уровень ожиданий в профессиональной сфере, пониженной самооценкой, беспомощностью и бесперспективностью, чувствами подавленности, опустошенности, изолированности. Так же чем ниже автономия, тем выше ощущение потери связи с родной культурой, сопричастности с ней, расстройство и смятение в связи с потерей «старых» культурных ценностей и невозможность найти новые, ощущение себя не на своем месте, бесприютность.

Респонденты, обладающие компетенцией в управлении окружением, способные контролировать внешнюю деятельность, использовать предоставляющиеся возможности, которые могут создавать усло-

вия и обстоятельства, подходящие для удовлетворения личных потребностей и целей, обладают высокой адаптивностью, низким уровнем депрессивности и низким уровнем отчужденности. Схожая взаимосвязь: высокий уровень адаптивности, низкий уровень депрессивности и отчужденности наблюдается у респондентов с высоким показателем личностного роста. Они открыты новому опыту, реализуют свой потенциал, могут оценить собственные достижения, готовы к переменам. Также респонденты, ставящие перед собой цели, имеющие чувство направленности, осознающие смысл в прошлом и настоящем, имеющие намерения и цели на перспективу, имеют также низкие показатели по шкалам депрессивности и отчуждения.

Самопринятие – еще один критерий психологического благополучия, также связано с высоким уровнем адаптивности и низким уровнем отвержения. Если человек относится к себе позитивно, принимает в себе хорошие и плохие качества, положительно оценивает свое прошлое, вероятнее всего, может принять эти качества и в других, и ему проще почувствовать причастность к новому сообществу, социальную и физическую защищенность.

В целом, чем выше психологическое благополучие, тем выше уровень адаптивности. Обратную значимую корреляцию имеют депрессивность и отчужденность. Чем выше эти показатели, тем психологическое благополучие ниже.

Таблица 3.

**Результаты корреляции между типами адаптивности
и психологическим благополучием у мигрантов**

Критерии	Адаптивность	Конформизм	Интер-активность	Депрессивность	Ностальгия	Отчуждение
ПО	$r = 0.323$ статистически значимая на уровне $p = 0.05$	$r = 0.436$ статистически значимая на уровне $p = 0.01$	$r = -0.082$	$r = -0.080$	$r = -0.001$	$r = -0.315$ обратная статистически значимая на уровне $p = 0.05$

Авто- номия	$r = 0.069$	$r = 0.087$	$r = -0.189$ обратная	$r = -0.306$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.05$	$r = -0.364$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.05$	$r = 0.050$
УС	$r = 0.422$ статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = 0.049$	$r = 0.064$	$r = -0.614$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = -0.170$	$r = -0.573$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$
Цели	$r = 0.401$ статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = 0.203$	$r = 0.006$	$r = -0.357$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.05$	$r = -0.041$	$r = -0.546$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$
ЛР	$r = 0.535$ статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = 0.174$	$r = 0.156$	$r = -0.519$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = -0.191$	$r = -0.498$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$
Са- мопри- нятие	$r = 0.338$ статисти- чески значимая на уровне $p=0.05$	$r = 0.042$	$r = -0.147$	$r = -0.636$ обратная	$r = -0.125$	$r = -0.474$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$
ПБ	$r = 0.463$ статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = 0.213$	$r = -0.081$	$r = -0.586$ обратная- татисти- чески значимая на уровне $p=0.01$	$r = -0.203$	$r = -0.567$ обратная статисти- чески значимая на уровне $p=0.01$

Среднее различие достоверно на уровне 0.05.

В Гипотезе №2 мы предполагали, что существует взаимосвязь между показателями психологического благополучия и уровнем личностной идентичности. Исследование методом Спирмена подтвердило достоверную корреляционную связь между показателями психологического благополучия и уровнем личностной идентичности у мигрантов ($r=0.439$) на уровне значимости $p=0.01$ (Табл. 4).

Взаимосвязь была обнаружена между психологическим благополучием, в целом, и уровнем личностной идентичности, отражающей подлинные представления о себе, собственном пути развития, тождественности и целостности, единства жизненных целей и поступков, которые позволяют действовать последовательно и осознавать свою уникальность. Чем выше психологическое благополучие, тем выше уровень личностной идентичности. Высокий уровень личностной идентичности так же связан с четырьмя критериями психологического благополучия: управление средой, цель, личностный рост и самопринятие. В итоге, осознание уникальности «Я», при наличии своей принадлежности и социальной реальности, напрямую взаимосвязано со способностью контролировать внешнюю деятельность, управлять окружением и создавать условия для удовлетворения личных потребностей и целей, непосредственно умением ставить эти цели в ближайшем будущем и перспективе, умение открываться новому опыту и испытывать чувство реализации потенциала, позитивное отношение к себе и умение принять различные стороны своей личности.

