

**ИССЛЕДОВАНИЕ КУЛЬТУРНЫХ ЦЕННОСТЕЙ И ВЫУЧЕННОЙ  
БЕСПОМОЩНОСТИ СТУДЕНТОВ-МИГРАНТОВ ИЗ ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ**

DOI: 10.25629/НС.2020.12.10

**Пахомова Я.Н., Пономарева И.В.**Челябинский государственный университет  
Челябинск, РоссияИсследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ  
в рамках научного проекта № 19-013-00949 А.

**Аннотация.** Миграция является, с одной стороны, неотъемлемым компонентом трансформации и модернизации социума, фактором национальной безопасности, демографического и экономического роста, а с другой стороны, выступает в качестве фактора межэтнической конфликтности, напряженности экономических взаимоотношений, деформации этнической идентичности принимающего сообщества. В статье представлены результаты исследования культурных ценностей и выученной беспомощности у молодежи-мигрантов из Центральной Азии, получающих образование в России. Психодиагностическое исследование с помощью ценностного опросника Ш. Шварца, а также опросника выученной беспомощности, показало, что для студентов-мигрантов из Центральной Азии ценно поддержание и повышение благополучия людей, с которыми они находятся в близких отношениях. Мигранты нацелены на доброжелательные отношения, что позволяет им удовлетворить потребности в позитивном взаимодействии и в аффилиации, а также нивелировать состояние выученной беспомощности. При сформированной устойчивой системе ценностей мигрант сможет успешнее адаптироваться к новой социокультурной среде, избежать состояния выученной беспомощности, опираясь на собственные ресурсы, одним из которых выступают ценности. Следует подчеркнуть, что изучаемый нами возраст, юношеский, является важным этапом в формировании ценностной системы, в связи с этим полученные результаты могут быть использованы не только при построении программ помощи в адаптации учебным мигрантам, но и при психологической работе с ценностно-смысловой сферой личности.

**Ключевые слова:** мигранты, выученная беспомощность, ценности, адаптация.

**Введение в проблему**

Миграция населения представляет собой сложный естественный социальный процесс, приобретающий во всём мире всё более широкие масштабы. Задачей миграционной политики государства является помощь в разрешении проблем адаптации и последующей интеграции мигрантов. Поддержка принимающей стороны включает в себя несколько блоков: информационный, профессиональный, социокультурный [7].

Одной из категорий мигрантов, нуждающихся в поддержке, являются учебные мигранты. Данную группу составляют преимущественно индивиды юношеского возраста, целью переезда в новую страну которых является повышение образовательного и профессионального уровней. Новое социальное окружение, другая этнокультурная и языковая среда, иные ценности и нормы взаимоотношений в обществе, нормативный кризис юношеского периода, связанный с личностным и профессиональным самоопределением, отличающиеся требования к организации учебной деятельности и неконтролируемые стрессовые события, связанные с переездом, могут вызывать сложности процесса адаптации.

Особенности процесса адаптации иностранных студентов рассматриваются в работах Т.П. Донских [2], Л.Н. Коберник, А.В. Погукаевой [9], С.И. Моднова, Л.В. Уховой [8] и др. Авторы подчёркивают: успешная адаптация может продуктивно сказаться на процессе обучения, что

является основной целью переезда студентов-мигрантов. Помимо языкового барьера, иностранные обучающиеся могут столкнуться с такими проблемами адаптации, как различия в обычаях, ценностях, традициях, условиях и особенностях жизнедеятельности [8, 9, 18, 23]. В силу того, что различия между культурами родного и принимающего государств предполагают различия в ценностях, ряд авторов отмечают, что ценности выступают значимым фактором адаптации к новой социокультурной среде: “чем больше различий между культурой мигранта и принимающей его культурой, чем больше отличий в поведении и ценностях других людей, тем более сложным и длительным будет процесс адаптации” [16, С. 61].

Таким образом, на фоне ситуации неопределённости при вхождении в новую культуру, сопровождающейся путаницей в ценностях, у мигрантов может сформироваться состояние выученной беспомощности, которое характеризуется пассивностью, отсутствием мотивации к активным изменениям, неадаптивным поведением. В этой связи, особую актуальность приобретает вопрос изучения состояния выученной беспомощности и ценностей у мигрантов. Оказание социально психологической помощи мигрантам по преодолению состояния беспомощности, помощь в приспособлении к системе ценностей принимающего сообщества будут способствовать более успешной адаптации в новых условиях жизнедеятельности, а также снижению процесса межэтнической напряженности [10].

