

Psihološke intervencije za sociokulturnu adaptaciju radnika migranata: resursno orijentisani pristup ilustrovan primerom uzbekih migranata u Rusiji

Anastasija D. Tagunova*

Katedra za psihologiju ličnosti i specijalnu pedagogiju, Državni univerzitet u Vladimiru, Vladimir, Rusija.

Apstrakt

Cilj: Ovaj članak ispituje karakteristike adaptacije radnih migranata iz Uzbekistana u Ruskoj Federaciji, fokusirajući se na izazove u njihovoj sociokulturnoj integraciji, i predlaže smernice za psihološku podršku i ciljanu psihokorekciju zasnovane na dokazima, sa ciljem unapređenja njihovog prilagođavanja novom okruženju.

Metod: Istraživanje je sprovedeno u Migracionom centru Vladimirske oblasti u Rusiji, na uzorku od 150 muških radnika migranata starosti od 21 do 51 godine. Primenjen je mešoviti metodološki pristup i za procenu psiholoških osobina i nivoa adaptacije korišćene su Skala adaptacije ličnosti na novo sociokulturno okruženje koju je konstruisao L.V. Jankovski, Višeslojni upitnik ličnosti "Adaptivnost" koji su konstruisali A.G. Maklakov i S.V. Čermjanjin, i Upitnik personalne adaptacije koji su konstruisali K. Rodžers i R. Dajmond. Statistička obrada podataka uključivala je Pirsonov koeficijent korelacije (r) za ispitivanje veza između varijabli poput interaktivnosti, emocionalne udobnosti i interne kontrole.

Rezultati: Nalazi su pokazali da 82% ispitanika pokazuje nizak nivo adaptacije, što odražava značajne poteškoće u sociokulturnoj integraciji. Međutim, identifikovane su i značajne jake strane: 24,7% ispitanika je pokazalo visok skor na skali "Interaktivnost", 25,33% — nizak na skali "Depresivnost", 40% — visok "Emocionalni komfor", a 70% — visoku "Internu kontrolu". Korelaciona analiza je ukazala na značajnu pozitivnu vezu između interaktivnosti i emocionalnog komfora ($r = 0,217$; $p \leq 0,01$) i interne kontrole ($r = 0,229$; $p \leq 0,01$), što čini dobar temelj za rezilijentnost.

Zaključak: Nalazi ističu potencijal korišćenja unutrašnjih resursa, poput interaktivnosti, interne kontrole, emocionalnog komfora i niske depresivnosti, za unapređenje psihološke rezilijentnosti uzbekih radnika migranata u Rusiji. Pružajući smernice za prilagođene psihokorektivne i psihoterapijske strategije, ova studija zagovara razvoj adaptivnih intervencija usmerenih na prevazilaženje sociokulturnih izazova i olakšavanje održive integracije u sredinu zemlje domaćina.

Ključne reči: radnici migranti; sociokulturna adaptacija; psihologija migracije; psihološka podrška; psihokorekcija; psihoterapija; unutrašnji resursi.

Uvod

U prva dva tromesečja 2024. godine, ukupno 1.282.244 državljanina Republike Uzbekistan ušlo je u Rusku Federaciju radi zaposlenja [1]. Dobijanje radne vize u Rusiji podrazumeva promenu prebivališta i selidbu za strane državljane, što neizbežno uključuje njihovu integraciju ne samo u radno okruženje, već i u sociokulturni prostor lokalnog stanovništva. Iako podrška uzbekih dijaspora može pomoći radnicima migrantima da izbegnu osećaj izolovanosti zahvaljujući zajedničkoj kulturi, tradiciji i jeziku, ovi pojedinci se od trenutka prelaska granice suočavaju i sa interakcijama sa lokalnim stanovništvom.

U širem smislu, adaptacija se odnosi na proces prilagođavanja promenljivim spoljašnjim i unutrašnjim uslovima [2]. U užem smislu, adaptacija podrazumeva interakciju između pojedinca i društva, obuhvatajući integraciju u društvene grupe i usvajanje društveno prihvaćenih normi [3]. Džon Beri je koncipirao model akulturacije koji opisuje različite strategije adaptacije migranata, postavljajući temelje za razumevanje kako migranti interaguju sa novom kulturom [4]. U ovoj studiji, koristeći tri psihodijagnostičke metode, istražujemo resurse i izazove sa kojima se radnici migranti suočavaju po dolasku u novo sociokulturno okruženje i formulišemo smernice za pružanje psihološke podrške.