Таблица 4.

Результаты корреляции между показателями психологического благополучия и уровнем личностной идентичности у мигрантов

Критерии	МИЛИ
ПБ	$r= 0.439$ статистически значимая на уровне $p=0.01$
ПО	$r= -0.051$ обратная

Автономия	$r = -.040$ обратная
УС	$r = 0.599$ статистически значимая на уровне $p=0.01$
Цели	$r = 0.548$ статистически значимая на уровне $p=0.01$
ЛР	$r = 0.424$ статистически значимая на уровне $p=0.01$
Самопринятие	$r = 0.349$ статистически значимая на уровне $p=0.05$

Среднее различие достоверно на уровне 0.05.

Гипотеза № 3 о том, что существуют различия в показателях психологического благополучия и личностной идентичности у мигрантов двух групп, не подтвердилась.

Проведенный тест Манна-Уитни выявил, что показатели личностной идентичности у мигрантов двух групп статистически не имеют значимого различия.

Результаты корреляционного анализа имеют высокую практическую ценность и нуждаются в более широком исследовании.

Выводы

В нашем пилотажном исследовании было выдвинуто три гипотезы, две из которых подтвердились: существует взаимосвязь между психологическим благополучием и типами адаптации, а также их критериями; существует взаимосвязь между шкалами психологического благополучия и уровнем личностной идентичности. Гипотеза о том, что существуют различия у мигрантов, проживающих в Армении и в странах Запада, – не подтвердилась. По всей вероятности, процессы, которые «проживают» мигранты, протекают по одним законам, проходят похожие фазы и вызывают неоднозначные чувства в любой

стране мира. Иммиграция – стрессовое событие, влекущее за собой снижение удовлетворенностью жизнью, нарушение идентичности. На успешность адаптации больше влияют внутриличностные особенности, личный опыт, а также способность к адаптивности. Высокий уровень психологического благополучия и личностной идентичности являются скорее факторами, указывающими на гармоничное состояние в новой среде. Наши респонденты проживают в новой стране в среднем два года, что при успешной адаптации означало бы нахождении на 4-й стадии – стадии реабилитации, по М. Коксинен и В. Раутен. Но не все испытуемые показали высокий уровень достигнутой идентичности и психологического благополучия. При высоких показателях депрессивности, ностальгии и отчуждения наблюдается сниженный уровень автономии, трудности с постановкой целей, неудовлетворенность личностным развитием, а также общий уровень психологического благополучия, что говорит о невозможности позитивного, продуктивного функционирования. В то же время обнаружена прямая корреляция между этими же шкалами психологического благополучия и личностной идентичностью. Чем выше показатели по самопринятию, личностном развитии, целям, управлению средой и психологическим благополучием, тем выше уровень личностной идентичности.

Мы изучили взаимосвязь уровня психологического благополучия, типов адаптации и личностной идентичности, а также их компонентов. Был произведен анализ литературы по этим темам. Проблема взаимосвязи этих психологических конструктов личности является социально значимой и недостаточно изученной в научной литературе. Эмпирически нами была подтверждена связь между психологическим благополучием и типами адаптации, а также между психологическим благополучием и личностной идентичностью. Результаты корреляционного анализа имеют высокую практическую ценность и нуждаются в более широком исследовании. В ходе исследования были решены все поставленные задачи: проанализированы теоретические подходы к изучаемым понятиям, проведено эмпирическое исследование и выявлены взаимосвязи между психологическим благополучием, лич-

ностной идентичностью и адаптивностью мигрантов. Полученные результаты подтвердили, что уровень психологического благополучия и особенности личностной идентичности связаны с успешностью адаптации мигрантов в новой социальной среде. Таким образом, выводы исследования логично вытекают из поставленных целей и задач и подтверждают их достижение.

Более глубокое изучение данной темы поможет повысить качество жизни мигрантов, гармонично интегрироваться в новую культуру и выстроить доброжелательные, продуктивные отношения с принимающей стороной. Полученные данные могут быть использованы в построении тренинговых программ, психологическом консультировании, а также для более глубокого изучения данной проблематики.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Маколифф М., Оучо Л.А.* (под ред.) Доклад о миграции в мире 2024. Международная организация по миграции (МОМ), Женева, 2024. URL: <https://publications.iom.int/system/files/pdf/pub2023-081-l-world-migration-report-2024-ru.pdf>
2. *Стефаненко Т.Г.* Этнопсихология: Учебник для вузов / Т.Г. Стефаненко. 4-е изд., испр. и доп. М.: «Аспект Пресс», 2009, 368с.
3. *Минаева Н.С.* Адаптивность, как свойство личности // Эл. научный архив УрФУ; 2001.
4. *Berberyan A., Berberyan H.* Student's adaptation to distance learning (on example of Armenian and Russian students): psychoemotional features // «Российский психологический журнал», 21(4), 2024. СС. 195-211. URL: <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.4.10>
5. *Джон У. Бери.* Аккультурация и психологическая адаптация, обзор проблемы // Развитие личности, № 3–4, 2001. URL: http://rl-online.ru/articles/3_4-01/198.html
6. *Раутен В., Коксинен М.* Деятельность социального педагога по социокультурной адаптации учащихся иностранцев. М.: «Просвещение», 1991, 362с.
7. *Wilson W.* Correlates of Avowed Happiness // "Psychological Bulletin", 1967. Vol. 67 (4). PP. 294–306.