### **Краткий обзор исследований**

Выученная беспомощность – психологический феномен, известный в науке с 60-х годов XX века, благодаря концепции М. Селигмана, изучающего данное явление. Состояние выученной беспомощности принято понимать как приобретённое под воздействием длительных, неоднократно повторяющихся социальных факторов, влияющее на все сферы личности [1]. Выученная беспомощность проявляется в качестве торможения поведения, слабой мотивации, в нарушениях познавательной активности, а также психосоматических расстройствах [11].

В отечественных и зарубежных исследованиях выученную беспомощность принято рассматривать как состояние, возникающее в качестве реакции на неконтролируемые, преимущественно негативные события [1, 11, 13, 20]. Миграция может выступать преимущественно как неконтролируемое событие. Неконтролируемость последствий деятельности естественным образом формирует пессимизм, пассивность, устойчивое нежелание преодолевать трудности, стремление переложить ответственность за последствия любой активности на внешние детерминанты. Очевидно, что данное психическое состояние будет связано с процессом социокультурной адаптации личности, мигрирующей в другую страну. Трудность социокультурной адаптации заключается в культурной дистанции между родной и принимающей культурами, длительностью проживания в новом обществе, имеющимися знаниями о новой культуре, а также необходимости установления контактов с представителями принимающей культуры [12]. Социальная поддержка местных жителей крайне важна для социокультурной адаптации мигранта, поскольку она предоставляет социальные ресурсы, необходимые для приспособления к новой среде и взаимодействия с другими членами принимающего общества [15, 21]. Учитывая психологические особенности выученной беспомощности, можно предположить, что данный феномен затрудняет социокультурную адаптацию к инокультурной среде.

Процесс социокультурной адаптации отличается своей нелинейной динамикой. Современный мигрант рассматривается как человек, имеющий две и более идентичности и включённый сразу в несколько социальных контекстов. Такой транснациональный взгляд на социокультурную адаптацию мигрантов описывают современные исследования [4]. Современные мигранты, благодаря цифровым технологиям одновременно включены в институты принимающей страны, но в то же время, сохраняют плотные связи с отправляющей страной: часто летают домой, чтобы навещать родственников и друзей, обмениваются с ними видеозаписями и фотографиями важных жизненных событий через интернет, и даже имеют бизнес вне границ государств пребывания [19]. То есть, являясь полноценными членами нового общества, они остаются так же и членами отправляющего общества. Традиционно адаптационные процессы мигрантов сосредоточены на изучении культурных установок, их изменений в процессе адаптации, особенностях аккультурации различных групп, их встроения в структуры принимающих стран, и направлены

на их включение в принимающее сообщество. Аккультурация включает изменения в материальной культуре, нормах, моделях поведения и, главное, ценностях [15].

Ценности играют важную роль в жизнедеятельности индивида, они являются основными принципами, на которых строится его жизнь. На основе собственной системы ценностей человек совершает тот или иной выбор, формирует отношение к окружающему миру, к другим людям и к самому себе. Ценности определяют направленность поведения и значимость поступков людей. Ценности – это устойчивые убеждения в том, что определенный способ поведения предпочтительнее с личной или социальной точки зрения, чем противоположный или обратный способ поведения [14]. Под ценностями Ш. Шварц подразумевал те потребности, которые непосредственно зависят от культуры, среды, менталитета конкретного общества [14]. В психологических исследованиях ценность определяется через ценностные ориентации, установки, нормы, идеалы, через личностный смысл и значимость. Воспринимаемая в виде субъективного образа, ценность является отражением культурно-исторических норм. Ценность ассоциируется с типом достойного поведения и выступает социальным и индивидуальным ориентиром, который определяет конкретный стиль жизни. Исследования разных аспектов, посвящённых проблеме ценностей, можно встретить в работах Д. А. Леонтьева [6], М.Н. Лебедевой, А.Н. Татарко [5], Ш. Шварца [14] и др.

В студенческом возрасте складывается собственное мировоззрение человека, которое создаёт возможность формирования внутренней системы ценностей, поэтому юношеский возраст является решающим в плане формирования ценностной системы личности [17].