* E-mail address: nastasia33tagunova@gmail.com

Primljeno: 11. marta 2025.
Prihvaćeno: 31. marta 2025.
Objavljeno: 1. avgusta 2025.

Za citiranje:

Anastasija D. Tagunova.
Psihološke intervencije za sociokulturnu adaptaciju radnika migranata: resursno orijentisani pristup ilustrovan primerom uzbekih migranata u Rusiji. *Psychotherapy Science Today*. 1(1):39-41.
<https://doi.org/10.64435/qpl4556>



© Author(s), CC BY-NC 4.0

Metod

Ova studija preseka sprovedena je u Migracionom centru Vladimirske oblasti u Rusiji, ključnom lokalnom centru za registraciju i podršku radnika migranata. Uzorak je obuhvatio 150 muških radnika migranata iz Uzbekistana, starosti od 21 do 51 godine ($M = 34,2$, $SD = 8,6$), izabranih radi istraživanja rodno specifičnih obrazaca adaptacije. Psihodiagnostički alati uključivali su Skalu adaptacije ličnosti na novo sociokulturno okruženje koju je konstruisao L. V. Jankovski [5] za procenu kulturne adaptacije, Višeslojni upitnik ličnosti "Adaptivnost" koji su konstruisali A. G. Maklakov i S. V. Čermjanjin [6] za evaluaciju ličnog adaptivnog potencijala, i Upitnik personalne adaptacije koji su konstruisali K. Rodžers i R. Dajmond [7] za merenje socijalne i emocionalne adaptacije. U matematičko-statističkoj analizi primenjen je Pirsonov koeficijent korelacije, kako bi se ispitala veza između interaktivnosti, emocionalnog komfora, interne kontrole i ishoda adaptacije [8].

Rezultati

Psihodiagnostička procena 150 uzbečkih radnika migranata pružila je značajne uvide u njihovu adaptaciju na rusko sociokulturno okruženje, primenom tri različita instrumenta: Skale adaptacije ličnosti na novo sociokulturno okruženje koju je konstruisao L. V. Jankovski, Upitnik personalne adaptacije koji su konstruisali K. Rodžers i R. Dajmond, i Višeslojnog upitnika ličnosti "Adaptivnost" koji su konstruisali A. G. Maklakov i S. V. Čermjanjin.

Nivoi adaptacije (Skala Jankovskog)

Analiza Skale adaptacije ličnosti na novo sociokulturno okruženje pokazala je da 82% ispitanika pokazuje nizak nivo adaptacije, što govori o značajnim izazovima u sociokulturnoj integraciji. Visoki skorovi uočeni su kod 17,3% na skali "Adaptivnost", 24,7% na skali "Interaktivnost", 22% na skali "Nostalgija", i 12,7% na skali "Konformizam", dok su niski skorovi zapaženi kod manje od 1% na skali "Adaptivnost" i "Interaktivnost", 25,33% na skali "Depresivnost", 2% na skali "Konformizam", 1,3% na skali "Nostalgija", i 27,3% na skali "Otudenje", pri čemu je većina pokazala prosečne skorove. Migranti sa visokim skorovima na skali "Adaptivnost", "Interaktivnost" i "Konformizam" pokazali su aktivan životni stav, uključenost u aktivnosti, težnju za samorealizacijom i fokus na stvaranje novih društvenih veza, praćene samopouzdanjem i sposobnošću samokritike. S druge strane, takođe su izrazili potrebu za društvenim odobravanjem i emocionalno toplim odnosima, što sugeriše potencijalnu otvorenost za usvajanje vrednosti kulture zemlje domaćina. Nasuprot tome, niski skorovi na skali "Depresivnost", "Nostalgija"

i "Otudenje" ukazuju na povoljnu psihološku osnovu za adaptaciju, odražavajući minimalnu negativnu percepciju novog okruženja.