8. *Waterman A.* Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // "Journal of Personality and Social psychology", № 64, 1993. PP. 678–691.
9. *Ананьев Б.Г.* Человек, как предмет познания. СПб: «Питер», 2001, 288с.
10. *Мид Д.* Интернализированные другие и самость // Американская социологическая мысль / сост. Е. И. Кравченко. М.: Изд-во МГУ, 1994, 496с.
11. *Джеймс У.* Личность // Психология личности: тексты / Под ред. Ю.Б. Гипенрейтер, А.А. Пузыря. М.: Изд-во МГУ, 1982, 288с.
12. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. М.: Издательская группа «Прогресс», 1996.
13. *Иванова Н.Л.* Психологическая структура социальной идентичности: диссертация/ док. психол. наук. Ярославль, 2003, 409с.

REFERENCES

1. *McAuliffe M., Oucho L. (eds.)* World Migration Report 2024. International Organization for Migration (IOM), Geneva, 2024. URL: <https://publications.iom.int/system/files/pdf/pub2023-081-1-world-migration-report-2024-ru.pdf>
2. *Stefanenko T.* Ethnopsychology: Textbook for universities / T.G. Stefanenko. 4th ed., corrected. and additional. Moscow: "Aspect Press", 2009, 368p.
3. *Minaeva N.* Adaptability as a personality trait"; UrFU Electronic Scientific Archive; 2001.
4. *Berberyan A., Berberyan H.* Student's adaptation to distance learning (on example of Armenian and Russian students): psychoemotional features // "Russian Psychological Journal", 21(4), 2024. PP. 195–211. URL: <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.4.10>
5. *John W. Berry.* Acculturation and psychological adaptation: a review of the problem // "Personality Development", No. 3–4, 2001. URL: http://rl-online.ru/articles/3_4-01/198.html
6. *Rauten V., Koksinen M.* Activities of a social educator in the socio-cultural adaptation of foreign students. Moscow: "Education", 1991, 362p.
7. *Wilson W.* Correlates of Avowed Happiness // "Psychological Bulletin", 1967. Vol. 67 (4). PP. 294–306.

8. *Waterman A.* Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment // "Journal of Personality and Social psychology". 1993. № 64. PP. 678–691.
9. *Ananyev B.* Man as an object of knowledge. St. Petersburg: "Piter", 2001, 288p. (Series "Masters of Psychology").
10. *Mead D.* Internalized Others and the Self // American Sociological Thought / compiled by E. I. Kravchenko. Moscow: Moscow State University Press, 1994, 496p.
11. *James W.* Personality // Psychology of Personality: Texts / Edited by Yu. B. Gippenreiter, A. A. Puzyrei. Moscow: Moscow State University Publishing House, 1982, 288 p.
12. *Erikson E.* Identity: Youth and Crisis. Moscow: "Progress" Publishing Group, 1996.
13. *Ivanova N.* Psychological Structure of Social Identity: Dissertation / Doctor of Psychology. Yaroslavl, 2003, 409p.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, PERSONAL IDENTITY AND ADAPTABILITY IN MIGRANTS

A. Berberyan, N. Matveeva

Russian-Armenian University

ABSTRACT

In the current period of political and economic instability, the problem of the relationship between personal identity, psychological well-being and adaptability in migrants is socially significant and insufficiently studied in the scientific literature. The methodological basis is the works of E. Erikson, J. Marcia, K. Rogers, B. Ananyev, A. Maslow, K. Riff and others.

For a more in-depth study of this interaction, we conducted a pilot empirical study in which three hypotheses were put forward: 1. it was assumed that there is a relationship between the types of adaptability and psychological well-being in migrants: 2. it was assumed that there is a relationship between the indicators of

psychological well-being and the level of personal identity; 3. there are differences in the indicators of psychological well-being and personal identity among those who migrated to Armenia and Western countries.

We found that there is a relationship between psychological well-being and types of adaptation, and there is also a relationship between psychological well-being scales and the level of personal identity. The hypothesis that there are differences between migrants living in Armenia and in Western countries was not confirmed. The results of the correlation analysis are of high practical value and require further research.

Keywords: identity, psychological well-being, adaptability, migrants.