В процессе адаптации студентов-мигрантов к новой социокультурной среде происходит переоценка ценностей, формируются новые личностные смыслы, социальные установки, иные особенности поведения и деятельности [3, 22]. Структура ценностей мигрантов на первых этапах адаптации характеризуется дисгармоничностью, в ней отмечаются противоположные мотивационные ориентации: на сохранение собственной целостности и открытости изменениям [7, 12]. Критерием успешности адаптации выступает не отказ от усвоенных в родной стране культурных ценностей и полное принятие ценностей другой культуры, а способность соединить различные ценностные системы, освоив и приняв новые культурные нормы и ценности.

Изучение ценностей мигрантов на разных этапах адаптации позволит проследить динамику изменения ценностей, а изучение взаимосвязи между ценностями и состоянием выученной беспомощности откроет перспективы для построения эффективных программ психологической помощи мигрантам.

### **Материалы и методы**

Целью нашего исследования является изучение ценностей и выученной беспомощности у студентов-мигрантов в процессе адаптации.

Выборку респондентов составили молодые люди, обучающиеся в региональных университетах Российской Федерации по различным направлениям подготовки (Челябинск, Оренбург, Москва, Екатеринбург). Общий объём выборки составил 222 человека, из них 108 респондентов мужского пола, 114 – женского. Средний возраст 20 лет. Опрос проходил с использованием Google Forms.

Психологические переменные измерялись с помощью следующих психодиагностических методик: опросник выученной беспомощности (Д.А. Циринг, Е.А. Куба), ценностный опросник Ш. Шварца.

В качестве методов математической статистики использовались дескриптивная статистика и корреляционный анализ (критерий Пирсона).

### **Результаты и их обсуждение**

Ценности являются важной основой для построения жизненного сценария, выбора стратегий профессионального и личностного самоопределения. Устойчивая и непротиворечивая система ценностей позволяет в непростой этап адаптации мигранта к новой социокультурной среде сохранить целостность личности. Оказавшись в отличных от привычных условий жизни,

мигрант вынужден осваивать новые социальные нормы и правила, однако полный отказ от собственных убеждений и ценностей может негативно сказаться на процессе адаптации и последующей интеграции. Дисгармоничность структуры ценностей способствует отрицательному восприятию сложившейся ситуации, чувству одиночества, беспомощности и ощущению ненужности мигрантами.

В связи с этим нами были изучены ценности студентов-мигрантов Центральной Азии. На рисунке 1 отражены средние значения показателей ценностей.