Psihološke osobine (Metod Rodžersa i Dajmona)

Upitnik personalne adaptacije otkrio je različite psihološke profile. Visoki rezultati zabeleženi su kod 40% ispitanika na skali "Emocionalni komfor", 70% na skali "Interna kontrola", i 15,3% na skali "Maladaptacija", dok su niski skorovi uočeni kod 7,3% na skali "Emocionalni komfor", 22,7% na skali "Maladaptacija" i 26% na skali "Emocionalna nelagodnost" (uz 20,67% visokih skorova). Pored toga, 33,33% ispitanika je pokazalo visok skor na skali "Eskapizam", 16,67% pokazalo je potčinjenost, a 18% ukazalo na eksternu kontrolu, dok je 13,33% ostvarilo nizak skor na skali eksterne kontrole. Prevladavanje visoke interne kontrole (70%) i emocionalnog komfora (40%) sugeriše snažan osećaj autonomije i emocionalne stabilnosti, što omogućava migrantima da utiču na okolnosti svog života i zadrže pozitivan stav, što je ključno za psihoterapijske intervencije.

Adaptivni potencijal

Višeslojni upitnik ličnosti "Adaptivnost" pružio je kontrastnu perspektivu, sa samo 4,7% ispitanika u grupama visoke/normalne adaptacije, koje odlikuje lakoća prilagođavanja, brza socijalna integracija i emocionalna stabilnost. Daljih 13,3% svrstano je u kategoriju zadovoljavajuće adaptacije, gde ispitanici pokazuju zavisnost od spoljnih uslova i povremenu agresiju, dok je većina (82%) klasifikovana u grupu niske adaptacije, čiji predstavnici ispoljavaju poteškoće u percepciji stvarnosti, uspostavljanju socijalnih kontakata i proceni uloga. Ovakva distribucija rezultata naglašava potrebu za ciljanom psihološkom podrškom.

Korelacije

Korelaciona analiza dodatno je razjasnila dobijene nalaze, otkrivajući značajne pozitivne veze između interaktivnosti i emocionalnog komfora ($r = 0,217$; $p \leq 0,01$) i interne kontrole ($r = 0,229$; $p \leq 0,01$). Veća interaktivnost korelira sa većom spremnošću za uključivanje u novo okruženje, proširivanje društvenih mreža i samoregulaciju, što povećava emocionalni komfor i autonomiju — ključne faktore za izgradnju rezilijentnosti na psihoterapiji.

Rezime

Sveukupno, uprkos tome što 82% migranata pokazuje nizak nivo adaptacije, jake strane poput visoke interaktivnosti (24,7%), niske depresivnosti (25,33%), visokog emocionalnog komfora (40%) i visoke interne kontrole (70%) sugerišu da postoji

osnova za uspešnu adaptaciju. Ove osobine, uključujući pozitivan stav i samokontrolu, ukazuju na potencijal psihoterapijskih intervencija u rešavanju sociokulturnih barijera.

Diskusija

Studija otkriva upadljiv paradoks: uprkos tome što 82% uzbečkih radnika migranata pokazuje nizak nivo adaptacije, visoki skorovi na skalama "Interaktivnost" (24,7%), "Emocionalni komfor" (40%) i "Interna kontrola" (70%), zajedno sa niskim skorovima na skali "Depresivnost" (25,33%), ukazuju na značajne unutrašnje resurse. Ove osobine, koje odražavaju rezilijentnost, autonomiju i pozitivan stav, sugerišu da postoji osnova za unapređenje adaptacije u psihoterapijskim okvirima.

Preporučene psihokorektivne intervencije

Polazeći od identifikovanih snaga, preporučuju se ciljane psihokorektivne strategije:

- **Socijalne veštine i samoregulacija:** Korišćenje interaktivnosti i interne kontrole za razvoj socijalnih kompetencija i veština samoregulacije.
- **Smanjenje anksioznosti i jačanje motivacije:** Korišćenje emocionalnog komfora i niske depresivnosti za ublažavanje anksioznosti i podsticanje motivacije.
- **Kognitivna restrukturacija:** Rad sa maladaptivnim uverenjima o novom okruženju pomoću psihoterapijskih tehnika poput kognitivne restrukturacije [9].
- **Pozitivno potkrepljenje:** Primena vizualizacije za potkrepljenje osećaja svrsishodnosti i optimizma.
- **Reflektivne prakse:** Podsticanje samorefleksije putem vođenja dnevnika, uz oslanjanje na visoku internu kontrolu i emocionalnu stabilnost u terapijskom radu — visoki rezultati na relevantnim skalama sugerišu da migranti mogu aktivno sarađivati sa terapeutom i biti prijemčivi za samorefleksiju.
- **Smanjenje izolacije pomoću grupne dinamike:** S obzirom na visoku interaktivnost i uključenost u okruženje, predlažu se grupna psihoterapija, grupe podrške za razmenu iskustava adaptacije, obučavanje socijalnim veštinama sa igranjem uloga, obuka za interkulturalnu komunikaciju i praksa dijaloga, kako bi se smanjila izolacija i poboljšao sistem socijalne podrške [10].
- **Art i narativna terapija:** Korišćenje niske depresivnosti za primenu art terapije i narativnih tehnika u cilju obrade iskustava adaptacije bez porasta emocionalnog distresa [11].

Šire implikacije i budući pravci

Iako fokusirani na uzbečke migrante, ovi nalazi mogu se proširiti na druge kulturne grupe, ističući univerzalne mehanizme adaptacije uz specifične kulturne potrebe. Buduća istraživanja mogla bi uključiti uzorke stratifikovane prema uzrastu, u cilju procene starosnih varijacija adaptacije, omogućujući prilagođene psihoterapijske programe za različite profile migranata.

Zaključak

Psihološka podrška, psihokorekcija i psihoterapija igraju ključnu ulogu u smanjenju stresa i aktiviranju unutrašnjih resursa migranata, služeći kao neprocenjivi alati za njihovu adaptaciju na novo sociokulturno okruženje. Preliminarna psihološka dijagnostika radnika migranata može značajno unaprediti efikasnost psihokorektivnih intervencija, omogućujući dizajn prilagođenih programa podrške zasnovanih na identifikovanim snagama i slabostima. Da bi se osigurala uspešna integracija u novo sociokulturno okruženje, preporučujemo uključivanje psiholoških i psihoterapijskih programa podrške, zasnovanih na psihološkoj dijagnostici, u sveobuhvatne okvire adaptacije uporedo sa sociokulturnim inicijativama.

Izjava o sukobu interesa

Autorka izjavljuje da ne postoji sukob interesa.

Korišćena literatura

1. Федеральная служба государственной статистики. База данных EMISS [Интернет]. Dostupno na: <https://fedstat.ru/indicator/38479>. Pristupljeno 4. februara 2025.
2. Мещеряков БГ, Зинченко ВП. Большой психологический словарь. Москва: АСТ; Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак; 2009. с. 81–93.
3. Почебут ЛГ. Кросс-культурная и этническая психология: учебник для вузов. Москва: Юрайт; 2024. с. 79–83.
4. Берри ДжВ. Кросс-культурная психология: исследования и приложения. Харьков: Гуманитарный центр; 2007. с. 512–530.
5. Райгородский ДЯ. Практическая психодиагностика: методы и тесты. Самара: Бахрах-М; 1998. с. 72–766.
6. Тужба ЕН. Адаптация личности в новой социальной среде: теория исследования. *Гуманит соц-экон и общ науки*. 2019;(11):117–21.
7. Фетискин НП, Козлов ВВ, Мануйлов ГМ. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Институт психотерапии; 2002. с. 193–197.
8. Сидоренко ЕВ. Методы математической обработки в психологии. Санкт-Петербург: Речь; 2000. с. 113.
9. Бек АТ. Когнитивно-поведенческая терапия: основы и практика. Москва: Диалектика; 2019. с. 48–54.
10. Петрова ЛВ. Психологический тренинг как инструмент адаптации в кросс-культурной среде. *Психология и современный мир*. 2020;(5):45–52.
11. Лебедева ЛД. Арт-терапия и нарративная терапия в психокоррекции: методы интеграции. Санкт-Петербург: Речь; 2017. с. 134–167.