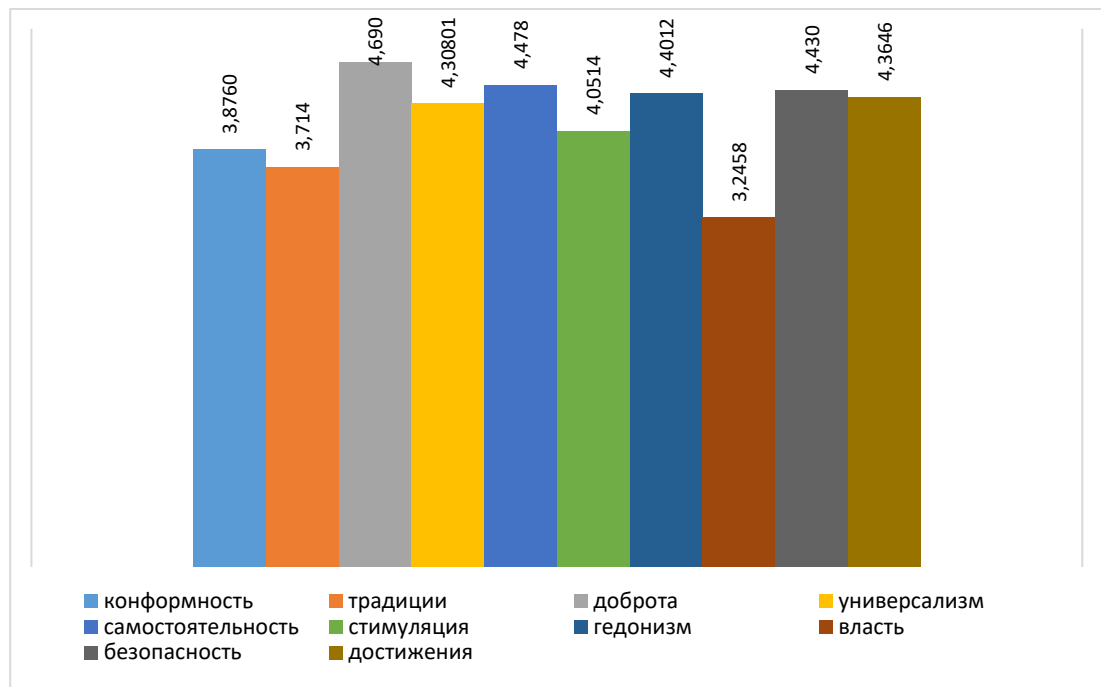


Рисунок 1 – Средние значения показателей ценностей у студентов-мигрантов

Согласно полученным данным, ценность “Доброта” является ведущей, а наименее выраженной ценностью является “Власть”, кроме того, выражены ценности “Самостоятельность”, “Безопасность” и “Гедонизм”. Ценность “Доброта” предполагает сохранение и повышение благополучия близких людей, доброжелательность в повседневном взаимодействии с людьми, с которыми индивид находится в тесном контакте. Для человека, у которого выражена ценность “Доброта”, важно быть полезным, честным и снисходительным для своих родных и друзей. Определяющей целью ценности “Самостоятельность” является стремление к самостоятельности мышления, выбора способов действий, к проявлению активности, обусловленные потребностью субъекта быть автономным и независимым. Ценность “Гедонизм” подразумевает необходимость удовлетворения биологических потребностей и испытываемое при этом удовольствие. Мотивационной целью ценности “Безопасность” является стремление к стабильности, к понижению неопределённости и повышению предсказуемости происходящих событий и явлений, что позволяет снизить тревожность и эмоциональный дискомфорт. Наименее выраженной ценностью является “Власть”, в основе которой лежит потребность в доминировании, лидерстве, достижении определённого социального статуса и влиянии на других людей. Меньшая выраженность показателя “Традиции” объясняется нами ситуацией необходимости освоения мигрантом норм и ценностей принимающего сообщества. В период адаптации мигрант осваивает новые условия жизни, изучает язык, осваивает обычаи, традиции и ценности и, ввиду такого погружения в жизнь в иностранном государстве, снижение ценности

“Традиции” становится необходимым условием освоения и возможного принятия новых традиций, идей, обычаев.

Так, оказавшись в другой стране, мигрант стремится к позитивному взаимодействию с близкими людьми в целях сохранения и повышения благополучия группы, также проявляет собственную самостоятельность, которая позволяет ему в большей степени адаптироваться к новым условиям, и испытывает наслаждение жизнью при удовлетворении своих потребностей. Полученные данные мы объясняем тем, что в процессе адаптации к инокультурной среде мигранты в большей степени нуждаются в поддержке, заботе, испытывают необходимость в построении новых взаимоотношений, а также и скучают по дому, гедонизм на данном этапе может выступать в виде ресурса, наполняющего эмоционально мигранта, а проявление власти и стремления занять лидирующую позицию может быть встречено непониманием и непринятием мигранта в новой социокультурной среде.

Далее нами был осуществлён корреляционный анализ выученной беспомощности и ценностей у студентов-мигрантов, результаты которого представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Взаимосвязь показателей выученной беспомощности и ценностей у студентов-мигрантов

Ценность	Выученная беспомощность	
	Корреляция Пирсона	p
конформность	-0,292	0,000
традиции	-0,356	0,000
доброта	-0,372	0,000
универсализм	-0,363	0,000
самостоятельность	-0,389	0,000
стимуляция	-0,379	0,000
гедонизм	-0,304	0,000
власть	-0,241	0,000
безопасность	-0,385	0,000
достижения	-0,386	0,000

Как видно из таблицы, обнаружены отрицательные корреляционные связи между выученной беспомощностью и всеми ценностями: конформность, традиции, доброта, универсализм, самостоятельность, стимуляция, гедонизм, власть, безопасность, достижения. То есть, у мигрантов, испытывающих состояние выученной беспомощности, ценности выражены в меньшей степени, чем у тех, кто в процессе адаптации не испытывает ощущения беспомощности. На основании этого можем предположить, что ценности выступают в роли внутриличностного ресурса, помогающего в процессе адаптации мигранту справиться с чувством собственной беспомощности.

### Заключение

Попадая в отличную от родной культуры среду, мигрант вынужден отказаться от привычного образа жизни, осваивать другие социальные нормы и правила, регулирующие поведение в обществе. Состояние беспомощности, возникающее в ситуации неопределённости, может повлечь за собой сложности в процессе адаптации.

При изучении ценностей у студентов-мигрантов, мы обнаружили, что вне зависимости от этапа адаптации наиболее выраженной ценностью является “Доброта”, предполагающая поддержание и повышение мигрантом благополучия людей, с которыми он находится в близких отношениях. Построение доброжелательных отношений позволяет удовлетворить потребности студента-мигранта в позитивном взаимодействии и в аффилиации. При сформированной устойчивой системе ценностей мигрант сможет успешнее адаптироваться к новой социокультурной среде, избежать состояния выученной беспомощности, опираясь на собственные ресурсы, одним из которых выступают ценности. Следует подчеркнуть, что изучаемый нами возраст, юношеский, является важным этапом в формировании ценностной системы, в связи с

этим полученные результаты могут быть использованы не только при построении программ помощи в адаптации учебным мигрантам, но и при психологической работе с ценностно-смысловой сферой личности.

В качестве перспектив дальнейших исследований можем отметить возможность изучения взаимосвязи выученной беспомощности и ценностей на разных этапах адаптации студентов-мигрантов, кроме того, планируется проведения сравнительного анализа особенностей адаптации и личностных характеристик у учебных и трудовых мигрантов, с последующей разработкой практических рекомендаций для психологов, работающих с разными категориями мигрантов.

### **Библиография**

1. Волкова О. В. Принцип эмерджентности как основание разработки принципиально нового подхода к изучению генеза выученной беспомощности // Сибирский психологический журнал. 2018. №68. С. 93-108.
2. Донских Т.П. Социально-психологическая адаптация студента-мигранта в новых социокультурных условиях // Вестник Оренбургского государственного университета. 2010. №12 (118). С. 167-172.
3. Короткина Е.Д. Влияние ценностных ориентации мигрантов на успешность адаптации к новой культурной среде // В сборнике: Теоретические проблемы этнической и кросскультурной психологии. Материалы Пятой Международной научной конференции. Смоленск: Издательство Смоленского гуманитарного университета. 2016. С. 89-92.
4. Костенко В. В. Теории миграции: от ассимиляции к транснационализму // Журнал социологии и социальной антропологии. 2014. Т. XVII. № 3. С. 62–76.
5. Лебедева Н.М., Татарко А.Н. Ценности культуры и развитие общества. М.: Издательский дом ГУ ВШЭ, 2007. 529 с.
6. Леонтьев Д. А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции // Вопросы философии. 1996. № 4. С. 15–26.
7. Многоликая миграция / Под общ. ред. О.Д. Воробьевой, А.В. Топилина. М.: Экон-информ, 2014. 263 с.
8. Моднов С.И., Ухова Л.В. Проблемы адаптации иностранных студентов, обучающихся в техническом университете // Ярославский педагогический вестник. 2013. № 2. Т. I. С. 111-115.
9. Погукаева А. В., Коберник Л. Н., Омельяничук Е. Л. Адаптация иностранных студентов в российском вузе [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 3. URL: <https://science-education.ru>.
10. Почебут Л.Г. Кросс-культурная и этническая психология. СПб.: Питер, 2012.
11. Селигман М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2006. 368 с.
12. Татарко А.Н. Социальный капитал и аккультурационные стратегии как факторы социокультурной адаптации мигрантов из Центральной и Средней Азии в московском регионе // Культурно-историческая психология. 2018. Т. 14. № 2. С. 33-43.
13. Циринг Д. А. Современные подходы к коррекции выученной беспомощности у детей и подростков // Сибирский психологический журнал. №. 29. 2008. С. 63-68.
14. Шварц Ш. Культурные ценностные ориентации: природа и следствия национальных различий // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2008. Т. 5. № 2. С. 37–67.
15. Эндрюшко, А. А. Теоретические подходы к изучению адаптации мигрантов в принимающем обществе: зарубежный опыт // Вестник Института социологии. 2017. №4.
16. Якунина Ю.Е., Котомкина Е.Е. Ценности как фактор адаптации личности к новой социокультурной среде (на примере эмигрантов в Таиланд) // Современная психология: методология, парадигмы, теории. Сборник научных трудов по материалам I Международной научно-

практической конференции. НОО «Профессиональная наука»; Редакторы: Н.А. Краснова, Т.Н. Плесканюк. Нижний Новгород, 2016.

17. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. 204 с.

18. Jing X., Ghosh R., Sun Z. Mapping global research related to international students: a scientometric review // Higher Education. 2020. Vol. 80. P. 415–433. <https://doi.org/10.1007/s10734-019-00489-y>

19. Morrice L. Cultural values, moral sentiments and the fashioning of gendered migrant identities // Journal of Ethnic and Migration Studies. 2017. Vol. 43(3). P. 400-417.

20. Ponomareva I., Sizova Y., Evstafeeva E. Cultural and ethnic factor contributing to personal helplessness: theoretical foundation of research // Dilemas contemporaneos: Educacion, Politica y Valores. 2019. Vol. 1 (91). P. 1-13.

21. Suslova T. F. Adaptation of migrants: understanding the problem in the context of a constructivist approach // International research journal. 2016. Vol. 9 (51). P. 100-103. <https://doi.org/10.18454/IRJ.2016.51.037>.

22. Tittler M. V., Lannin D. G., Han S. (2020). Why personal values matter: values, colorblindness, and social justice action orientation. Current Psychology. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01006-6>.

23. Williams C.T., Johnson L.R. Why can't we be friends? Multicultural attitudes and friendships with international students // International Journal of Intercultural Relations. 2011. Vol. 35(1). P. 41-48.

**Пахомова Яна Николаевна.** E-mail: [sizova159@yandex.ru](mailto:sizova159@yandex.ru)

**Пономарева Ирина Владимировна.** E-mail: [ivp-csu@yandex.ru](mailto:ivp-csu@yandex.ru)

## **STUDY OF CULTURAL VALUES AND LEARNED HELPLESSNESS OF MIGRANT STUDENTS FROM CENTRAL ASIA**

DOI: 10.25629/HC.2020.12.10

**Pakhomova Ya.N., Ponomareva I.V.**

Chelyabinsk State University

Chelyabinsk, Russia

The research was supported by the Russian Foundation for Basic Research under scientific project No. 19-013-00949

**Abstract.** On the one hand, migration is an integral component of social transformation and modernization, a factor of national security, demographic and economic growth, and on the other hand, it acts as a factor of interethnic conflict, tension of economic relations, deformation of ethnic identity of the host community. The article presents the results of the study of cultural values and learned helplessness of young migrants from Central Asia who are educated in Russia. The psychodiagnostic study with the help of S. Schwartz's value survey and the helplessness learning questionnaire showed that it is valuable for Central Asian migrant students to maintain and improve the well-being of people with whom they are in close relationships. Migrants are aimed at friendly relations, which allows them to meet the needs for positive interaction and affiliation, as well as to level the state of learned helplessness. With a sustainable value system in place, the migrant will be able to more successfully adapt to the new sociocultural environment and avoid the state of learned helplessness by relying on their own resources, one of which is values. It should be emphasized that the age we are studying, the

youth, is an important stage in the formation of the value system; in this regard, the results obtained can be used not only in the construction of programs to help educational migrants to adapt, but also in psychological work with the value and meaning sphere of personality.

**Keywords:** migrants, learned helplessness, values, adaptation.

### References

1. Volkova O. V. [The principle of emancipation as the basis for the development of a fundamentally new approach to the study of the genesis of learned helplessness.]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal*. 2018. No68. P. 93-108.
2. Donskikh T.P. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya studenta-migranta v novykh sotsiokul'turnykh usloviyakh [Socio-psychological adaptation of a student-migrant in new sociocultural conditions]. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta*. 2010. No12 (118). P. 167-172.
3. Korotkina E.D. Vliyanie tsennostnykh orientatsii migrantov na uspehnost' adaptatsii k novoi kul'turnoi srede. *Teoreticheskie problemy etnicheskoi i krosskul'turnoi psikhologii*. Materialy Pyatoi Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii [The influence of value orientation of migrants on the success of adaptation to the new cultural environment. *Theoretical problems of ethnic and cross-cultural psychology*. Proceedings of the Fifth International Scientific Conference]. Smolensk: Publishing house of Smolensk Humanitarian University 2016. P. 89-92.
4. Kostenko V. V. [Theories of Migration: from Assimilation to Transnationalism]. *Zhurnal sotsiologii i sotsial'noi antropologii*. 2014. Vol. XVII. No 3. P. 62–76.
5. Lebedeva N.M., Tatarko A.N. *Tsennosti kul'tury i razvitiye obshchestva* [The values of culture and the development of society]. Moscow: Publishing House of the State University Higher School of Economics. 2007. 529 p.
6. Leont'ev D. A. [Value as an interdisciplinary concept: experience of multidimensional reconstruction]. *Voprosy filosofii*. 1996. No 4. P. 15-26.
7. Vorob'evoi O.D., Topilina A.V. (eds.) *Mnogolikaya migratsiya* [Multiple Migration]. Moscow: Ekon-inform, 2014. 263 p.
8. Modnov S.I., Ukhova L.V. [Adaptation problems for international students studying at a technical university]. *Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik*. 2013. No 2. Vol. I. P. 111-115.
9. Pogukaeva A. V., Kobernik L. N., Omel'yanchuk E. L. [Adaptation of foreign students in a Russian university]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*. 2016. No 3.
10. Pochebut L.G. *Kross-kul'turnaya i etnicheskaya psikhologiya* [Cross cultural and ethnic psychology]. St. Petersburg: Piter, 2012.
11. Seligman M. *Novaya pozitivnaya psikhologiya: Nauchnyi vzglyad na schast'e i smysl zhizni* [New positive psychology: A scientific view of happiness and meaning of life]. Moscow: Sofiya, 2006. 368 p.
12. Tatarko A.N. [Social capital and acculturation strategies as factors in the socio-cultural adaptation of migrants from Central and Central Asia in the Moscow region]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*. 2018. V. 14. No 2. P. 33-43.
13. Tsiring D. A. [Modern approaches to correction of learned helplessness in children and adolescents]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal*. 2008. No. 29. P. 63-68.
14. Shvarts Sh. [Cultural value orientations: nature and consequences of national differences]. *Psikhologiya. Zhurnal Vyshei shkoly ekonomiki*. 2008. Vol. 5. No 2. P. 37–67.
15. Endryushko, A. A. [Theoretical approaches to studying migrants' adaptation in the host society: foreign experience]. *Vestnik Instituta sotsiologii*. 2017. No4.
16. Yakunina Yu.E., Kotomkina E.E. Tsennosti kak faktor adaptatsii lichnosti k novoi sotsiokul'turnoi srede (na primere emigrantov v Tailand). *Sovremennaya psikhologiya: metodologiya, paradigmy, teorii*. Sbornik nauchnykh trudov po materialam I Mezhdunarodnoi nauchno-praktich-



eskoi konferentsii [Values as a factor of adaptation of a personality to the new socio-cultural environment (on the example of emigrants to Thailand). *Modern psychology: methodology, paradigms, theories*. Collection of scientific papers based on the materials of the I International Scientific and Practical Conference]. Nizhnii Novgorod. 2016.

17. Yanitskii M.S. *Tsennotnye orientatsii lichnosti kak dinamicheskaya Sistema* [Value orientations of personality as a dynamic system]. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2000. 204 s.

18. Jing X., Ghosh R., Sun Z. Mapping global research related to international students: a scientometric review // *Higher Education*. 2020. Vol. 80. P. 415–433. <https://doi.org/10.1007/s10734-019-00489-y>.

19. Morrice L. Cultural values, moral sentiments and the fashioning of gendered migrant identities // *Journal of Ethnic and Migration Studies*. 2017. Vol. 43(3). P. 400-417.

20. Ponomareva I., Sizova Y., Evstafeeva E. Cultural and ethnic factor contributing to personal helplessness: theoretical foundation of research // *Dilemas contemporaneos: Educacion, Politica y Valores*. 2019. Vol. 1 (91). P. 1-13.

21. Suslova T. F. Adaptation of migrants: understanding the problem in the context of a constructivist approach // *International research journal*. 2016. Vol. 9 (51). P. 100-103. <https://doi.org/10.18454/IRJ.2016.51.037>.

22. Tittler M. V., Lannin D. G., Han S. (2020). Why personal values matter: values, colorblindness, and social justice action orientation. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01006-6>.

23. Williams C.T., Johnson L.R. Why can't we be friends? Multicultural attitudes and friendships with international students // *International Journal of Intercultural Relations*. 2011. Vol. 35(1). P. 41-48.

**Pakhomova Yana Nikolaevna.** E-mail: [sizova159@yandex.ru](mailto:sizova159@yandex.ru)

**Ponomareva Irina Vladimirovna.** E-mail: [ivp-csu@yandex.ru](mailto:ivp-csu@yandex.ru)